

A.I.P. e F.

Associazione Italiana Psicanalisi e Famiglia

*Sede legale: Via L. Ornato n°7 MILANO
e-mail: aipef@libero.it - assoaipef@libero.it*

Tel.3889467178 – 3202958891 - 3477635412

L'OPERATORE TRA RISORSE E LIMITI DEGLI STRUMENTI PROFESSIONALI

***La presa in carico ed il colloquio: del singolo, della coppia e col genitore
omologo***

A cura di Maria C. Bonfantini

Quando si riceve una richiesta di presa in carico, di solito, c'è tanta ansia determinata dal bisogno di un aiuto immediato, ma non è quasi mai utile “agire” l'ansia dell'utente; fissare il colloquio dopo alcuni giorni è già una comunicazione positiva:
- Comprendo il tuo problema ma so che ce la farai a reggere ancora per qualche giorno.-

E' importante poi che si faccia ben attenzione a capire da chi viene realmente la richiesta; spesso è un parente che vorrebbe il colloquio per il congiunto in difficoltà.

Di solito è la persona che telefona quella realmente motivata, l'altra, anche se ne ha bisogno, spesso non è motivata o non è in grado di investire sufficienti energie psichiche nel cammino terapeutico. In questi casi si chiede che l'appuntamento venga preso dall'interessato o si suggerisce a chi telefona di venire lui per capire come fare a coinvolgere direttamente il malato.

Nel primo colloquio è necessario esplicitare chiaramente le regole che si intendono seguire (setting): durata degli incontri, intervallo fra un colloquio e l'altro, possibilità d'interruzioni e tutte quelle condizioni ritenute necessarie per il buon esito del lavoro. L'utente che fa richiesta d'aiuto deve sapere che si trova ad intraprendere un processo emancipatorio sì, ma anche impegnativo e magari doloroso.

Nel colloquio ci si può dare del lei per mantenere la necessaria posizione asimmetrica, ma ad un certo punto si può passare al tu quando l'utente ha raggiunto una maggiore confidenza col proprio mondo interno ed ha accorciato la distanza emotiva dal proprio genitore omologo che l'operatore può rappresentare. Quando questo accade va fatto rilevare e ne va chiarito il significato simbolico così da evitare che l'operatore sia vissuto come l'amico.

Il colloquio ha l'obiettivo di far emergere ciò che la persona ignora per questo tra operatore ed utente si instaura una relazione particolare: relazionarsi efficacemente significa interpretare adeguatamente la comunicazione sapendo riconoscere l'induzione emotiva e il suo significato. Quindi come operatori dovremmo sempre chiederci come mai l'altro ci ha fatto sorgere una certa emozione, venire una certa idea, suscitare una determinata fantasia che sono inerenti alla ricerca di senso dell'utente. Il colloquio presuppone una allenata capacità di ascolto: l'operatore ascolta e si ascolta per arrivare a cogliere la dinamica delle relazioni dell'utente. E' poi opportuno scrivere subito dopo il colloquio il protocollo per evitare che vadano persi significativi particolari che aiutano a capire l'utente ed anche per prendere le distanze da induzioni emotive talvolta molto forti e distruttive.

Mi preme a questo punto ricordare che è molto importante dedicare del tempo (qualche seduta o molte a seconda della gravità dei casi) alla raccolta dei dati sul paziente, la sua storia e quella della sua famiglia. L'anamnesi dovrebbe riguardare il piano fisico, psicologico, emotivo-relazionale, spirituale ed essere il più possibile accurata perché le persone che sono nel disagio spesso cancellano, omettono, distorcono la realtà per il dolore provato. Occorre effettuare una paziente opera di "ristrutturazione" che può comportare crisi evolutive, momenti di resistenza ed auto-sabotaggio perché molto faticose per la persona in difficoltà.

Infatti, le convinzioni distorte, i rancori, i risvolti emotivi legati alle interferenze vissute nel rapporto primario agiscono da resistenze anche nella fase di raccolta dati.

Non è inusuale che l'utente ricorra a bugie o tenti di trasformarci in alleati usando la seduttività, oppure dichiararsi di aver fatto molti cambiamenti senza, "gattopardescamente" cambiare nulla, quando non mette in atto tattiche di logoramento, svalutazione, competizione mettendo sempre tutto in discussione e vanificando gli obiettivi raggiunti.

