

8.6

IL LINGUAGGIO ANALOGICO E LE SUE POTENZIALITÀ NEL LAVORO TERAPEUTICO CON PAZIENTI AFFETTI DA DIPENDENZE PATOLOGICHE

Barbara B., Asaro M.

Dipartimento Dipendenze Patologiche SerD Alcamo - Alcamo - Italy

Prima di diventare una storia ogni vita offre sé stessa come un continuum di immagini e chiede di essere vista prima di tutto (James Hillmann)

Il lavoro psicoterapeutico nelle dipendenze patologiche si presenta spesso molto complesso e a tratti faticoso e demotivante per il terapeuta, a causa dei frequenti drop out dei pazienti, della scarsa compliance e delle numerose ricadute. Per questo motivo i terapeuti non solo giovani, ma anche quelli con esperienza, sentono il bisogno di avere nel proprio bagaglio, a seconda anche dell'approccio utilizzato, una serie di strumenti e di tecniche che possano rendere più agevole e motivante il percorso.

“La psicoterapia è un'esperienza relazionale trasformativa, nella quale si incontrano almeno due menti, due storie, due vite in una relazione volta a superare le condizioni di malessere e contribuire a far star bene chi chiede aiuto, poiché ognuno conosce e comprende sé stesso attraverso l'altro. Ne scaturisce un attento lavoro che porta a riflettere sulla storia della propria vita per sistemare e rivedere qualcosa che produce malessere nella trama dei rapporti interpersonali” (1).

I fattori che appaiono fondamentali nell'incontro terapeutico, secondo l'approccio sistemico sono: “le peculiarità della persona del terapeuta, i modelli di lettura dei sistemi relazionali e delle relative problematiche e i diversi oggetti utilizzati, come apparati che corredano il colloquio in psicoterapia” (2).

In questo lavoro, attraverso due situazioni cliniche relative a pazienti affetti da dipendenza patologica, con cui abbiamo utilizzato due diversi strumenti analogici, cercheremo di dimostrare la potenza evocativa e il notevole potenziale di cambiamento che racchiudono tali strumenti, nell'incontro terapeutico.

Piero ha 36 anni, è un infermiere, con una storia di dipendenza da cocaina e da farmaci. In una seduta centrale del suo percorso, utilizziamo “le carte dei destini incrociati” (3) per fare il punto: come sto oggi? Cosa è cambiato in questi mesi? Cosa vedo nel mio futuro?

Lo strumento è composto da “due gruppi principali di 11 carte ciascuno: il primo di questi raccoglie le immagini che si riferiscono ad alcune fasi del ciclo di vita familiare, mentre il secondo ai miti che più frequentemente sembrano emergere nel corso delle terapie con coppie e famiglie. Ognuna delle carte racchiude un significato, in alcune sono state inserite due immagini, che rappresentano la duplice valenza che l'evento o il mito rappresentati possono assumere. In questo modo, si intende offrire la possibilità a chi le utilizza di avvalersi di entrambe le immagini o scegliere quella che risulta più densa di risonanze” (3).

Fra le 11 carte che gli sono capitate casualmente, Piero ne sceglie 6 per raccontare la sua storia oggi, così come la sente in questo tempo, in cui ha scelto di lavorare per superare il suo problema di dipendenza e la intitola “il mio viaggio verso il sole”.

Utilizza la prima carta per parlare della sua infanzia, di quando era un bimbo bravo perché faceva tutto quello che gli chiedevano, felice perché si sentiva apprezzato per il suo buon carattere e della scuola dove era uno scolaro modello, intelligente ed educato. La seconda carta è la tristezza in cui racchiude tutte le sue sofferenze. A 18 anni fa coming out e questo non viene accolto dalla famiglia, in cui si comincia a sentire non accettato e piuttosto causa di vergogna. Appena laureato emigra in Inghilterra dove comincia a sentire tanta solitudine e un vuoto profondo che lo portano a ricercare relazioni superficiali spesso solo fisiche che accentuano il suo malessere. Si innamora di un collega che poco dopo aver iniziato una convivenza lo tradisce. In quel periodo comincia ad usare farmaci oppioidi e poi anche cocaina per non “stare” nel dolore e nella sofferenza. Adesso guardando la carta e ricordando quel periodo della sua vita, dice che tutte le esperienze negative, anche quelle più brutte, sono state utili, una via per ricercare ciò che è importante per lui, per crescere e andare al senso vero delle cose. La terza carta rappresenta la sua dipendenza, che è lotta ma anche liberazione; non è stato semplice a causa dell'ansia e della responsabilità che sente nel suo lavoro, per le difficoltà di relazione con i suoi familiari, per il senso di solitudine e di insoddisfazione per la sua vita affettiva, ma ormai da diversi mesi è pulito. La quarta e la quinta rappresentano per lui rispettivamente l'amicizia e l'amore. Grazie a delle amicizie profonde oggi può dire di sentirsi vivo, autentico, non più solo ma visto, apprezzato e riconosciuto. L'amore invece come lo intende lui, non

