

Commento al caso clinico presentato in: *La coppia come occasione del divenire reciproco*

*Maurizio Dodet**

Affrontare la lettura di un caso clinico di una ‘terapia in coppia’ significa per me avvicinarmi al *core* dell’agire del terapeuta nel proprio atto di cura. Questo prende forma all’interno di una relazione triadica in cui l’oggetto, la coppia, mette in gioco in ogni attimo il fluire di emozioni e comportamenti espressione del disagio, ma anche nell’avanzare del lavoro, degli esiti del lavoro stesso.

L’esplicarsi della relazione rappresenta l’oggetto della terapia, ma anche e soprattutto diviene strumento terapeutico nelle interazioni con il terapeuta.

Conoscere, ormai più di venti anni fa, Michele Minolli e i colleghi della SIPRe fu una scoperta per me di un modello psicoanalitico che così tanto mi risuonava con la mia formazione costruttivista e il mio lavoro con le coppie.

“In questo senso la relazione di coppia può essere intesa come il contesto potenziale per la crescita e l’emancipazione individuale; è una relazione adulta, in cui ciascun individuo continua a divenire. Non quindi un traguardo, ma l’occasione propizia per il processo evolutivo individuale dei suoi componenti.”

Non potrei esprimermi meglio. Relazione erotico sentimentale di coppia come ‘occasione’, ma anche luogo dove emergono profonde sofferenze, espressione di crisi identitarie che non riescono a trovare una strada evolutiva.

Francesca e Nicola sin dalla richiesta di aiuto esprimono le dinamiche fondanti la loro relazione: lei appare sensibilissima ai minimi mutamenti emotivi del compagno, cercando in ogni attimo di acquietare le proprie angosce abbandoniche prendendosi cura di lui. Lei si fa carico delle continue fluttuazioni emotive di lui generate da una difficoltà a riconoscere i propri bisogni e la propria capacità nell’affrontare le proprie scelte. Lui le ‘permette’

*Laboratorio di Psicologia Cognitiva Postrazionalista, Roma, Italia.
E-mail: mdodet@iol.it

di prendersi cura, affidandole i propri vissuti di inadeguatezza, che progressivamente si attenuano. Entrambi hanno gestito molto bene la loro relazione finché era a distanza, forse sentendosi protetti dalla lontananza stessa rispetto ad un pieno investimento e, allo stesso tempo, riuscendo a sperimentare un rapporto caratterizzato da desiderio e momenti di grande pienezza, in cui lei si sente affettivamente accolta e lui accettato e poco sollecitato ad esporsi.

Questa pare essere la fase di innamoramento in cui entrambi colgono nel rapporto con l'altro l'acquietamento delle proprie 'angosce identitarie' che li spingono ad affidarsi reciprocamente.

In nome di un'esperienza così inconsueta, caratterizzata da una accettazione senza condizioni, Nicola è spinto a fare un atto eccezionale e chiede a Francesca di sposarlo regalándole un anello al di sopra delle proprie possibilità, esprimendo uno stato di grazia che nasce nell'interazione con lei che, a sua volta, si sente finalmente desiderata e voluta.

Aver innalzato l'asticella delle aspettative in Francesca, ma anche tra gli amici e i familiari fa riemergere in Nicola, però, angosce di inadeguatezza che, una volta espresse, accendono in Francesca le angosce di poter essere abbandonata, peraltro dopo aver esplicitato il proprio coinvolgimento accogliendo il desiderio di sposarsi del compagno. La scoperta dello stato di gravidanza impedisce la probabile separazione e i due si ritrovano in una condivisione di un progetto che sentono non pienamente deciso da loro.

Ad inizio terapia Francesca si attiva rivendicando tutte le mancanze del compagno, che pare essere entrato in un momento di insicurezza che lo porta a non riuscire più a farsi carico di responsabilità quotidiane, esprimendo delusione e rabbia.

La coppia appare alla terapeuta in uno stato di profonda crisi, in cui però emergono gli elementi che caratterizzano le 'chiusure del sistema' che fanno intravedere un presente possibile di stabilità. I due 'sé' nell'incontro hanno dato vita all'ingrinarsi, nell'innamoramento, dei loro nuclei identitari caratterizzati, in Francesca, dall'angoscia dell'abbandono e, in Nicola, dall'angoscia di inadeguatezza. Entrambi trovano nel *partner* la possibilità di affidarsi, sentendosi reciprocamente accolti e accettati.

