



CPTF

CENTRO PADOVANO

DI TERAPIA DELLA FAMIGLIA

SCUOLA QUADRIENNALE DI SPECIALIZZAZIONE IN PSICOTERAPIA SISTEMICO RELAZIONALE DEL CMTF

“Mentalization-inspired systemic work with families and couples. Terapia sistemica e mentalizzazione”

commento a cura di **Marco Matteazzi**

Padova, 11 e 12 dicembre 2015

Eia Asen, psichiatra e psicoterapeuta, e Peter Fonagy, psicologo e psicoanalista, sono professionisti di fama internazionale e da alcuni anni collaborano presso l'Anna Freud Center di Londra.

Le due giornate di lavoro da loro condotte hanno avuto come oggetto di studio lo strumento della mentalizzazione nella terapia con le famiglie e le coppie.

L'espressione mentalizzazione (mentalization) si riferisce alla capacità di leggere e comprendere gli stati mentali, propri e altrui, e dunque di favorire le connessioni tra emozioni, intenzioni e comportamenti; implica, in sostanza, la capacità dell'individuo di porsi in relazione con l'altro.

Gli approcci terapeutici basati sulla mentalizzazione si sono sviluppati partendo dalla teoria dell'attaccamento e dall'approccio psicodinamico; oggi il concetto di mentalizzazione offre una cornice integrabile con diversi approcci terapeutici e può essere considerato come un linguaggio comune che – privilegiando l'idea di interazione e relazione tra persone – trova nella pratica sistemico-relazionale un suo naturale contesto di utilizzo.

Quello della mentalizzazione non è un nuovo approccio (“Mentalization based therapy (MBT) is a technique, not a new theology”), ma una tecnica di lavoro integrabile nella propria pratica terapeutica. È importante sottolineare che l'idea di “mentalizzazione” non implica che le persone (e nella fattispecie il terapeuta) possano o debbano sapere cosa l'altro realmente prova; significa piuttosto che ogni persona, potenzialmente, ha la capacità di leggere e comprendere gli stati mentali altrui.

Per il clinico questa potenzialità è di particolare importanza e si traduce in un atteggiamento rispettoso e curioso (come già sottolineato da Gianfranco Cecchin) nei confronti dei vissuti e degli stati mentali dei suoi pazienti.

Nel lavoro con le famiglie s'incontrano adulti e bambini che, nei loro contesti di vita, non hanno avuto la possibilità di sviluppare e sperimentare relazioni sane, esperienza fondamentale per la costruzione del sé: esperienze dolorose, relazioni affettive instabili e conflittuali e vissuti traumatici inibiscono le capacità meta-cognitive e di mentalizing. Il lavoro clinico basato sulla mentalizzazione offre dunque alle famiglie un contesto capace di favorire concretamente questa importante esperienza emotiva, cognitiva e relazionale.

I relatori, attraverso la presentazione dei risultati di diverse ricerche, hanno mostrato come, negli ultimi anni, il mondo della ricerca si sia occupato sempre di più del tema della mentalizzazione; attraverso numerosi esempi clinici hanno presentato le possibili applicazioni pratiche nel lavoro con le coppie, con le famiglie e nel contesto della terapia multi-familiare.