

## NEOPSICHE N° 34 ANNO 2022/23

Rivista di Analisi Transazionale e scienze umane

**Recensione del libro LA COPPIA: DALLA CRISI ALL'EVOLUZIONE.** Erickson Editore, Trento, di Giorgio Piccinino, Pier Luigi Spatola e Alessandra Zanuso.

### ABBIAMO BISOGNO DI RELAZIONI INTIME E DURATURE

*Marco Mazzetti*

La prima immagine che mi ha evocato la lettura di questo volume è quella di un'architettura solida e funzionale: la struttura possente di una cattedrale romanica, e insieme la funzionalità e la luminosità di un grattacielo contemporaneo.

Questa metafora mi è stata suggerita dalla cura per i dettagli con cui il volume è stato progettato, dalla solidità e dalla completezza dell'approccio e dal senso di protezione che emana per le persone coinvolte nella terapia: i membri della coppia, certo, ma anche le eventuali altre persone legate alla relazione (i figli in primo luogo) e i terapeuti stessi.

Il progetto è accurato fin dalle prime pagine: il libro *La coppia: dalla crisi all'evoluzione* si apre infatti con un breve *excursus* sulla storia della psicoterapia di coppia (al cui sviluppo il nostro paese ha partecipato con personaggi di spicco, come Mara Selvini Palazzoli) e con un'analisi sociologica sullo stato dell'istituzione matrimoniale e della famiglia in Italia.

Quello che sta avvenendo da noi (e, sia pure in modo meno drammatico, in altri paesi cosiddetti "a sviluppo avanzato") dalla fine del XX secolo a oggi è infatti un evento mai visto nella storia dell'umanità: una crisi demografica drammatica, di dimensioni non immaginabili ancora pochi decenni fa, in cui la decrescita della popolazione ha un ritmo crescente e incalzante (Istat, 2021): dagli attuali circa 60 milioni di abitanti dovremmo scendere a 54 milioni nel 2050, e solo a condizione che ci siano costanti e consistenti flussi migratori. Inoltre saremo anche una popolazione molto squilibrata, con un eccesso di anziani rispetto alla popolazione in età di lavoro. Gli autori riportano dati statistici impressionanti: un calo imponente della nuzialità che si accompagna a una crescita altrettanto notevole delle separazioni e dei divorzi. Le famiglie con almeno tre figli si sono ormai ridotte a meno del 5% del totale.

Siamo dunque in presenza di una crisi della famiglia, prima ancora che della coppia, cioè del luogo delle relazioni durature per antonomasia. Sapere che ci muoviamo in uno scenario del genere ci aiuta a mettere in prospettiva la terapia di coppia: nel comune sentire sembra che la costruzione di relazioni stabili sia sempre meno presente nella nostra struttura sociale. L'attenzione agli scenari è fondamentale: non possiamo curare le persone al di fuori dei loro riferimenti culturali. Ed essere consapevoli di come questi possano essere fluidi e mutevoli è fondamentale soprattutto per quei terapeuti, come lo scrivente, che hanno formato la propria cultura familiare e sociale in epoche storiche e su modelli che sembrano lontanissimi e probabilmente oggi in gran parte dimenticati.

L'architettura del volume ne dà conto, e questo significa porre buone fondamenta. L'altro elemento che contribuisce alla solidità della struttura, nella mia percezione, è l'attenzione alla protezione. Alla protezione del *setting*, innanzi tutto, e ai possibili attacchi che possono giungere da comportamenti ingenui o manipolatori dei membri della coppia; alla protezione di questi da decisioni impulsive o premature; alla protezione di eventuali figli, soprattutto se in giovane età; e alla protezione dei terapeuti.

La funzionalità della architettura, invece, deriva dalla sua attenzione a tutti i possibili dettagli in gioco, grazie a quella che potremmo chiamare la "tecnologia contemporanea" della psicoterapia. Gli autori non tralasciano nulla: si basano sulla loro vasta esperienza clinica, su solidi studi e relativi riferimenti bibliografici, sui percepibili scambi di riflessioni tra di loro.

Costruiscono così un testo ricco e appassionante, che è strutturato come una narrazione storica delle diverse fasi della terapia della coppia, dal primo incontro alla conclusione, con dovizia non solo di particolari, ma anche di esempi clinici. Proprio l'abbondanza e la ricchezza di questi ultimi rendono i concetti teorici immediatamente comprensibili e la lettura coinvolgente.