Il recupero alla coscienza dei contenuti profondi non è comunque sufficiente; in realtà la comprensione intellettuale non è la stessa cosa di quella emozionale: il cambiamento si ha quando l'utente smette di sentire paura e non quando diventa consapevole ciò di che teme.

L'operatore nel corso dei colloqui non parla di sé, ma solo del senso della comunicazione che riceve; la comunicazione non è solo quella verbale mediata dal linguaggio, è ancora più importante quella dei vissuti che vanno sempre verbalizzati in quanto si fa chiarezza ed è possibile formulare ipotesi di lavoro.

È importante anche che l'operatore prenda coscienza e verbalizzi ciò che sente fisicamente poiché sono sintomi indotti che è utile interpretare.

Ad es. il mal di testa può derivare dal non esprimere le emozioni, dall'essere dentro una situazione conflittuale, dalla non accettazione dell'autorità. Il mal di stomaco, per fare un altro esempio, è collegabile alle problematiche dell'identità, ad un cattivo rapporto con la realtà ed il mondo esterno che si vorrebbe vomitare; i brividi di freddo invece segnalano un disagio molto profondo ed una situazione psicotica. L'interpretazione è opportuno tenda ad eliminare l'ostacolo e non dovrebbe trasformarsi in un attacco diretto alle "strutture di sopravvivenza" dell'utente che possono essere riutilizzate per fini sani, come i meccanismi di difesa dell'Io.

Quando il disturbo nello sviluppo emotivo è molto antico e riguarda il rapporto primario è indispensabile la presenza in seduta del genitore che solo può dare al figlio/figlia ciò di cui ha bisogno in modo non interferito. L'utilizzo del genitore omologo in seduta è una risorsa insostituibile in ogni caso; incerte situazioni comunque il colloquio non può che essere individuale perché il genitore è morto, il partner non c'è o non è disponibile.

Per lavorare con l'utente bisogna essere il più possibile sereni perché il carico emotivo che ci si trova a sostenere può essere veramente pesante; per alleviare il carico delle induzioni, oltre al protocollo, va fatto ricorso alla supervisione: non accettare un supervisore o farlo solo formalmente per scaricarsi dalle responsabilità, senza però riconoscergli autorità, è di nuovo un agire gli utenti che non accettano l'autorità dei genitori e sono nella confusione e nell'impotenza, prigionieri del pensiero magico e dei vissuti d'onnipotenza infantili.

Il colloquio di coppia è una vera e propria analisi di quell'unità psicologica e fisica che il rapporto fra i partner esprime: ci sono due individui ed una relazione che vanno presi in attenta considerazione così da far emergere valori e potenzialità.

E' utile, nell'affrontare i colloqui con coppie, possedere esperienza di vita di coppia, anche se sofferta, poiché conoscere il dolore consente di meglio comprendere la sofferenza altrui. Il tentativo di controllare la sfera emotiva nasce dal pregiudizio largamente diffuso che le emozioni rappresentino il "lato debole" della personalità, ma chi nega la propria emotività la comunica inconsapevolmente in modo marcato a coloro con cui entra in rapporto perché le emozioni trovano sempre la strada per esprimersi. I partner dovrebbero avvalersi dello scambio emotivo per conoscersi ed approfondire sempre meglio il loro rapporto così da dare spazio per esprimersi all'amore che li lega.

Una delle difficoltà delle coppie è riuscire a capirsi sul piano del sentimento in modo da sviluppare la componente simbiotica del rapporto che rappresenta un punto fondamentale per la stabilità del rapporto. Oggi si preferisce rimanere in superficie piuttosto che rischiare conflitti e discussioni perché la conoscenza implica lo scoprirsi e quindi l'esporsi al giudizio e all'approvazione o disapprovazione dell'altro.

Lo stare bene insieme è qualcosa che va costruito; è frutto di un processo quotidiano e costante di comprensione, attenzione e trasformazione di sé e del partner.

Ciò è possibile se le esigenze di ciascuno si sono adeguatamente consolidate nel rapporto col genitore omologo.

Una particolare consistenza simbiotica ha il gesto dell'abbraccio a cui si invitano le coppie durante il colloquio: si tratta di richiamare un gesto antico, un tempo in cui la vita era un abbandonarsi fiducioso e totale alle cure parentali.

