



CARL WHITAKER: IL TERAPEUTICAMENTE "FOLLE GENITORE" DELLA FAMIGLIA

INDICE:

Premessa

Il terapeuta "della" famiglia

Conclusioni

Per approfondire

Premessa

È il mio più profondo rammarico dell'essere una giovane terapeuta familiare in formazione: non avere la possibilità di vivere sulla pelle l'aria di rivoluzione e di pionierismo che si doveva respirare negli anni '70.

Ah, se esistesse davvero una macchina del tempo!

Non chiederei molto, anche solo stare in un angolo nascosto, al buio, a spremersi le meningi per non perdere un solo pensiero.

E se dovessi scegliere un solo posto in cui far atterrare la mia *Delorean* (l'auto del film "Ritorno al Futuro"), saprei benissimo dove impostare le coordinate: *Stati Uniti, Stato del Wisconsin, città di Madison, fattoria di Carl Whitaker.*

Sarà per l'atmosfera bucolica che ispira una vita in una fattoria del Wisconsin, sarà perché, come me, ha avuto un'adolescenza per lo più solitaria, ma Whitaker su di me ha esercitato sin da subito un fascino irresistibile, per il suo pensiero creativo, coraggioso e spontaneo, che è alla base della sua **Terapia simbolico-relazionale**.

Il terapeuta "della" famiglia

Ho scelto una formazione sistemico-relazionale perché, più degli altri modelli, che pure all'università mi avevano accompagnato con entusiasmo, sentivo che aderiva al mio bisogno di **sperimentazione e creatività**; al mio modo di concepire la relazione d'aiuto, la relazione terapeutica, tanto flessibile quanto possa essere necessario per conoscere e aiutare l'altro.

Intendiamoci: questione di attitudini personali.

E imbattemi negli scritti di Carl Whitaker è stato come scoprire una corrispondenza di amorosi sensi. Whitaker mette tutto se stesso nella terapia: le sue convinzioni, le sue emozioni, la sua personalità, le sue risonanze, le sue fantasie.

Si immerge nella terapia, insieme alla famiglia.

Perché Carl Whitaker non crede nelle persone, forse nemmeno del tutto in se stesso, ma nelle famiglie sì. In *"Considerazioni notturne di un terapeuta della famiglia"* scrive:

"Questo non è un manuale di istruzioni e non sono neanche sicuro che sia il manuale di quello che io ho fatto. Il problema è che dubitando di me stesso non mi fido neppure dei miei pensieri. Forse nel loro insieme queste considerazioni sono solo il racconto fantasioso di come sono riuscito a sopravvivere".

Trovo particolarmente calzante l'idea di non definire Whitaker nel titolo del libro un terapeuta familiare, ma un **terapeuta della famiglia**, dove il complemento non indica una banale specificazione, ma un'appartenenza. Whitaker pretendeva di lavorare da subito con tutta la famiglia presente, e tante più persone riusciva a portare nella stanza di terapia tanto più era convinto si potesse lavorare al meglio: perché fantasticare sulle relazioni nel trigerazionale quando era possibile vederle accadere lì, dinanzi ai propri occhi?

"Le famiglie nucleari avevano cominciato ad annoiarmi: così quando mi trovavo di fronte a sintomi familiari cominciai a organizzare riunioni che includevano la terza generazione, gli zii e le zie, i coniugi precedenti, l'ultimo filarino e l'ultima ragazza, il datore di lavoro e anche un vicino".

L'idea di fondo, che poi è alla base della teoria sistemica, è che in una famiglia **basta cambiare un elemento o un fattore** qualunque e questo servirà a catalizzare il cambiamento di tutto il sistema.

Whitaker credeva profondamente nell'apprendimento dall'esperienza, un apprendimento possibile però solo quando nella terapia si inizia ad utilizzare anche l'emisfero destro, oltre quello sinistro: la famiglia deve imparare a fare associazioni libere, ad essere creativa, a liberarsi degli stereotipi sociali. Per fare questo il terapeuta può offrirsi da modello, diventare il catalizzatore del cambiamento: l'importante è avere la possibilità, in terapia, di raggiungere una **"massa critica"**, un calore capace di generare il cambiamento.