L'esperienza soggettiva di amore è caratterizzata da un senso di poter vivere con e attraverso il *partner*, un senso di pienezza e di possibilità. La crisi in una coppia è sempre anche crisi delle due identità che sono alla ricerca di un nuovo assetto per affrontare nuove sfide di vita. Il 'nucleo di reciprocità emotiva' che si crea e dà forza alla relazione è anche quello che entra in crisi restituendo ad ognuno l'insicurezza della solitudine sentimentale, rendendoli 'orfani' l'uno dell'altro.

L'altro rappresenta, quindi, la risorsa per progredire nell'articolazione del proprio assetto identitario: in nome della ricerca del mantenimento della relazione per ciò che si è vissuto nella fase di innamoramento, ognuno giunge

ai confini del proprio assetto emotivo cognitivo del proprio nucleo di significato, ‘configurazione’ direbbe Minolli, e prova a trovare nuove risorse nell’approfondire la lettura di sé e la lettura dell’altro. Qui si inserisce il lavoro dello psicoterapeuta. Il *setting* sempre in coppia, senza mai dare spazio a colloqui individuali, permette di operare sul sistema e non dare spazio a possibili collusioni, assumendo il terapeuta il ruolo di catalizzatore di un processo di cui non si può conoscere l’esito. Il sistema coppia sta dando forma nella crisi ad un processo di ridefinizione che potrà generare una separazione o il mantenimento del rapporto con un diverso assetto.

L’impegno sin dall’inizio della terapia è quello di “lubrificare il meccanismo di conoscenza di sé dei due *partner* nelle specifiche declinazioni: chi sono, qual è la mia configurazione, come mi pongo nella relazione, cosa provo anche difensivamente rispetto alla paura di perdere l’altro, che funzione ha per il mio equilibrio”. “Lubrificare il meccanismo di conoscenza di sé dei due *partner*” rende pienamente l’idea del processo terapeutico in cui l’agire ‘in coppia’ permette il divenire di una conoscenza reciproca. La reciprocità emotiva specifica in una relazione erotico sentimentale nasce dall’ingrinarsi dei due nuclei di significato personale, ‘*self meaning*’, che dà vita a un risuonare specifico emotivo, a cui ognuno dà senso creando una narrazione coerente.

Il lavoro si svolge attraverso il racconto di episodi nei quali si declina l’agire in coppia, l’obiettivo è quello di ricostruire ogni evento seguendo il fluire reciproco delle attivazioni emotive, significandole all’interno di un dialogo tra i due *partner*.

Questo lavoro pare essere la dimostrazione dell’ipotesi costruttivista, secondo cui, ognuno non può accedere alla realtà se non attraverso le proprie chiavi di lettura rappresentate dal proprio nucleo identitario (*self meaning*) dovendo, quindi, rinunciare alla possibilità di una conoscenza attraverso l’obiettivazione di un *universum* condiviso. La realtà è creata dalle perturbazioni generate dagli infiniti multiversi possibili, quanti sono gli osservatori e attori di un fenomeno.

Vittorio Guidano ha descritto un metodo per ricostruire un episodio in terapia che ha chiamato ‘moviola’, descrivendo un canovaccio di intervento per ricostruire l’esperienza soggettiva. Viene costruito un racconto in prima persona, in cui, in una successione di scene caratterizzate dalla sequenza di attivazioni emotive, vengono resi espliciti i piani di spiegazione e i sentimenti di sé correlati ad esse. Il lavoro in coppia permette l’esplicitazione e il confronto tra le due percezioni soggettive e la lettura che ne fa l’uno e l’altro da Sé.

Quindi la terapia in coppia per ‘designificare’ o, in termini costruttivisti, riattribuire significati.

La complessità si genera perché ogni soggetto esprime un’emotività e una lettura cognitiva ineludibilmente autentica, ma che può e deve essere

arricchita della lettura dell'altro soggetto 'altro da sé'. Ognuno non può che essere Soggetto d'amore l'uno dell'altro. "Il significato profondo della crisi, dunque, secondo questa lettura, comporta la possibilità di coniugare l'essere autenticamente se stessi e l'amare l'altro in quanto altro da sé."

Io ritengo che il *core* del processo che si genera in un *setting* 'in coppia' sia proprio il restituire soggettività ad ognuno: maggior lettura di sé e dell'altro generato dall'ascolto reciproco di ricostruzioni di episodi in un racconto, in cui, ognuno si narra in prima persona riattivando in seduta emozioni relative al fluire del racconto e al contesto della seduta stessa. Il racconto si arricchisce di emozioni che si incarnano nel procedere del colloquio, vengono riconosciute, nominate, e inserite in un fluire di esperienza, che produce una legittimazione attraverso la costruzione di una narrazione coerente sia nelle sfere individuali sia all'interno della relazione.

