

In questa stanza nessuno è sbagliato (prima parte)

Category: Psicologia & psicoterapia

scritto da Massimo Giuliani | 22 Giugno 2026



Questo articolo è uscito in anteprima per gli abbonati alla mia newsletter di Steady.

Puoi abbonarti per ricevere via e-mail in anteprima gli articoli del blog.

La forma delle domande

In questo articolo dello scorso novembre parlavo dell'offensiva di un nuovo tecnologismo (con particolare riferimento al trend dell'**EMDR**) nella pratica sistemica e, fra tutti gli altri argomenti, indicavo in ciò il pericolo di una progressiva *depoliticizzazione* della terapia. Che immagino sia un concetto su cui spendere due parole – e infatti qualcuno mi ha chiesto di tornarci su.

Mi piace quando mi chiedono di scrivere cose "da psicologo": cosa vuol dire quella diagnosi, quell'etichetta, i rapporti fra genitori e figli, la vita di coppia, tutto quello che ha a che fare con la salute psicologica. Lo faccio con molto piacere in uno spazio su una diffusissima rivista per genitori. Lì provo a parlare della differenza fra cose che fanno star bene e cose che fanno star male, nella coppia, nella relazione con i figli, in quella con la famiglia d'origine, ma quello di cui parlo non è tanto l'oggetto, ma il *discorso* sull'oggetto. Non tanto cose "giuste" da fare e cose "sbagliate" da non fare, ma piuttosto le idee che abbiamo sulle cose giuste e le cose sbagliate e l'effetto che quelle idee hanno sulle nostre azioni e su quello che ci scambiamo.

Parlare di relazioni oggi è anche entrare dentro i luoghi comuni, dentro le parole degli psicofustigatori della tv, dentro il discorso pubblico sulla psicologia, smontarlo e guardare come è fatto; guardare come le parole diventano cornice, vincolo, cultura, premesse condivise, certezze che si autoconvalidano, profezie che si autoavverano, e come qualche volta le descrizioni diventano parte del problema.

In generale quello che mi viene naturale, e che oggi sento necessario, è parlare delle *forma* del mio mestiere, più che del *contenuto*. Delle parole, e anche di come si usano.

Nella mia newsletter, come qualcuno di voi avrà visto, più che parlare di soluzioni scientificamente efficaci, a volte mi interessa ragionare su cosa intendiamo per "soluzioni scientificamente efficaci". Anche perché il nostro modo di parlarne condiziona le soluzioni che le persone sceglieranno e, in qualche misura, la loro libertà di scegliere. E nella newsletter che avete ricevuto ad aprile ho parlato di come la biologia stessa smonta la retorica dei ruoli di genere "naturali".

Il *discorso* sull'oggetto, appunto. Parlare di *come* parliamo delle cose può essere altrettanto importante che parlare delle cose. Parlare della *forma* del discorso, oltre che del suo contenuto.

Anche la conversazione terapeutica ha una forma.

Mettiamo che uno/una psicoterapeuta abbia davanti un adolescente – chiamiamolo Ricky – e gli dica: "Dunque siamo qui perché i tuoi genitori hanno scoperto che da due settimane non andavi a scuola. Perché hai preso questa decisione?". In questo modo comincerebbe cercando delle "cause", e francamente non sarebbe molto interessante.

Ma se cominciasse così: "Dunque siamo qui perché i tuoi genitori hanno scoperto che da due settimane non andavi a scuola. Come si sono spiegati questa decisione? Hanno un'idea comune?", sarebbe parecchio più intrigante. Soprattutto se la domanda successiva chiudesse il cerchio: "e tu che ne pensi delle spiegazioni che si sono dati? Che effetto ti fa che pensino questo?". Che va a parare ancora lì, cioè alle ragioni di Ricky, ma ci arriverà disegnando una mappa delle relazioni importanti: "come vedi che ti vedono? Come ti vedi mentre ti vedono? Come li vedi? Come vedi che si vedono?".

Ma adesso mettiamo che il/la terapeuta abbia davanti la famiglia intera. Sono lì insieme a Ricky, li chiameremo Howard (il padre), Marion (la madre), Joanie (la sorella).

