

CAPITOLO 15 – I partner arrabbiati .....	217
La lite improvvisa .....	218
Aiutare i partner a lottare .....	223
Aiutare i partner a riprendersi dalla lite .....	229
Combinare i due compiti terapeutici .....	232
La rabbia ingestibile .....	233
Incorporare la lite .....	234
 CAPITOLO 16 – I partner esigenti-che si allontanano.....	237
Approcci tradizionali ai partner polarizzati.....	238
Il mio approccio ai partner polarizzati.....	242
 PARTE SESTA. LA MASSIMA ESPRESSIONE DEL MIO APPROCCIO	
 CAPITOLO 17 – Incorporare i problemi nelle relazioni.....	253
Esortare i partner ad essere ragionevoli.....	253
Fornire i sentimenti mancanti .....	256
Cercare di non avere (o di risolvere) i problemi li causa .....	258
L'essere capaci di avere problemi li risolve.....	259
Costruire una relazione su un problema .....	263
 CAPITOLO 18 – Incorporare le fantasie nelle relazioni .....	267
Svelare le fantasie nascoste .....	268
Fantasie come indizi sulla realtà.....	270
Condividere delle fantasie irrealizzate.....	271
Pessimismo e disperazione .....	272
Commento conclusivo.....	274
 Bibliografia .....	277

## Prefazione

Questo è un libro che tratta della collaborazione. I terapeuti collaborano con le coppie, e i partner collaborano l'uno con l'altro. Questa, a molti terapeuti, potrebbe sembrare una visione ingenua. Nonostante i partner di solito abbiano tutte le intenzioni di collaborare l'uno con l'altro e con il terapeuta, la maggior parte dei terapeuti non dà molto peso a questa intenzione cosciente, dato che vede i partner come alleati inaffidabili che sono pronti a sabotare la terapia e a sabotarsi l'un l'altro nello stesso modo in cui sono pronti per collaborare.

Certamente, tutti i terapeuti di coppia ritengono che un certo grado di collaborazione sia essenziale, ma temono di essere trasportati nelle manipolazioni della coppia e in un aggrovigliarsi di accuse e giustificazioni. Come ci mostra Dan Wile, ciò che unisce i tre maggiori approcci alla terapia di coppia (psicoanalitico, comportamentale, sistemico) è la credenza nella necessità di aprire un varco nella rete delle relazioni difficili facendo molto affidamento sull'uso dell'autorità. Questi terapeuti sono arbitri diligenti della gestione del lavoro: discutono, persuadono, intimoriscono e confrontano. I terapeuti sistemici si lanciano in una sorta di guerriglia contro la coppia (o contro il "sistema" della coppia), il che rende difficile per i partner continuare a portare avanti la propria battaglia l'uno contro l'altro. Il terapeuta comportamentale impone, in modo autoritario, un nuovo tipo di relazione per la coppia, in cui il conflitto viene escluso. Il terapeuta di coppia analitico può confrontare i partner in modo insistente riguardo al loro impegnarsi a continuare con il conflitto, ovvero potrebbe insistere nel far riconoscere loro i loro desideri riguardo al sabotare la relazione e la terapia. Secondo questo tipo di prospettiva, collaborare con i partner vuol dire rimanere intrappolati nella rete della loro relazione travagliata.

Nella sua critica verso i tre approcci maggiori, il dottor Wile osserva che i terapeuti di coppia generalmente evitano il botta e risposta della conversazione, ritenendo che tale discussione potrà essere leggermente sovvertita, dato che dietro la rete apparentemente aggrovigliata vi è la mano raffinata di un disegno inconscio (o “segreto”). Questa visione è direttamente attribuibile al principio dell'intenzionalità inconscia, un retaggio ora diffuso della psicoanalisi. La psicoanalisi ci ha insegnato ad essere sospettosi delle intenzioni cosce e a cercare gli obiettivi inconsci che le contraddicono. Lo studente con inibizioni lavorative, che sembra disperato perché non riesce a laurearsi, vuole realmente essere bocciato. L'oratore che va in panico all'idea di perdere la voce è segretamente compiaciuto di non dover tenere il suo discorso. La donna distaccata che sembra sentirsi in colpa e depressa riguardo al suo non rispondere sul piano sessuale, in realtà non vuole godere del sesso. Le persone che implorano il terapeuta di aiutarle a non mangiare troppo, in realtà vogliono rimanere grasse. E, ovviamente, le coppie in conflitto che agiscono come se desiderassero disperatamente risolvere i propri problemi, non hanno nessuna reale intenzione di rinunciare ai loro modi punitivi e approfittatori.

