



CPTF

CENTRO PADOVANO DI TERAPIA DELLA FAMIGLIA

SCUOLA QUADRIENNALE DI SPECIALIZZAZIONE IN PSICOTERAPIA SISTEMICO RELAZIONALE

“Metodi e Strumenti per la Terapia di Coppia”

...al di là delle parole ...

Commento a cura di **Roberta Marchiori**

Questa breve sintesi sul seminario che il CPTF ha organizzato a Trieste con Laura Fino ed Alberto Penna, psicologi psicoterapeuti, didatti della Scuola di Psicoterapia Mara Selvini Palazzoli, sui “Metodi e Strumenti per la Terapia di Coppia”, vuole essere innanzitutto un ringraziamento ai relatori, che sono stati capaci di offrire un'utilissima giornata di lavoro e di confronto su questa tematica da sempre fondamentale per i terapeuti sistemici.

Partendo da una condivisione di premesse e cornici sistemiche che si legano ai nomi di Mara Selvini Palazzoli, James Framo, Alfredo Canevaro, Dante Ghezzi ed altri, si è passati ad un lavoro puntuale su quelli che possono essere gli strumenti utili ad affrontare le problematiche che spesso le coppie in crisi portano in terapia.

Se è sicuramente vero che non ha senso cercare di convincere diversamente le persone che non vogliono più stare assieme, è altrettanto vero che a volte, pur volendo mantenere il loro legame, le persone non riescono a ritrovare una modalità funzionale, un equilibrio o un riequilibrio che sia in sintonia con la fase del ciclo di vita che stanno attraversando.

Bagagli ingombranti che spesso provengono dalle famiglie d'origine, legami fragili, traumi, incomprensioni, illusioni e delusioni, debiti e crediti reali o presunti, possono impedire alle persone di avvicinarsi di più tra loro. A volte le tecniche esperienziali in senso più diretto, si mostrano particolarmente efficaci per sbloccare “gli stalli di coppia” provocati dai diversi problemi.

Con la cautela di chi sa che la psicoterapia non è una sequenza di interventi, ma un lavoro empatico e profondo con l'altro, Laura Fino ed Alberto Penna hanno proposto tecniche simboliche, emozionali e senso-motorie.

Illustrando, tra le *tecniche simboliche*, il collage di coppia, la scatola dei ricordi e lo stemma e, tra le *tecniche emozionali*, l'empatia, il lavoro sui confini, le sculture di coppia, le rappresentazioni di come uno chiede aiuto all'altro, hanno dato vita e dinamicità a strumenti e tecniche proposte nel tempo dai grandi maestri della psicoterapia. Con un tuffo nel profondo, hanno illustrato *tecniche senso-motorie*, come il respiro complementare, ed hanno raccontato casi e proposto simulate in cui traspariva la loro attenzione per la coppia e per la relazione terapeutica.

Ci hanno aiutato ad arricchire il nostro “zaino” con interventi possibili, ma anche con accurate *istruzioni* e *precauzioni* per l'uso, facendo riflettere su quando e perché potrebbe essere utile un tipo di intervento piuttosto che un altro, nel rispetto delle caratteristiche e delle peculiarità delle persone e delle loro problematiche, il seminario si è concluso con la frase che Mara Selvini Palazzoli inserì nella sua prefazione al libro di James Framo sulla “Terapia Intergenerazionale:

“...Quel che conta, nel lavoro terapeutico, è il sapersi sottrarre alla rigidità e alla ripetitività, perseguendo l'aspirazione instancabile a divenire e ridivenire creativi...”

Roberta Marchiori: *psicologa, psicoterapeuta, didatta del Centro Padovano di Terapia della Famiglia*