La struttura del volume si apre con due capitoli che delineano lo scenario entro cui si muove, nel nostro paese (e probabilmente non solo), la vita di coppia: nel primo vengono delineati gli elementi storici, sociali e culturali cui abbiamo fatto riferimento in precedenza, mentre nel secondo si considera la vita di coppia (e più in generale l'affettività) in funzione dello scopo non tanto segreto della vita di noi esseri umani: cercare la felicità.

È questo un tema a me particolarmente caro, perché è una sorta di paradosso: nei libri di psicoterapia si parla pochissimo di felicità. Come se gli scopi di una terapia fossero diversi da quello di essere felici.

Vi prego di perdonare l'autocitazione, ma nello scorso numero di Neopsiche ho proprio citato il fatto che *“i miei pazienti, quando vengono nel mio studio, non lo fanno per esperire l'intimità o raggiungere l'autonomia. Vengono per stare bene e essere felici”*. In quell'occasione mi divertii a cercare quante volte Eric Berne citasse la parola “felicità” in alcuni suoi libri: *“In Ciao, e poi? (Berne, 1972) ricorre quattro volte: due per dire come non la si raggiunge se si sta nel copione, e due per commentare il modo parziale con cui Ercole e Damocle, nel mito, poterono esserlo solo per un tempo limitato e a dure condizioni. (...) In A che gioco giochiamo (Berne, 1964) quella parola non c'è mai. In Fare l'amore (Berne, 1970) sette volte: una per dire che il sesso aiuta la felicità, e tutte le altre volte per dire come non la si raggiunge, o per tornare a raccontare copioni mitologici (come Damocle, appunto)”* (Mazzetti, 2022). Sono quindi stato felice di vedere come in questo volume, al contrario, sia la cornice entro cui dipanare il percorso della terapia di coppia: un mio sentito grazie personale agli autori!

Non solo nel capitolo iniziale, infatti, ma anche in altri successivi ritorna questa sottolineatura su come relazioni affettive intime e durature siano fondamentali per il perseguimento della felicità.

I capitoli successivi entrano poi nel merito del processo terapeutico. Nel terzo si descrive la costruzione del setting e l'avvio della terapia, con le attenzioni necessarie a valorizzare la storia personale e sentimentale dei partner e nel quarto le delicate operazioni che conducono le persone a riappropriarsi delle proprie responsabilità nell'evoluzione della relazione sentimentale. Un passaggio spesso temuto, perché vissuto come possibile colpevolizzazione, ma che si rivela essere, invece, un'occasione decisiva di riappropriazione della propria autonomia e potenza (Steiner, 1968). Nel quinto, poi, l'attenzione è posta sull'analisi delle dinamiche transferali e controtransferali sia all'interno della coppia, sia all'esterno cioè nel *setting* terapeutico.

Il sesto capitolo si occupa della vita sessuale e dello spazio che inevitabilmente ha nella terapia di coppia: anche in questo caso con un'accurata attenzione al contesto storico e culturale contemporaneo. In esso si sottolineano le diverse implicazioni della relazione sessuale, dalla dimensione edonistica a quella affettiva nella costruzione dell'intimità.

Il settimo capitolo è dedicato all'analisi della crisi della coppia, e in particolare dell'evoluzione del problema che l'ha condotta in terapia, e gli ultimi due alla conclusione del percorso psicoterapeutico, secondo le due possibili evoluzioni: la ricostruzione del legame affettivo su di un terreno nuovo proiettato nel futuro, o la separazione, che anche ha necessità di cura, perché si riveli utile al futuro sviluppo dell'autonomia e della felicità degli ormai ex-partner.

L'ultimo capitolo infine descrive un modello di intervento fatto da una coppia di terapeuti, che viene definita *terapia in quattro*, evidenziandone i punti di forza e le risorse, anche qui con ricchezza di esempi clinici.

Un aspetto che voglio ancora sottolineare in conclusione è la dimensione esistenziale che pervade l'intero volume, e che si esprime attorno all'idea che una relazione affettiva duratura e intima sia un elemento essenziale per la felicità di noi esseri umani. Insomma, siamo nati per amare, per citare il titolo di un precedente volume di uno degli autori (Piccinino, 2016).

Come abbiamo detto, *La coppia: dalla crisi all'evoluzione* è un testo centrato sulla prassi, che sviluppa la sua teoria partendo dalla pratica: e questo ne fa un testo squisitamente analitico-transazionale. Perché così Eric Berne ha voluto l'AT: una teoria della prassi, il cui unico scopo era curare, e guarire, le persone.