Tale diffidenza riguardo a ciò che il paziente dice e fa, mette fuori discussione una collaborazione nella psicoanalisi, nonostante si parli del bisogno di stabilire un'“alleanza di lavoro”. L'analista non può fare a meno di trattare il paziente come un avversario, come qualcuno posseduto da un “volere” inconscio che non si addormenta mai, ma che è sempre pronto ad approfittarsi dei minimi passi falsi per sminuire e impedire gli obiettivi dell'analisi. Di conseguenza, il trattamento analitico è famoso per i suoi silenzi pungenti e le sue dichiarazioni spietate. Molti analisti sono riusciti a rimanere saldamente connessi a questa posizione, abituandosi a una giornata di lavoro in cui sono regolarmente accusati di essere freddi e disumani. Qualsiasi sia il modo in cui, in un contesto del genere, possa crearsi un'“alleanza di lavoro”, le opportunità per l'analista e per il paziente di lavorare fianco a fianco contro un comune avversario sono seriamente limitate dal principio dell'intenzionalità inconscia.

Si è provato che questo principio è l'elemento più duraturo del pensiero psicoanalitico, e che mostra un certo fascino persino per quei terapeuti che rifiutano tutti gli altri elementi di quel modello. Un gruppo della Gestalt non dà molto più credito allo studente con blocchi legati allo studio, alla donna distaccata, e a chi mangia troppo

rispetto a quanto gliene darebbe un analista. È probabile che il gruppo prenda qualsiasi sorriso di imbarazzo come prova di un godimento segreto del sintomo e come la disponibilità a sabotare gli sforzi che il gruppo fa per aiutare. Lo stesso stile di interpretazione caratterizza i giochi di Synanon e altre terapie di gruppo. Di solito, il cliente dovrebbe essere confrontato, scosso, fatto confessare. Nonostante non venga detto, in poche parole, la collaborazione viene pensata come un rifugio per i terapeuti schietti o irresponsabili.

Dato che molti terapeuti ora rifiutano il pensiero psicoanalitico, cosa fa sì che la credenza in una intenzionalità inconscia sia così diffusa o così convincente? Le relazioni possono essere così tenacemente e consistentemente deprivanti e frustranti che è difficile credere che non abbiano uno scopo nell'essere in questo modo. I partner *devono* ricavarne qualcosa. Perché altrimenti dovrebbero continuare così? I loro conflitti devono essere perpetuati da desideri inconsci o, usando un altro termine, schemi segreti di rinforzo. Ogni teorico dei sistemi sostiene che i sistemi sono il prodotto di desideri inconsci (giochi di potere). Ciò rende facile spiegare ciò che fa sì che il sistema vada avanti. La coppia vuole che sia così. Se, con il dottor Wile, sosteniamo che le coppie *non* vogliono che sia così, e che le relazioni sono semplicemente frustranti, allora non è più facile spiegare cosa permette al sistema di continuare ad andare avanti. Ciò richiede che il terapeuta si approcci ai partner come testimoni esperti della loro relazione, una collaborazione che serve come modello per il modo in cui i partner hanno bisogno di approcciarsi l'uno all'altro.

Collaborare è difficile e, nel migliore dei casi, richiede molto tempo per il terapeuta che ritiene che le coppie stiano ricavando qualcosa dalla loro apparentemente deprivante relazione, dato che la coppia di solito è consapevole solo del sentirsi deprivata e disperatamente desiderosa di un cambiamento. Quando il terapeuta non tiene seriamente conto di ciò di cui la coppia è consapevole, e aiuta persino i partner ad esprimere ciò in modo più ampio, diviene ancora più difficile credere che questi traggano un beneficio dal continuare con il conflitto. La chiarezza e la semplicità che la spiegazione intenzionale offre sembra quindi il prodotto di un'evidenza circostanziale.

Per spiegarci meglio, possiamo fare un parallelo con il Servizio Postale. Nessuno vuole che la sua posta sia in ritardo o vada perduta, ma questo è il risultato prevedibile di un sistema ben saldo. Se supponessimo che lo scopo alla base del Servizio Postale sia quello di frustrare

i suoi clienti, allora il Servizio Postale apparirebbe più irrazionale di quanto è. Dan Wile afferma che le attuali spiegazioni fanno sì che i sistemi di coppia appaiano molto più irrazionali di quanto non siano davvero, e che questo è ciò che porta i terapeuti di coppia a opporsi a questi sistemi con metodi irrazionali e non collaborativi.

Nella sua revisione di una miriade di casi presi dalla letteratura corrente, Wile mostra come ciò che sembra essere il risultato di un disegno inconscio sia semplicemente l'opposto – un sistema che è andato fuori controllo, senza soddisfare nessuno. Pensando in questo modo, le relazioni appaiono molto meno diaboliche, i partner sembrano degli alleati più meritevoli di fiducia, e, cosa più importante, la stessa relazione di coppia si può pensare come veicolo per il cambiamento. Wile può persino prendere la posizione secondo cui è la *funzione* delle relazioni ad avere un effetto terapeutico. Nonostante questa funzione sia raramente realizzata nella maggior parte delle relazioni, il terapeuta vorrà sapere perché, in qualsiasi dato instante, questa risorsa non sia disponibile.