arriva, ma Piero non lo cerca perché si sente ancora fragile, a rischio di dipendenza affettiva. Spera che un giorno possa trovare una persona con cui condividere valori e progetti. L'ultima carta dà il titolo al suo lavoro: sente che il viaggio che sta percorrendo gli dà calore, che è un viaggio che rischiarla la strada.

"La psicoterapia come arte, gioca sulle forme, i colori, i suoni che nascono quando due mondi di rappresentazione si mettono in intersezione e risuonano l'uno contro l'altro. Ascolto di consonanze, di amplificazioni e vuoti che rompono improvvisamente lo schermo della monotonia. Attenzione portata all'apparente disordine in cui possono bruscamente manifestarsi nuove armonie (4).

L'altro strumento di cui vogliamo raccontare è "il gioco dell'oca sistemico": esso "permette di ri-narrare dieci eventi significativi della storia familiare qualificando gli eventi tramite sette carte simboliche. Il ricorso al piano simbolico permette di ampliare i significati che la famiglia (o l'individuo) non è in grado di verbalizzare.

Riappropriarsi, con l'aiuto del terapeuta, dei vari significati legati al simbolo permette di amplificare e ri-significare gli eventi ritenuti importanti dalla famiglia" (5).

Se nel gioco classico i concorrenti si affrontano per vincere, non succede la stessa cosa nella variante sistemica. La rivalità e la competizione lascia il posto allo spirito della scoperta. Non si tratta di riscrivere una storia in cui si iscrive la trama familiare. Comporta numerosi livelli: quello degli avvenimenti nel loro sviluppo temporale, quello del valore simbolico attribuito a questi avvenimenti, quello dell'emozione legata a queste rappresentazioni.

Il metodo del gioco dell'oca, proposto inizialmente da Caillé e Rey e rivisto da Francesco Bruni, permette al paziente di scoprire nuovi aspetti di sé e degli altri facendo comprendere la complessità della situazione relazionale. Aiuta a dare senso agli intrecci legati alla sofferenza senza che questa saturi la relazione terapeutica ma porti nuove scoperte in merito agli eventi interpersonali e alla condivisione di una storia comune così da far emergere nuovi significati. L'esplorazione della storia relazionale con il Gioco dell'Oca sollecita l'individuo e il terapeuta a introdurre narrazioni che arricchiscono in modo nuovo i rapporti interpersonali verso processi originali di auto-guarigione.

Paolo è un giovane di 22 anni, presenta un problema di gioco patologico, una sintomatologia psicosomatica (gola chiusa, fame d'aria, oppressione a petto) e una grave alissitimia. Per questo motivo dopo un breve periodo dall'inizio degli incontri gli proponiamo lo strumento per aiutarlo nella narrazione e nell'espressione dei suoi vissuti.

La prima carta rappresenta l'allontanamento dai genitori biologici e l'arrivo in casa famiglia all'età di 2 anni circa,

che lui propone con il simbolo dell'oca. L'oca è un elemento dinamico che spinge in avanti ed è sinonimo di velocità; ma quando si va veloci si possono perdere delle cose per strada e non sempre si ha il tempo di comprendere bene ciò che accade, l'allontanamento dai genitori biologici come opportunità di una vita migliore ma anche perdita dei legami di sangue.

La seconda carta è il momento dell'adozione e il suo arrivo presso la nuova famiglia che rappresenta con la carta dell'Hotel. L'hotel è uno spazio-tempo dedicato al proprio essere in cui ci occupiamo di noi, ma è anche un tempo in cui ci si adagia, c'è stasi, mancanza di cambiamento. La famiglia adottiva come luogo in cui star comodi, agiati, senza sforzo.

La terza carta è il suo primo rapporto sentimentale che rappresenta con la carta della prigionia. La prigionia è immobilità e reclusione ma è anche un luogo in cui riflettere su di sé e sulle relazioni e fare scoperte personali. Quel rapporto, seppure soffocante, ha dato a Paolo un forte senso di contatto e di fiducia nella relazione con l'altro.

