

# La prescrizione in terapia familiare

4 marzo 2019 Categorie: Famiglia Tag: benessere, famiglia, strategie, terapeuta, terapia



Nell'ambito terapeutico familiare

quello che si cerca il più possibile di fare è di lavorare nel *qui ed ora* con quello che la famiglia porta. Pertanto parlare di **prescrizione** all'interno di terapia familiare può sembrare una modalità antica e poco funzionale in un concetto di cura in ambito psicologico poiché può dare l'idea di "*chiudere*" piuttosto che *aprire a nuove prospettive*. In fondo ogni forma di terapia con il suo approccio favorisce una direzione piuttosto che un'altra. Se è vero che si è in rapporto a due (o più di due nel caso di coppia e famiglia) così come il paziente influisce su quello che si determina in terapia altrettanto lo fa il terapeuta con la sua persona, il suo stile terapeutico, le regole del patto terapeutico, la disposizione spaziale, la cura dell'ambiente e molto altro. Tutto è comunicazione. Implicitamente tutto ci parla in terapia e questo contribuisce alla direttività che si va a prendere. Tutto questo può essere visto "manipolatorio" in chi scorge in questa modalità terapeutica il pericolo che la famiglia possa perdere la sua capacità di autodeterminazione e che debba essere coinvolta in responsabilità che non le competono. Se cambiamo prospettiva e vediamo ciò come un processo che contribuisce a dare un forte contributo nel processo di evoluzione, la visione può cambiare. Di fatto la terapia relazionale ha come obiettivo quello ad esempio di restituire a ciascun membro un ruolo più funzionale e di conseguenza ridare una determinazione ad un gruppo familiare spesso inchiodato in una situazione di difficoltà, incastrato in dinamiche che si ripetono da anni senza apparentemente via di uscita, spesso con il mantenimento di un capro espiatorio. Il tempo si ferma come se ci fosse una impossibilità a cambiare, tutto si ripete per lungo tempo seguendo sempre gli stessi modelli di comportamento e di pensiero disfunzionali. Diventa ancora più evidente che il compito necessario per il terapeuta è aprire nuove strade, qualcosa di diverso per queste persone permettendo così scoperta di nuove risorse di valenza "auto-terapeutiche" al suo interno che libera il paziente designato e famiglia da una situazione di disagio che si prolunga nel tempo. Questo implica una posizione molto delicata dove il terapeuta deve mostrare il suo potere *rispetto alla rigidità che il sistema familiare*, mantenendo costantemente questa posizione UP. Posizione non facile e che può portare a quella che Whitaker chiama *lo scontro per il controllo*. Lo stesso Whitaker nel 1965 arrivò a ritenere il coinvolgimento del clinico lo strumento principale nel produrre il cambiamento e l'apprendimento di modelli alternativi di relazione: "Se non c'è un coinvolgimento del terapeuta non c'è mai un reale apprendimento e quando, invece, l'apprendimento ha luogo, la terapia si trova in una fase avanzata, dopo che è avvenuto un importante cambiamento esistenziale".

Proprio in questo momento la famiglia spesso mette a dura prova il terapeuta per capire se lui è abbastanza **solido e sicuro** da poterla sostenere in un eventuale processo di cambiamento. Questo è un processo molto delicato poiché se il terapeuta non si mostrerà tale rischierà di essere inglobato nei modelli transazionali della famiglia non risultando efficace nel processo di cambiamento e la famiglia potrebbe abbandonare la terapia.

## In che modo è direttivo un processo relazionale e quali sono gli obiettivi da raggiungere?

Innanzitutto anche il fatto di coinvolgere nella seduta stessa l'intera famiglia è già un atto di direttività in quanto richiede tutti i membri a un confronto diretto e chiede ad ognuno di assumersi le proprie responsabilità togliendo tutto il carico esclusivamente nel terapeuta. In un'ottica sistemica-familiare l'obiettivo del cambiamento va al di là della risoluzione del sintomo individuale che poi va ad incidere sugli altri membri della famiglia. Spesso il sintomo è soltanto l'indicatore di un disturbo a livello comunicativo. Quello a cui dobbiamo porre il *focus* non è tanto la risoluzione del sintomo, poiché quella è una conseguenza ed a volte anche momentanea, bensì il cambiamento nel processo, nelle regole del sistema. Agire sul sintomo vuol dire automaticamente intervenire sulle regole di relazione di un sistema. Cambiamenti nelle relazioni familiari spesso avvengono come risultato di mutamenti di relazioni emotive o di una nuova consapevolezza. In alcuni casi dobbiamo mettere in conto anche che questi cambiamenti possono non avvenire poiché può succedere che in terapia la famiglia non sia in grado di intraprendere processi nuovi che percepisce troppo rischiosi o impegnativi. Tuttavia il fatto di aver verificato in concreto l'esistenza di alternative negate in precedenza o non conosciute, attraverso le prescrizioni, ha di per sé un valore terapeutico.

## Cosa intendiamo quando parliamo di prescrizione in terapia?

Si parla di un vero e proprio strumento che il terapeuta può utilizzare in seduta in base al lavoro svolto con i pazienti, alle informazioni raccolte in seduta ponendo l'attenzione soprattutto sui processi disfunzionali. Si tratta di assegnare un compito che coinvolga direttamente o indirettamente tutta la famiglia o un membro specifico sia all'interno della seduta stessa o da portare come "compito a casa" tra una seduta e un'altra. Quest'ultima modalità dei "compiti a casa" è volta in particolare ad amplificare il processo terapeutico al di là dell'ora settimanale dell'incontro ma anche nella vita quotidiana. Ovviamente è un intervento strategico scelto dal terapeuta per una serie di motivi ed è specifico da famiglia a famiglia in modo da favorire un cambiamento. Lo strumento della prescrizione permette inoltre la raccolta di una serie di informazioni relazionali di come la famiglia funzioni nel suo modo di comunicare ed agire. **Pertanto non è importante la corretta esecuzione della prescrizione in sé, quanto osservare i comportamenti interattivi tra i membri della famiglia impegnati in quel compito comune.** Al di là dell'analisi dei diversi tipi di prescrizione, nel quale non entro qui nel dettaglio, va detto che essa ha sempre un valore di comunicazione poiché spesso porta i membri che ne sono coinvolti a fare ipotesi sul perché gli è stata assegnata quel tipo di prescrizione e questo spesso suscita riflessioni su di sé e sul rapporto che essi hanno con gli altri.

---

### Bibliografia:

Whitaker C.A., Felder R.E., Warkentin J. (1965), ***Countertransference in family treatment of schizophrenia***, in Boszormeny-nagy, Framo J. (eds.), ***Intensive family therapy***, Harper and Row, New York.

Andolfi M., 1978, ***La terapia con la famiglia, un approccio relazionale***. Astrolabio.