Da questa posizione, non solo le relazioni travagliate paiono meno irrazionali, ma sembrano più *normali*. Fintanto che queste relazioni vengono viste come un riflesso di scopi inconsci, queste appaiono arbitrarie e devianti. Wile rappresenta la posizione secondo cui le relazioni non sono solo riducibili a delle idiosincrasie della coppia in questione ma sono, invece, riflessi della condizione umana. In questo senso, i partner in difficoltà stanno solo incontrando in modo più diretto dei problemi che sono alla base di qualsiasi relazione. Il compito della terapia è allora quello di aiutarli a lavorare su qualsiasi questione sia rappresentata dal loro problema sul fronte dell'intimità.

*Bernard Apfelbaum, Ph.D.*

## Premessa

I professionisti che iniziano a occuparsi di terapia di coppia vengono accolti con una visione piuttosto pessimistica dell'esistenza umana. Le relazioni intime sono concettualizzate come accordi pragmatici tra gli individui. I partner sono incoraggiati a rinunciare alle loro speranze e fantasie, dando la priorità alla negoziazione e ai compromessi. Le persone sono considerate come individui che mettono in scena i propri desideri primitivi, che manipolano e hanno un doppio legame con i propri partner, e come esseri che preferiscono i loro sistemi di coppia patologici a dei modi più sani di relazionarsi.

Dato questo punto di vista riguardo alle coppie, non sorprende il fatto che molti terapeuti abbiano adottato un approccio opposto, contrapponendosi al sistema di coppia e ai desideri "infantili" dei partner.

Lo scopo di questo libro è quello di presentare un orientamento alla terapia di coppia che, in contrasto con il modello tradizionale, stabilisca un contatto terapeutico con ognuno dei partner e permetta a ognuno di loro di sentire che la propria posizione merita di essere considerata. Immagino che molto di ciò che dico risuoni con le esperienze e le credenze di altri terapeuti.

Quando ho descritto una prima volta il mio approccio, molti professionisti hanno espresso sollievo nel trovare un orientamento che vedeva i partner e le interazioni tra i partner in modo neutrale e non accusatorio.

Questo approccio si fonda su un semplice cambiamento. Invece di essere visti come in preda a impulsi regressivi gratificanti, sempre pronti a sfruttarsi l'un l'altro, i partner in difficoltà vengono considerati come deprivati, intrappolati e isolati. Questo pone immediatamente il terapeuta a fianco di ognuno dei partner e

legittima i sentimenti che questi precedentemente non si sentivano in diritto di provare. Il risultato è una terapia di coppia basata sull'incorporare le fantasie, le discussioni e i problemi, invece di rinunciarvi.

*Oakland, California*

Daniel B. Wile

## Ringraziamenti

Alan Plum, Ph.D., Betty Wenz, Ph.D., e Bernard Apffelbaum, Ph.D., hanno letto il manoscritto e mi hanno suggerito modifiche importanti. Joanne Wile, LCSW, ha contribuito quotidianamente alla formulazione delle idee ed è stata l'editor principale del testo.

Questo libro è, in parte, basato su due articoli «Is a confrontational tone necessary in conjoint therapy?», *Journal of Marriage and Family Counseling*, 1978, 4, 3, 11-18, e «An insight approach to marital therapy», *Journal of Marital and Family Therapy*, 1979, 5, 4, 43-52. Ringrazio sentitamente le due riviste. Ringrazio altresì gli autori e gli editori indicati di seguito, per avermi permesso di trarre alcune citazioni dalle loro opere.

Ables, Billie S., Brandsma, Jeffrey, *Therapy for couples: A clinician's guide for effective treatment*, Jossey-Bass, San Francisco, 1977.

Anonymous, «Toward the differentiation of a self in one's own family». In L. Framo (ed.), *Family Interaction: A dialogue between family researchers and family therapists*. © 1972 by Springer Publishing Company Inc., New York.

Freud, S., *Introductory lectures on psychoanalysis. Standard edition*, vol. 16. Translated and edited by James Strachey. © 1963 by George Allen & Unwin. © 1966, by W. W. Norton & Company, @1965, 1964, 1963, by James Strachey. © 1920, 1935 by Edwards L. Bernays.

Jacobson, N. S., Margolin, G. *Marital therapy: Strategies based on social learning and behavior exchange principles*, Brunner/Mazel, New York, 1979.

Paolino, T. J., McCrady, B. S. (eds.), *Marriage and marital therapy: Psychoanalytic, behavioral and systems theory perspectives*, Brunner/Mazel, New York, 1978.

D. B. W.