"Abbiamo avuto paura, ora dicci come fare per non averla mai più". Ecco la richiesta di aiuto nell'iniziare ad avere uno scenario di possibilità futura, che nasce dall'aver maggior consapevolezza della sofferenza generata dal conflitto e del ruolo che entrambi giocano in esso. Non è possibile progredire in un percorso di vita senza affrontare la sofferenza generata dalla complessità delle relazioni che mettono in gioco in modo profondo i due sé.

Le terapie hanno bisogno di un tempo ampio. L'ora con cadenza settimanale o ogni due settimane opera da monitoraggio dell'evoluzione di un processo che ha bisogno di esperienze fatte di immediatezza, in contesti di vita che procedono creando sempre nuovi e spesso inaspettati accadimenti.

La figlia cresce e ingaggia i genitori in nuove sfide evolutive che attivano la reciprocità dei due genitori. Francesca, nell'osservare Nicola con la figlia 'spensierato e giocherellone', si pone in simmetria ed esprime tutto il suo vissuto di abbandono per il diverso modo di agire con lei espresso dal compagno. Nicola si comporta con la figlia gestendo le proprie angosce di inadeguatezza, sentendosi libero di agire come meglio sente.

Allo stesso modo Nicola sollecitato dalla terapeuta descrive la compagna che si lascia andare affettivamente nel rapporto con la figlia, mettendo da parte la propria rabbia e risentimento generato dall'angoscia abbandonica, percependo l'amore della figlioletta autentico e totalizzante per il solo fatto che è sua figlia.

Ormai i due sé sono emersi all'attenzione e consapevolezza reciproca, ne parlano esplicitamente esprimendo di più le proprie frustrazioni, i propri bisogni insoddisfatti, le aspettative espressione di una articolazione dei significati personali più armonica.

Ho ripercorso il caso clinico presentato utilizzando le chiavi di lettura appartenenti all'ambito cognitivo costruttivista. Ribadisco che il ruolo di un terapeuta può essere considerato quello di un catalizzatore di processi di elaborazione fisiologici ed emerge nel procedere del caso clinico come questo avvenga con atti di estrema delicatezza del terapeuta, che facilita le

dinamiche con modalità maieutiche; questo il portato del metodo psicanalitico che si declina in ambito costruttivista nella creazione di un racconto in prima persona attraverso il metodo della moviola.

Nel caso clinico noto una parte mancante: il lavoro sulle due famiglie di origine. Ritengo importante analizzare le radici dello ‘stile sentimentale’ dei due *partner*, attraverso un approfondimento della relazione con la coppia genitoriale e anche analizzare le caratteristiche del rapporto tra i due genitori, che offre notizie interessanti riguardo ai vissuti e alle aspettative rispetto al proprio ruolo e alle aspettative rispetto al *partner*.

Mi colpisce sempre quando leggo o ascolto colleghi della SIPRe, la quantità di stimoli che mi arricchiscono nel sentire una forte assonanza nel considerare la relazione oggetto e, soprattutto, uno strumento di terapia.

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Bara, B. Il terapeuta relazionale. Bollati Boringhieri, 2018.
- Dodet, M. Amore. In: Manuale di Psicologia Clinica e Psicoterapia Cognitiva. A cura di: Ardito R.B. e Bara B.G. Giovanni Fioriti Editore srl. 2024.
- Guidano, V. F. Complexity of the Self. New York: The Guilford Press, 1987 (Trad. it.: La complessità del sè. Torino: Bollati Boringhieri, 1988).
- Guidano, V. F., Dodet, M. Terapia cognitiva sistemico - processuale della coppia. Psicobiettivo, Cedis Ed. Gennaio-Aprile, 1993 (29-41).
- Guidano, V. F. The Self in Process. New York: The Guilford Press, 1991 (Trad. it.: Il sè nel suo divenire. Bollati Boringhieri, 1992).
- Minolli, M. Che aspetti ad andartene? L'amore nella cultura iper-moderna. Roma: Alpes, 2016.

Conflitto di interessi: l'autore dichiara che non vi sono potenziali conflitti di interessi.

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto: 24 January 2025.

Accettato: 3 March 2025.

Nota dell'editore: tutte le affermazioni espresse in questo articolo sono esclusivamente quelle degli autori e non rappresentano necessariamente quelle delle loro organizzazioni affiliate, né quelle dell'editore, dei redattori e dei revisori o di qualsiasi terza parte menzionata. Tutti i materiali (e la loro fonte originale) utilizzati a sostegno delle opinioni degli autori non sono garantiti o avallati dall'editore.

©Copyright: the Author(s), 2025

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2025; XXXVI:1012

doi:10.4081/rp.2025.1012

This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial International License (CC BY-NC 4.0) which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.