Allora potrebbe dire: "Joanie, secondo te che ragione si sono dati i tuoi genitori per il fatto che tuo fratello ha abbandonato il liceo?". E lei dirà "beh, la mamma pensa che non sappia assumersi responsabilità". Oppure dirà "mio padre è andato a chiamare la nonna", e così via. Di lì seguirebbe una domanda come "cosa ha pensato la mamma del fatto che il papà coinvolgesse la nonna?", e la risposta potrebbe essere "mah, la mamma ha imparato a nascondere bene i propri sentimenti per proteggere la famiglia" oppure "non lo so, sto cercando di non occuparmene".

Naturalmente in questa conversazione gli altri potrebbero avere reazioni non verbali interessanti: Howard potrebbe mostrarsi abbattuto, o reagire alla descrizione che lo riguarda, o altro ancora; Marion potrebbe mostrare un cenno di approvazione o sottolineare la conversazione in qualche modo.

A questo punto il/la terapeuta potrebbe domandare a Ricky come l'ha vista lui, e magari Ricky racconterebbe che il padre quando è in difficoltà chiama sempre la nonna, e che la madre si è chiusa nello studio con Joanie. Le domande successive potrebbero riguardare cosa pensa la mamma quando il papà si rivolge a sua madre, o cosa il papà pensa che la mamma pensi in quei frangenti, o se è una cosa frequente che la mamma conferisca con Joanie.

Naturalmente quando qualcuno attribuisce intenzioni a qualcun altro, quest'ultimo ha il diritto di replica. Così a quel punto ci si potrebbe rivolgere a Marion e Howard per domandare "ora che avete ascoltato quello che

hanno detto i ragazzi, cosa ne pensate?” e la mamma risponderà per esempio “sì, sua madre è il suo punto di riferimento”, il padre “non è vero, mia madre è scesa per caso in quel momento”, o commenterebbero variamente, trovandosi in accordo o in disaccordo nelle loro descrizioni. Magari la domanda a seguire potrebbe essere “secondo lei, Howard, chi conosce meglio i pensieri della mamma quando è assorta?”, o “Marion, chi è più critico in casa col papà?”, o “secondo voi che reazione si aspettava Ricky?”. Per poi rivolgersi ai ragazzi perché commentino quello che è stato detto di loro. Ancora, una domanda per i genitori potrebbe essere “se fosse stata Joanie a lasciare la scuola vi avrebbe stupito di più o di meno?”. Che vuol dire entrare non tanto nelle differenze fra i due figli, ma nel modo in cui i genitori *raccontano* le differenze fra i due figli – e magari scopriremmo che la madre e il padre ci darebbero due risposte differenti: non solo differenze, ma differenze fra differenze, e così via.

È il modo in cui si lavora intorno alla depressione di un congiunto, al digiuno di una figlia, ai comportamenti a rischio dell'adolescente di casa, a un dolore che affligge il nucleo, a una crisi, a un conflitto, a un trauma. Si fanno domande su cosa è cambiato da quando la figlia ha annunciato di voler continuare gli studi all'estero, da quando il figlio ha fatto coming out, da quando la nonna è morta, da quando il papà dorme sul divano. Sempre in questo gioco di specchi in cui tutti sono osservatori di tutti e del modo in cui gli altri li osservano.

È una tecnica che i terapeuti studiano, apprendono, allenano, ma è soprattutto la traduzione nell'azione di una teoria, di un modo di vedere le relazioni e la cura. Ha bisogno, per realizzarsi, di un/una terapeuta in una posizione rispettosa, che sappia stare dentro un dolore, prendersi il tempo per esplorarne insieme alla famiglia sfaccettature e descrizioni possibili.

Come dicevo sempre nell'articolo di novembre, un conto è *avere una tecnica*, che è la forma che si dà al proprio lavoro, e un conto è *usare delle tecniche*, che sono delle trovate da cui ci si aspetta un *effetto*, la manifestazione di qualche preteso potere taumaturgico.