In questo senso, la psicoterapia è **genitorialità**: il terapeuta ha il compito di permettere al paziente di crescere in modo sempre più libero e completo, ampliando i propri limiti e le proprie possibilità, sia di esprimere le proprie emozioni (come la rabbia) sia di vivere una intimità sempre più autentica, raggiungendo così una sempre maggiore consapevolezza di sé.

"L'isolamento richiesto dal setting terapeutico permette una particolare forma di pazzia, senza quella componente di isolamento che di solito rende la pazzia un'esperienza terrorizzante. Si tratta di una pazzia contenuta saldamente dalla follia del professionista".

L'obiettivo del terapeuta, allora, è portare alla luce il sistema di rappresentazioni della famiglia ed assisterla in un percorso di crescita emotiva. Per giungere a ciò, i fatti concreti della famiglia sono presi in considerazione solo in funzione di quanto questi potessero essere la manifestazione delle sottostanti strutture e credenze emotive, relazionali, esperienziali.

Il significato profondo della terapia è, perciò, l'espansione del significato dell'esperienza e l'espansione del mondo simbolico della famiglia.

Perché ciò avvenga è centrale il ruolo del terapeuta, che deve essere profondo conoscitore innanzitutto del proprio sistema di credenze: solo così, infatti, potrà evitare di imporre il proprio mondo alla famiglia e vivere con essa l'esperienza terapeutica, ed essere quindi terapeuta "della" famiglia. La crescita della famiglia, infatti, non avviene perché il terapeuta "fa" qualcosa alla famiglia, ma accade perché **famiglia e terapeuta si fanno qualcosa reciprocamente**, come in una danza...

**Ada Moscarella**
PsicologoArticolo scaricato da www.humantrainer.com

"Uno dei miei postulati è che l'altruismo non esiste. Chiarisco alla famiglia:

Non provo nessun interesse per voi. Non me ne importa niente di voi.

Curandovi, spero di poter ottenere qualcosa di più per me.

Desidero molto crescere e penso che se potrò ottenere qualcosa da voi allora sarà valsa la pena vedervi. Capito?

Non fatevi venire in mente che io sia buono e altruista, perché non lo sono.

Voglio liberarli dei miti che si sono costruiti su di me: che sarò la madre amorevole che non hanno avuto o che sono il mago che cura il diabete con una sola iniezione".

Affinché la follia del professionista sia la più salda possibile, Whitaker sottolinea **la forza del lavoro in co-terapia**. La presenza di un co-terapeuta è **la risorsa e la garanzia** che permette a ciascun terapeuta di giocare la sua irrazionalità all'interno del sistema familiare senza esserne risucchiato o definitivamente estromesso. È grazie alla presenza del co-terapeuta che Whitaker può permettersi di usare la metafora, di insegnare l'acting-out, persino di agire le allucinazioni del paziente designato...

Conclusioni

Carl Whitaker è probabilmente un personaggio irripetibile, tanto poco ortodosso che mi viene da pensare che la sua lettura sarebbe da evitare per gli studenti più giovani, che rischierebbero di trovarsi impreparati e fuorviati di fronte al suo stile.

Egli stesso scriveva:

"Quando una persona ha un delirio lo ricoveriamo.

Quando io ho un delirio, la chiamano teoria".

Un lettore impreparato o poco riflessivo, potrebbe lasciarsi trasportare più dal delirio che dalla teoria, limitandosi a considerare Whitaker un burbero scortese, inappropriato e con qualche rotella fuori posto...

L'assurdo e la pazzia, temi cari a Whitaker, sono di certo delicati da maneggiare. Whitaker stesso, sapeva quanto fosse rischioso, tanto da tutelarsi con la presenza del co-terapeuta. Ma per quanto poco ortodosso, burbero, isolato, come fare a resistere al fascino di chi scrive:

"Il modo migliore per evitare di fare una psicoterapia è di avere delle sedute regolari con un terapeuta".

Per approfondire

- *"Danzando con la famiglia. Un approccio simbolico-esperienziale"*, di Carl Whitaker e William Bumberry
- *"Considerazioni notturne di un terapeuta della famiglia"*, di Carl Whitaker
- *"Il crogiolo della famiglia"*, di Augustus Napier e Carl Whitaker