

TERAPIA DELLA FAMIGLIA

Che cosa è

Secondo l'approccio sistemico-relazionale i sintomi e il disagio del singolo individuo sono il risultato di un intersecarsi complesso tra esperienza soggettiva, qualità delle relazioni interpersonali più significative e capacità cognitive di autovalutazione della propria situazione.

I concetti di base derivano dalla teoria dei sistemi e dalla cibernetica: ad esempio, tra i molti altri, quello di "sistema" e quello di "causalità circolare".

Nell'ottica della definizione del "ciclo vitale della famiglia", termine coniato attorno agli anni quaranta, si presuppone nell'evoluzione del sistema familiare l'incontro con alcuni "eventi nodali" che, attraverso la disorganizzazione-riorganizzazione del sistema stesso, implicano il superamento di alcuni compiti di sviluppo, permettendo così il passaggio ad una fase successiva.

Gli eventi vengono suddivisi in paranormativi e normativi.

I primi riguardano tutto ciò che nel ciclo vitale, dalla nascita alla morte, può capitare ad una famiglia ma non può essere previsto (morte di un figlio, incidente, etc.); i secondi rappresentano tutti quegli eventi che invece possono essere previsti.

La Duvall propone una scansione del ciclo vitale in otto stadi, in cui gli eventi nodali sono preceduti dall'acquisizione o dalla perdita di membri familiari. L'evoluzione del sistema familiare trova la sua comprensione nell'arco almeno di tre generazioni.

I sintomi di una persona, oltre ad esprimere in maniera metaforica il conflitto psichico soggettivo, acquisiscono una funzione precisa all'interno del sistema relazionale in cui emergono.

La famiglia, intesa come il sistema vivente di riferimento principale nell'esperienza emotiva di una persona, è il primo contesto esperienziale all'interno del quale i sintomi assumono una funzione precisa per il funzionamento relazionale del gruppo di persone che ne fanno parte.

I conflitti che tendono a disgregare il sistema-famiglia creano una tensione emotiva che di solito viene vissuta in termini drammatici dal soggetto portatore del sintomo; egli si fa carico, attraverso la manifestazione dei sintomi, di distogliere i membri della famiglia dall'affrontare in modo manifesto le proprie difficoltà di relazione, accentrando l'attenzione su di sé.

Il sintomo ha quindi una doppia valenza: segnala alla famiglia l'esistenza di un disagio e, nello stesso tempo, rende innocuo il suo potere distruttivo, accentrando su di sé tutte le preoccupazioni degli altri membri.

La terapia familiare interviene attraverso varie tecniche di lavoro sulle famiglie, operando su 4 livelli principali di osservazione:

- la storia trigerazionale della famiglia (nonni - genitori - figli);
- l'organizzazione relazionale e comunicativa attuale della famiglia;
- la funzione del sintomo del singolo individuo nell'equilibrio della famiglia;
- la fase del ciclo vitale della famiglia in cui si presenta il sintomo del singolo (ciclo vitale: rappresenta una tappa delle varie fasi evolutive attraversate da un sistema - famiglia; si parla, ad esempio dell'uscita da casa dei figli a seguito del matrimonio, del decesso di un genitore o della nascita di un figlio, etc.; questi eventi costringono il sistema a riorganizzarsi, e quindi ad evolvere verso nuovi assetti relazionali).

TERAPIA DELLA FAMIGLIA

Le tecniche, attraverso l'utilizzo di compiti ("home-works") da attuare sia nelle sedute terapeutiche che a casa, si articolano intorno alle problematiche dei ruoli, della gerarchia, delle alleanze, e della qualità della comunicazione.

Si deve tenere presente che il terapeuta incontrerà sicuramente resistenza in quanto il "sistema" famiglia, così come è prerogativa di tutti i sistemi, tende a conservare l'omeostasi relazionale che ha costruito, indipendentemente dal fatto che sia più o meno disadattiva o addirittura francamente patologica. Lo psicoterapeuta non è interessato a ricercare una causa ma tenta di ribaltare schemi precostituiti proponendo possibilità alternative per modificare le dinamiche relazionali esistenti.

Le strutture portanti, le regole interne, la storia sono proprie di ogni famiglia ed analizzarle in termini globali significa avere una visione più ampia e offre

la possibilità di adottare l'approccio sistemico in psicoterapia.

In base a ciò, anche nel caso che non riesca ad incontrare tutti i componenti del nucleo, il terapeuta può agire su specifiche dinamiche perchè comuni e condivise e che si riflettono nel modello di comportamento e di relazione.

Le indicazioni per la terapia familiare sono rappresentate da tutte quelle situazioni (crisi di rapporti, disarmonie relazionali, etc.) che sono causa di sofferenza per tutta la famiglia o dove sono presenti bambini o adolescenti con comportamenti anomali, con problemi di tossico-dipendenza o di anoressia nervosa. Nell'ambito di competenza delle terapie familiari vengono comprese anche le problematiche di coppia (dai conflitti caratteriali a quelli sul piano sessuale) quando sono tanto incisivi da compromettere la stabilità.