Se, raccontato così, questo modo di condurre la conversazione sembra una prassi un po' pedante, considerate la differenza fra l'esercitarsi a fare le scale e il suonare: più si ha esperienza, più le scale e la tecnica spariscono dietro la musica. Un conto è seguire una lista di domande in modo rigido, un altro è la fluidità di una conversazione come forma di improvvisazione che nasce dall'ascolto e dal sapere cosa e come guardare. E come la musica non è solo assoli formidabili, questi brevi esempi di raffiche di domande non rappresentano tutta la pratica della conversazione in terapia. Non è tutto così vertiginoso, ci sono anche “come stai?”, “che effetto ti ha fatto?”, cosa desideri?”. E c'è anche molto di più, certo, ma qui mi interessa un aspetto particolare della cura della parola: la sua *forma*.

Cosa succede quando si fanno domande in un certo modo?

In questa profusione di domande e risposte che si inseguono e si intrecciano si vedono emergere tre fatti molto interessanti.

Il primo è che si anima un teatro di relazioni e motivazioni.

Per capire questo bisogna tener presente un concetto: *dati* e *informazioni* non sono la stessa cosa. Spesso li prendiamo per sinonimi, ma sono materiali di complessità completamente diversa.

"Howard ha chiamato la nonna" non è una informazione: è, diciamo, un dato percettivo, un'osservazione grezza. *"Marion dice che Howard si rivolge sempre a sua madre, ma lui minimizza"* è qualcosa di un altro ordine di complessità. È una vera informazione. L'informazione, dice Bateson, "è una differenza che fa una differenza": Marion ha descritto una azione di Howard e lui la descrive in un altro modo. C'è una differenza. Non solo: quella differenza genera a sua volta una differenza, per esempio introduce un'altra storia, che prima non c'era. Quella, sembrerebbe, di un contrasto fra Howard e Marion, e che fra le altre cose questo potrebbe riguardare la relazione di lui con la madre, e che Howard potrebbe sentirsi sotto accusa per questo. Tanto che chi conduce la seduta a quel punto potrebbe cominciare a domandare come mai la mamma veda un filo diretto preferenziale fra suo marito e la suocera, o se capita spesso che parlando della nonna abbiano impressioni differenti. Si illumina un palcoscenico popolato non di *fatti* puri e semplici ma di *relazioni*, di personaggi tridimensionali coi loro desideri e le loro emozioni. Ciascuno si racconta ed è raccontato, ciascuno osserva ed è osservato, ciascuno si osserva nell'atto di osservare – e di osservare il modo in cui è osservato. È un sistema che si muove e prende forma intorno a un sintomo, a un problema, a un conflitto. E che mentre si mostra a noi, riflette su se stesso.

Il secondo fatto è particolarmente strano. Non succede facilmente nella vita di tutti i giorni: le persone *si ascoltano*. Ascoltano punti di vista diversi senza intervenire, accettano ben presto di aspettare il proprio turno per commentare il commento. Ciascuno, mentre racconterà la propria versione di un fatto, ci dirà come vede gli altri (perché non c'è solo quello che si dice, c'è anche *come* lo si dice), che intenzioni e che ragioni attribuisce loro, e gli altri lo ascoltano parlare di loro, e aspetteranno. In un secondo momento ciascuno commenterà i punti di vista degli altri, aggiungerà il proprio, e nessuno di quei punti di vista sarà quello "vero" o definitivo. Ne emergerà una descrizione molteplice, sfaccettata, che sarà il prodotto di tante narrazioni complementari o anche in contraddizione fra loro. Ciascuna di queste sarà ricevuta come un punto di vista: legittimo e importante, ma un punto di vista e non una spiegazione da valutare secondo un criterio di verità.

Tutte quelle domande, infatti, non servono ad approdare a una verità ultima. *Non c'è* una verità ultima: c'è che le persone vivono le cose da prospettive diverse e dentro cornici diverse, e questo a volte le mette le une contro le altre. Se raccontano un fatto in modi differenti, se hanno persino ricordi diversi di un fatto "oggettivo" non è perché uno di loro è un mistificatore, ma perché vivono sì, dei *fatti*, ma li vivono dentro dei *significati*. Questa è la premessa implicita, e se necessario anche esplicita: non siamo qui per capire chi ha *ragione*, ma per capire come si compongono insieme le *ragioni* di tutti.

