

Valentina Albertini*

The therapist's gambit - Riflessioni psicoterapeutiche e didattiche sulla serie 'La regina degli scacchi'

*'Non sono mai riuscito a capire gli scacchi.
C'è troppa scienza per essere gioco, e c'è troppo gioco per essere scienza'*
E. Lasker

Da 23 Ottobre 2020 *Netflix* ha distribuito in streaming la miniserie statunitense *'La regina degli scacchi (The queen's gambit)'* creata da Scott Frank e Allan Scott. La serie è basata sull'omonimo romanzo del 1983 di Walter Tevis.

Molti colleghi hanno pubblicato recensioni di questa produzione, che effettivamente ha molto da dire al mondo psicologico.

È una serie, infatti, che parla molto di relazioni di traumi relazionali, e la suggestione fra un possibile parallelismo fra le mosse degli scacchi e la psicoterapia mi ha colpito e fatto nascere in me queste riflessioni.

La storia più o meno la stanno conoscendo tutti, nei social il tam tam è forte: la ragazza incredibilmente talentuosa che entra e sfida il mondo, tutto al maschile, degli scacchi. Un 'piccolo mondo ossessivo' che nella serie emerge bene in tutta la sua concentrata alienazione.

Un ambiente fatto di miti, regole, studi, pratiche e pure stranezze, che mi ha ricordato molto il nostro mondo terapeutico.

A scacchi, ogni giocatore ha il suo stile.

Ci sono giocatori famosi e conosciuti, che gli altri giocatori studiano. I giocatori famosi scrivono libri, che gli altri leggono. Esistono mosse conosciute ed emulate, come *'The queen's gambit'* che dà il nome alla serie, oppure la supercitata Difesa Siciliana.

Le partite si dividono in 3 parti: apertura, mediogioco, finale. E ogni parte ha le sue tecniche, i suoi stili, i suoi campioni.

*Psicologa, Psicoterapeuta, didatta e membro del comitato di coordinamento del CSAPR Prato; Socia SIPPR e membro eletto della Commissione Ricerca SIPPR; Consigliera della Fondazione dell'Ordine degli Psicologi della Regione Toscana.
E-mail: v.albertini@gmail.com

Io ho pensato al nostro lavoro, perché noi terapeuti siamo un po' come gli anziani russi che nella serie passano le giornate a giocare a scacchi sul viale di Mosca.

Parliamo spesso di psicoterapia, la vediamo un po' da tutte le parti, creiamo i nostri strani club, leggiamo le nostre riviste dove pubblichiamo i nostri lavori. Abbiamo dei miti indiscussi, nomi ai quali siamo devoti, che quando li citiamo nel mondo là fuori la gente ci dice 'e chi è?' (Freud no, lui è come Kasparov: lo conoscono tutti).

Noi psicoterapeuti siamo, a modo nostro, accettabilmente 'ossessionati' dal nostro lavoro, in una maniera diciamo socialmente non disturbante.

E una delle nostre 'ossessioni', che però assume una qualità diversa nel corso del tempo (da molto intensa ad inizio carriera fino a filosoficamente relativa con la maturità) è quella delle mosse giuste in terapia. Dove, ovviamente, il terapeuta gioca sempre con il bianco e non esiste lo scacco.. neanche il matto; e dove lo scopo non è vincere, ma co-costruire con il nostro paziente una partita che può dare un senso di completezza, coerenza e ordine ad una vita intera o ad una esperienza singola.

Obiettivo di ogni scacchista è, invece, vincere. Essere in grado, cioè, di fare buone mosse e di prevedere efficacemente le mosse che farà l'avversario. Soprattutto, cercare di contenere gli errori. Non sbagliare appare nelle relazioni fra giocatori di scacchi come un sadico imperativo: sadico perché, come diceva lo scacchista Tartakower, 'Gli errori sono tutti là sulla scacchiera in attesa di essere fatti'.

Giocare a scacchi significa entrare in una relazione che ha delle regole predefinite, un setting, alcune tecniche e qualche strategia, ma tanta, tanta probabilità.

Gli scacchi possono rappresentare una affascinante metafora con la nostra professione; ed esattamente come nella serie emerge l'importanza di imparare a sbagliare, di come fallire sia un momento di crescita fondamentale per l'apprendimento, lo stesso messaggio vale per tutti noi psicoterapeuti.

Eppure, negli ultimi anni, assistiamo sempre di più alla moda crescente della creazione di protocolli standard, ricette terapeutiche preconfezionate, schemi ripetibili milioni di volte indipendentemente dalla specificità della storia del paziente. Se ci guardiamo intorno vediamo una pericolosa tendenza a vendere soluzioni rapide, terapie brevi o addirittura a singola seduta miracolosa. Stiamo perdendo la capacità di stare in relazione? E i nostri allievi, stano perdendo la capacità di mettersi in gioco? Stiamo trasformando l'arte degli scacchi terapeutici in una più semplice e prevedibile dama, o un banale filetto?

Per essere *evidence based*, si rischia di diventare evidentemente banali e di rinunciare alla specificità della relazione terapeutica, alla sua difficoltà e alla necessità che ogni terapeuta lavori su di sé e sulla sua capacità di essere e stare in relazione.