L'abbraccio fra i partner è un modo per esprimere tangibilmente la condivisione dell'affettiva e l'intimità e non è raro, quando la coppia attraversa una crisi, che l'uno o l'altro si neghi all'abbraccio.

La stabilità e l'armonia della copia dipende, dunque, dalla capacità dei partner di gestire in modo equilibrato sia l'aspetto economico, sia quello simbiotico presenti al suo interno; ma non sono solo questi i piani in cui si trovano ad interagire perché ciascuno dei due è anche in rapporto con la propria famiglia d'origine e con i figli, se ci sono.

Poi c'è l'influenza del contesto sociale allargato e quindi, anche se al colloquio ci sono solo moglie e marito, in realtà portano in seduta una famiglia molto più estesa.

Pertanto è utile indagare sulle aspettative e le realtà emotive ed economiche di ciascuno dei partner, non solo in rapporto al coniuge, ma anche ai genitori, ai parenti suoi e dell'altro, ai figli se ci sono, ed alla rete più vasta di rapporti sociali (lavoro amicizie ecc).

La coppia che denuncia difficoltà di rapporto fra i partner o con i figli esprime sovente un disagio che magari ha origine al di fuori del rapporto stesso in quanto la relazione avviene fra individui con proprie caratteristiche. In ogni caso è utile rinforzare l'identità personale di ciascuno perché è la base su cui si costruisce l'identità di coppia che è una realtà fluida, un movimento avanti e indietro simile a quello dell'amplesso che consente di mettere in crisi l'organizzazione individuale senza che eccessive paure blocchino la persona che così si può ridefinire su un piano più alto. Tutto ciò favorisce la creatività e consente l'arricchimento dell'individuo e della coppia stessa.

Per questo è importante indagare sui motivi che sono stati determinanti nella scelta del partner che risulta sempre a livello profondo molto accurata a causa di motivazioni inconsapevoli che spingono a cercare chi risponde al nostro bisogno.

I sentimenti ambivalenti ed i bisogni insoddisfatti in età infantile determinano la scelta in età adulta; dal nostro lavoro di ricerca abbiamo avuto conferma che le coppie hanno esito positivo quando ciascuno sa cogliere nel partner gli aspetti più positivi del proprio genitore omologo. La coppia infatti è vissuta come il luogo in cui vengono soddisfatti i bisogni ed apprezzate le qualità; le disfunzioni nascono quando non si riesce in questo per aspettative inadeguate.

Una relazione positiva può realizzarsi solo fra due persone che si sentono reciprocamente di eguale valore, indipendentemente dal ruolo che svolgono; un rapporto sottomissione/dominanza ingenera un sistema di contrapposizione: chi ha torto e chi ragione, chi viene punito e chi premiato.

Le difficoltà di coppia hanno sempre a che fare anche con la scarsa stima di sé: più grande è il bisogno di protezione e più bassa è l'autostima.

Quando una persona è insicura ricorre a meccanismi di difesa o proiettivi, per cui è sempre utile fare chiarezza in merito perché può essere che inconsapevolmente uno aiuti l'altro a fare ciò che sta facendo.

Per questo è bene verificare i rapporti di ciascun partner con i genitori in quanto può accadere che la richiesta che viene fatta al partner è di soddisfare bisogni a cui si crede che i genitori non abbiano risposto, trasformando di fatto il rapporto di coppia in quello di genitore-bambino.

Ma il partner ha un altro ruolo e, anche volendo, non può soddisfare alla richiesta : ciò può avere strascichi talvolta devastanti di rabbia, rancore, paura e violenza.

In questi casi, soprattutto, è indispensabile coinvolgere nei colloqui genitori omologhi dell'uno e dell'altro partner alternativamente.

In altri casi la coppia accede ai colloqui per risolvere problemi di carattere sessuale e con questo comunica che accetta, per il momento, di mettere in discussione solo quell'aspetto del rapporto; inoltre il sintomo, di solito, sembra essere un problema per uno solo di partner. Sesso e denaro sono di gran lunga i motivi di litigio più frequenti ed è comprensibile visto che entrambi rappresentano potere e controllo.