La quarta carta rappresenta la sua prima grossa vincita al gioco che rappresenta con la carta del pozzo. Il pozzo è risorsa, come ad esempio l'acqua necessaria alla vita, ma è anche trappola ostacolo così come è diventato il suo continuo inseguire il gioco vincente. Con il pozzo Paolo rappresenta anche la sua seconda relazione affettiva nella quinta casella fonte di gioia di emozioni ma anche perdita, sofferenza e tradimento.

La sesta casella è rappresentata dal suo diploma che raffigura con la carta dell'oca, opportunità mai utilizzata, tappa da raggiungere formalmente ma che non lo arricchisce.

Il settimo evento della sua vita, descritto come sconvolgente è la scoperta del tradimento della sua ragazza che rappresenta con la carta della morte e successivamente il trasferimento in Germania che rappresenta l'ottavo evento scelto, che viene raffigurato con la carta del pozzo. La morte che può dare l'idea della distruzione e della fine in realtà può essere occasione di rinnovamento può essere l'inizio di altro, apre la possibilità di infinite mete. Ancora una volta, la carta della morte rappresenta la sua completa disfatta al gioco dove perde circa 20.000 euro. Ultima carta è il ponte che rappresenta la sua richiesta di aiuto e l'inizio di un percorso di psicoterapia.

Più che il gioco in sé, che comunque lo attiva molto, Paolo riscopre un senso diverso ai fatti che gli sono capitati che lui leggeva in maniera statica, ma che possono aprire anche ad altri significati.

Il sapere sistemico non è la conoscenza della correttezza del senso. È quello della creazione del senso. Il problema dell'uso delle parole in terapia, anche la loro forza, risie-

de nel loro straordinario potere di condensazione. Le parole sono, nel contempo, messaggio e contesto e diventano per i pazienti le loro mappe. Per aiutare i pazienti a disegnare nuove mappe occorre ritrovare il territorio esistenziale nascosto nelle mappe usate da loro, neutralizzando il potere delle parole.

“Ogni psicoterapia è un viaggio simbolico-esperienziale nel tempo e nello spazio, con caratteristiche che variano a seconda di come si struttura la relazione di aiuto. Gli individui, le coppie e le famiglie vengono accompagnati a rivisitare la storia personale e familiare, le relazioni, gli eventi più significativi e le cose più care, a connettere mondo interno e realtà esterna, sia in senso concreto e realistico, sia nella dimensione semantica e rappresentazionale. Il viaggio ha un percorso circolare, inizia con la presentazione dei problemi per cui si chiede aiuto, per giungere, dopo aver superato diverse difficoltà, a un approdo come apertura verso nuove opportunità e conquista di una nuova stabilità. La ricerca di un nuovo equilibrio nella vita affettiva e nelle relazioni fa incontrare situazioni imprevedibili da superare e fa scoprire nuovi aspetti di sé e delle relazioni con gli altri. In questo senso, il viaggio è una metafora della vita” (6).

Per concludere vorremmo nuovamente citare Caillé che con grande efficacia ci parla dello spazio intermedio fra paziente e terapeuta: “Il campo terapeutico anima e fa vibrare due mondi inizialmente estranei, È una messa in scena, uno spostamento di specchio, un gioco e uno slittamento perché non bisogna mai credere che lo spazio di chi chiede possa confondersi con quello di chi dà aiuto. Tra loro esisterà sempre una saldatura mobile e transitoria, un’area di gioco che è l’epicentro del campo terapeutico, lo spazio intermedio che non appartiene a nessuno eccetto che all’incontro e il cui ricordo sarà la traccia della terapia” (7).

Bibliografia

1. Bruni F. In viaggio con l’Oca. Matrice relazionale, metodi analogici e terapia narrativa ed. Alpes 2022
2. Bruni F. “La polifonia della terapia familiare nell’esperienza dei terapeuti del Centro Studi”, in *Ecologia della Mente*, 27, 2 2004
3. Bruni F., Caruso S., Caspani S., Polimeno A, Ramella Benna S. I destini incrociati e la psicoterapia: una suggestione analogica *Psicobiiettivo - volume XXVII - 1-2007*
4. Caillé P. Rey E. Gli oggetti fluttuanti. Metodi di interviste sistemiche. Armando editore Roma 2005
5. Di Fazio F. La comunicazione nel gioco: riflessioni sistemico-relazionali in *La notte stellata. Rivista di psicologia e psicoterapia* n° 1/2021
6. Bruni F. Il viaggio sistemico di Philippe Caillé: metodi analogici e cambiamento in psicoterapia” *Ecologia della mente - Vol. 1 / 2011*
7. Caillé P. Rey E. Gli oggetti fluttuanti. Metodi di interviste sistemiche. Armando editore Roma 2005