In un articolo dal suggestivo titolo '*L'Artusi, la nouvelle cousine e la psicoterapia: conservazione, innovazione e mode in terapia relazionale*'

Gianmarco Manfreda (2009) mette in guardia dalle mode che sempre più spesso si profilano nel panorama teorico e formativo psicoterapeutico:

'Quanto al rischio che vedo profilarsi, è la ricerca di una cucina fondata su ricette semplificate e ingredienti surgelati o precotti: sempre più giovani allievi chiedono indicazioni spicchiole, tecnicuzze, per condurre la seduta, pressati da un mercato competitivo e angosciati dall'ansia di fare qualcosa che rassicuri loro e i pazienti che stanno facendo terapia... Mi capita di leggere tesine, resoconti e articoli in cui il processo terapeutico viene ignorato, con una rinuncia al senso della storia presentata e alla sua ricostruzione, sostituito da un programma che prevede tre incontri di joining, tre di genogramma, quattro di sculture, tre di presentazione di fotografie... e così via finché si può. L'eccesso di pragmatismo e di attenzione sul sintomo e sul qui ed ora probabilmente non è stato estraneo all'esito deludente a cui sono andate incontro le terapie familiari negli U.S.A.; è possibile che ne veniamo contagiati anche in Europa?'

Ora, credo che la metafora de *'La regina degli scacchi'* e più in generale del gioco degli scacchi in sé, può essere utile per chiarire a noi stessi e alle nuove generazioni quanto sia complicato il nostro mestiere e il percorso potenzialmente infinito per riuscire ad essere terapeuti efficaci. Ciascuno di noi riconoscerà che la nostra è una professione per la quale non basta conoscere le regole del setting o della burocrazia, ma è necessario tanto studio e tanta pratica per garantire a noi stessi prima, e ai pazienti poi, una sempre maggior capacità di entrare in una relazione veramente terapeutica.

Esattamente come i grandi scacchisti, noi terapeuti studiamo tantissimo, con certissima dedizione.

Abbiamo studiato bene delle aperture: come Haley (1967) per esempio e il suo stile di Joining; o il *'non ne sia così sicuro'* di Minuchin (1977) detto al paziente designato che si è appena seduto dicendo di essere il problema.

Studiamo le chiusure: come le restituzioni di Manfreda (1998), forti ed emozionanti; oppure i paradossi di Caillé, con i suoi *'meglio che non cambiate mai, restate così come siete'*.

Studiamo i mezzogioco, quelli raccontati nelle sedute riportate nei libri; quelli folli di Withaker (1989), quelli caldi e profondi di Cancrini (2012), quelli chirurgici e freddi della Smith Benjamin (2003).

Un caso clinico è un po' come il resoconto di una partita. Leggiamo i virgolettati di terapeuti e pazienti con la stessa voracità con cui gli scacchisti rigiocano le partite famose sulle loro scacchiere. Per imparare e per pensare.

Domanda, risposta, intervento.

P-R4, C-AR3, A-C5

Però tanto studio non basta. Le mosse possibili negli scacchi sono nell'ordine di 10^{120} ¹. Ci sono più mosse in una partita a scacchi che atomi nell'universo.

¹Stima conosciuta come il *'Numero di Shannon'*. Per la spiegazione matematica, si può consultare questo link https://it.wikipedia.org/wiki/Numero_di_Shannon

È vero che le partite si dividono in 3 parti: apertura, mediogioco, finale.
Ma dopo che ciascun giocatore ha giocato 3 mosse, ci sono oltre 9 milioni di possibili partite giocabili.

Nessuna partita si ripete: ogni gioco è unico, dovuto allo scambio e alla relazione fra due persone che si incontrano per un tempo scandito dal ticchettare dell'orologio.

Credo che per la psicoterapia valga lo stesso.

Dopo le prime due domande e risposte, le combinazioni di psicoterapie possibili sono miliardi.

Dobbiamo conoscere le aperture, avere le tattiche apprese del mediogioco di qualche maestro, dobbiamo esercitarci bene con le chiusure.

Dobbiamo studiare le nostre partite e quelle degli altri, continuamente, per capire come migliorarci e come crescere.

Ma nei libri non troveremo la soluzione. Non ci sono protocolli per gli scacchi, non ci sono protocolli validi per la terapia. Ce la dobbiamo giocare.

La terapia sarà sempre un incontro unico fra noi e i nostri pazienti, sarà il nostro stile di conduzione e il loro stile di relazione, la nostra storia con la loro storia: quell'unico incontro fra le 10^{120} combinazioni di incontri possibili.

BIBLIOGRAFIA

- Cancrini, L. (2012). *La cura delle infanzie infelici*. Milano: Raffaello Cortina.
- Haley, J. (1967). *Tecniche e terapia della famiglia*. Roma: Astrolabio Editore.
- Manfrida, G. (1998). *La narrazione psicoterapeutica. Invenzione, persuasione e tecniche retoriche in terapia familiare*. Milano: FrancoAngeli.
- Manfrida, G. (2009). *L'Artusi, la nouvelle cousine e la psicoterapia: conservazione, innovazione e mode in terapia relazionale. Ecologia della Mente, 32*. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore.
- Minuchin, S. (1977). *Famiglia e terapia della famiglia*. Roma: Astrolabio Editore.
- Smith Benjamin, L. (2003). *Interpersonal reconstructive therapy*. New York, NY: Guilford Press. [trad. it. *Terapia ricostruttiva interpersonale*. Milano: Raffaello Cortina, 2019].
- Whitaker, C.A. (1989). *Considerazioni notturne di un terapeuta della famiglia (Midnight musings of a family therapist, 1989)*. Roma: Astrolabio Editore.

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

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto per la pubblicazione: 29 gennaio 2021.

Accettato per la pubblicazione: 6 febbraio 2021.

©Copyright: the Author(s), 2021

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2021; XXXII:527

doi:10.4081/rp.2021.527

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