Questa idea di moltiplicare le spiegazioni possibili anziché tendere a una definitiva è un modo di prendere come bussola l'imperativo etico di Heinz von

Foerster: "agisci sempre in modo da aumentare il numero di possibilità". È una regola che evidentemente conosce delle eccezioni, ma poche e gravi. Ad esempio, se c'è qualcuno che fa del male a qualcun altro, proporre un contesto di conversazione cooperativa, in cui tutte le versioni sono alla pari, sarebbe orribilmente ingiusto e dannoso per chi è in pericolo. È l'atto della violenza che per definizione chiude possibilità, e prenderne atto è l'unico modo di riaprirle sia per la vittima che, domani, per il violento. Al di là delle situazioni in cui c'è qualcuno da proteggere, può capitare che il o la terapeuta provi più comprensione verso le ragioni di qualcuno che quelle di qualcun altro. Se c'è un giovane che aspira ad uscire da casa e un genitore che fa di tutto per tenerlo legato, è chiaro che molti di noi saprebbero da che parte stare. Ma qui non si tratta di stare con chi ha ragione: piuttosto, di garantire un dialogo fra le ragioni di tutti. Non si aumenta il numero delle possibilità con le prediche o parteggiando per chi secondo noi è nel giusto, lo si fa garantendo cittadinanza a tutti i punti di vista: nel confronto aumenta la probabilità che ciascuno di essi appaia come, appunto, un punto di vista, e in quanto tale discutibile, parziale, situato.

Il terzo fatto è che emergono idee e ipotesi sulle relazioni familiari che non coincidono con la somma delle singole descrizioni ma con un livello di lettura più complesso. La persona che porta addosso un problema diventa parte di un coordinamento di azioni, di posizioni e di pensieri molto più ampio. Per esempio, il colpo di testa del figlio può cominciare ad apparire un atto che porta alla luce il bisogno che tutti hanno di un cambiamento evolutivo. Forse, come lui era bloccato in una scelta di vita che non gli piaceva, Howard dipendeva dalla madre, con un costo importante per il suo matrimonio, Marion si sentiva sola nella sua relazione, Joanie era incastrata nel ruolo di mediatrice e consolatrice. Anni fa si sarebbe detto che "Ricky ha fatto quello che ha fatto per salvare la sua famiglia": l'idea era che le persone non fossero soltanto interconnesse, ma che giocassero dei ruoli in una partita strategica per cercare di cambiare gli altri. Oggi siamo assai meno inclini a pensare che le persone tramino strategie, siamo molto meno impegnati a cercare una "logica interna" funzionale a qualche genere di equilibrio del sistema, e pensiamo piuttosto che quell'intreccio di storie generi possibilità di descrizioni molteplici. Più che cercare intenzioni nascoste o inconsapevoli, magari ci interessiamo al modo peculiare in cui quelle quattro infelicità si compongono fra loro.

Un'altra storia potrebbe essere sul modo in cui quello che ha fatto Ricky potrebbe aiutare i genitori a parlarsi; e magari, se questo avrà un seguito, Joanie potrebbe considerare la possibilità di abbandonare il suo ruolo di supporto alla madre e pensare alla propria vita. O ancora, in una versione dei fatti in cui Ricky è silenziosamente solidale con un padre che vede coartato e bloccato, potremmo vedere un figlio che sta dicendo al padre: "guarda come ci si ribella all'autorità dei genitori!". Le storie si avvicendano, stanno una accanto all'altra, nessuna è una verità da scoprire e ciascuna suggerisce differenti modelli di connessione. Ognuna di queste aprirebbe a nuove domande: "Ricky, secondo te chi in casa sente più bloccata la propria vita?"; "Secondo voi che termine si è data Joanie per lasciare l'incarico di appoggiare la mamma e riprendere in mano i propri progetti?"; "Da quando Ricky potrebbe essere diventato un testimone silenzioso della depressione del papà?".

E il ciclo riparte. Storie e storie di storie, punti di vista e punti di vista sui punti di vista, dove sintomi e comportamenti problematici non si identificano con le persone, ma sono cose che le persone fanno, per ragioni che sono connesse con le ragioni degli altri. E che hanno un inizio e una fine, una dimensione temporale, un senso che si incastra col senso delle cose che fanno gli altri. Nessuno è "matto", nessuno è "sbagliato", tutti hanno voce in capitolo.

Forse si comincia a intuire in che senso dico che in tutto questo c'è qualcosa di "politico". Sarà più chiaro, conto, nella seconda parte dell'articolo, fra una o due settimane.