Solitamente comunque i problemi sessuali coprono una difficoltà di rapporto e di comunicazione profonda e dipendono dalla confusione tra intimità sessuale ed affettiva.

La richiesta di coinvolgere nel colloquio il genitore omologo non manca di suscitare nelle persone una vasta gamma di reazioni emotive.

Comunque chi intraprende un lavoro su di sé desidera conoscersi più profondamente, in altre parole, consolidare la propria identità e ciò è possibile solo recuperando il rapporto d'amore col genitore: eppure quante resistenze!

Razionalizzare i sentimenti significa mortificarli, annullarli; per ritornare a sentire non c'è cura migliore dell'abbraccio del genitore.

La fiducia del genitore nelle potenzialità del figlio consente a quest'ultimo di superare la paura di essere visto ed ascoltato: si accetta, si rende disponibile a conoscersi e a riconoscersi per quello che è.

In molti c'è l'esigenza di una maggiore differenziazione: si vivono incapaci di un'esistenza autonoma ed investono le loro energie nel ricercare l'approvazione altrui. Più è accentuato il livello di indifferenziazione e maggiore è l'esigenza di creare e mantenere una distanza emotiva a garanzia della propria indipendenza: si evita il contatto fisico, il dialogo, la comunicazione delle proprie opinioni, emozioni e sensazioni.

Il figlio che, per timore di essere rifiutato, è incapace di manifestare se stesso nel rapporto col proprio punto di riferimento alterna giornate di silenzio ad esplosioni di collera e ribellione: la paura che lasciarsi andare equivalga a disperdersi, che accogliere l'amore del genitore significhi essere invaso e derubato, costringe alla mortificazione della propria realtà emotiva e la negazione dell'emotività condanna all'impotenza, all'incapacità di aprirsi ad un vero rapporto.

A volta il genitore omologo, per il fenomeno dell'induzione emotiva, può essere indotto ad accettare che il figlio abbia un rapporto privilegiato ed esclusivo col coniuge, mentre il compito del genitore altro è quello di sostenere il partner, collaborare con lui per risolvere le paure e le resistenze del figlio, favorendo una positiva evoluzione della situazione edipica.

Essersi identificati positivamente col proprio genitore omologo significa non avere paura di cambiare, sapersi adattare alla realtà e modificare ciò che crea disagio.

Se le interferenze economiche invadono pesantemente il rapporto tra genitore e figlio si rischia di idealizzare il genitore e non si è più capaci di chiedergli aiuto; al contrario, i genitori sono sempre disponibili per i propri figli anche se sono ormai grandi e sposati da molti anni e non si meravigliano se viene richiesta la loro presenza al colloquio, al contrario dei figli.

In qualche caso il genitore è restio, ma solo perché induttivamente sente che il figlio lo vuole, non per ritrovare il rapporto, ma per mettere in atto la sua rappresaglia.

Oggi all'interno della coppia occorre trovare il giusto equilibrio tra il bisogno di rapporto emotivo ed il bisogno di affermazione di sé.

L'autonomia viene percepita come tale nel momento in cui si sente se stessi e questo può avvenire se in precedenza entrambi i partner sono passati attraverso l'accettazione del proprio genitore omologo, cioè quando hanno elaborato i conflitti, le paure, le angosce e le interferenze che si sono fraposte nel rapporto simbiotico.

La simbiosi non comporta dipendenza: è la centralità di un rapporto; nel rapporto simbiotico non ci sono modelli, c'è il rapporto d'amore e qualsiasi genitore, anche il più interferito, ha per il proprio figlio disponibilità ed attenzione.

Le difficoltà di convivenza nascono quindi da problemi precedenti: si tratta di "strutture di sopravvivenza" di uno o di entrambi i partner che impediscono lo sviluppo del rapporto rendendo la relazione statica, rigida e ripetitiva, quindi patologica.

Le strutture di sopravvivenza, infatti, irrigidiscono la personalità e rendono rigidi e ripetitivi gli atteggiamenti, ma spesso questa rigidità viene considerata sinonimo di sicurezza, equivale alla conferma di sé.

Invece, vivere consapevolmente il rapporto primario significa sapere cosa cercare nell'altro; prendere coscienza delle virtù e dei limiti del proprio genitore consente di scegliere un partner in cui prevalgano le prime piuttosto che i secondi.