

L'uso del genogramma in terapia

4 maggio 2018 Categorie: Famiglia Tag: famiglia, generazioni, miti, relazioni

La famiglia d'origine è il luogo in cui il soggetto avvia la costruzione della propria identità attraverso le immagini che gli vengono restituite da parte di ciascuno dei suoi genitori (lo specchio paterno e lo specchio materno). Essa è un'organizzazione unica e specifica che lega e tiene insieme le differenze originarie e fondamentali dell'umano, quella tra i generi (maschile e femminile), tra le generazioni (genitori e figli) e tra le stirpi.

Nella famiglia d'origine apprendiamo cosa essa sia e come “debbono” essere le relazioni familiari: cosa significhi “essere coppia”, cosa significhi “essere fratelli”, come anche cosa significhi “essere genitori ed essere figli”. La famiglia d'origine, quella che ci vede figli, diventa modello di riferimento per la costruzione di quella famiglia che ci vede nel ruolo di adulti, come partners di una coppia e come genitori. I legami familiari hanno inoltre le seguenti caratteristiche:

sono legami primari: nella famiglia i soggetti sono legati tra di loro in quanto persone, nella totalità e unicità del loro essere al di là dei ruoli che svolgono;

sono fortemente vincolati e con limitati gradi di libertà: nessuno può scegliere in che famiglia nascere e la stessa scelta del partner ha i suoi vincoli sociali e psichici;

sono gerarchicamente strutturati: la famiglia non è un gruppo di pari, anche se relazioni paritetiche si possono instaurare entro alcuni assi generazionali, come tra coniugi o tra fratelli;

sono infine definiti, sia da **aspetti affettivi** di cura, sia da **aspetti etici** di vincolo e responsabilità (Sambini, lafrate 2001).

Da un approccio relazionale simbolico, la famiglia è un soggetto fatto di relazioni, di legami che genera legami connettendo tra loro le persone. I membri della famiglia, soggetti attivi di azioni e di decisioni, sono legati e vincolati alla storia delle generazioni da cui essi provengono, e che li ha fisicamente e psichicamente generati. La relazione dunque è ciò che lega, anche inconsapevolmente, i membri della famiglia tra di loro: è ciò che lega e accomuna mariti e mogli, genitori e figli, è la loro storia familiare e la storia della loro cultura di appartenenza ossia tutto ciò che “*si è sedimentato e si sedimenta continuamente in quanto a valori, miti, riti e modelli di funzionamento*” (Scabini 1995).

Carlos Sluzki (1991) afferma che le nostre relazioni costituiscono le nostre realtà, divenendo esse stesse realtà e in tal senso danno luogo a un processo complesso, che si pone come fattore di organizzazione, di ristrutturazione e quindi di trasformazione dell'esperienza umana. Questa “nuova narrazione” però non sempre e necessariamente deve costruirsi di parole, di analisi testuali, di più o meno sofisticate valutazioni linguistiche: è questo il caso del genogramma, una tecnica che si avvale del supporto grafico per promuovere una modalità narrativa più centrata sul racconto e quindi sulla comunicazione verbale. Introdotto nella terapia sistemica familiare da Murray Bowen , il genogramma si è diffuso poi alla quasi totalità degli indirizzi relazionali, con modalità differenti al fine di essere proposto, utilizzato ed inserito nel contesto della terapia. **Il genogramma è una specie di albero genealogico molto più dettagliato, generalmente limitato alle ultime tre generazioni. Esso si differenzia dall'albero genealogico soprattutto perché quest'ultimo mette in evidenza una situazione modificabile soltanto da eventi anagrafici quali: le nascite, le morti, i matrimoni dei membri della famiglia; eventi che non intaccano il criterio fondamentale dell'appartenenza.**

Esso può essere definito come la rappresentazione grafica della struttura di una famiglia accompagnata dalle verbalizzazioni di colui che lo compila. La costruzione del genogramma

procede attraverso la raccolta di informazioni e la loro codificazione in uno schema grafico che consente di ordinarle in forma sintetica completa ed essenziale. Esso ci fornisce un rapido quadro di insieme della struttura familiare e ci consente di materializzarne le caratteristiche di una rappresentazione, senza dover fare delle semplificazioni che potrebbero deteriorare la qualità delle informazioni. Oltre a una funzione descrittiva sembra poter assolvere una funzione evolutiva in quanto consentirebbe al soggetto di prendere consapevolezza delle proprie origini e dei percorsi, attraversati nell'arco della vita, da lui e dalla famiglia ed individuarne gli elementi di ciclicità. Attraverso la narrazione che il soggetto fa rispetto alle relazioni tra i soggetti rappresentati, alla comunicazione tra essi, alle somiglianze o differenze, ai miti o ai rituali che caratterizzano parti del sistema rappresentato (o il sistema intero) il terapeuta familiare trae ipotesi su aspetti disfunzionali e possibili risorse della famiglia. Attraverso il genogramma un individuo può portare alla mente eventi rimossi o rimasti in ombra, fa riemergere una serie di ricordi, affetti e rancori nel contesto della relazione con la propria famiglia di origine permettendo così la scoperta e la ridefinizione degli eventi significativi e dei nessi che li collegano. In breve si potrebbe pensare che esso aiuti a capire quanto si vive la propria storia e quanto quella che altri hanno in parte deciso per noi. Questo potrebbe essere il caso del "fantasma di famiglia" che nasce da un segreto che non si può rivelare. Spesso si tratta di un segreto vergognoso di un genitore, una perdita o un'ingiustizia. Secondo la Schutzenberg nascondendo questo "lutto indicibile" lo si interiorizza in un "sepolcro segreto", in una "cripta". Questo fantasma di famiglia impersona dunque il "segreto inviolabile" di un altro; segreto che può trasmettersi dall'inconscio del genitore all'inconscio del figlio da una generazione all'altra. Tutto avviene come se certi morti sotterrati troppo in fretta, non potessero restare nelle loro tombe e pertanto si levassero e circolassero, andando a nascondersi in questa cripta portati da qualcuno della famiglia nel proprio cuore o nel proprio corpo. Da lì uscirebbero per farsi riconoscere affinché l'avvenimento non sia dimenticato. Il terapeuta, lavorando sul tema transgenerazionale, aiuterà il paziente ad identificare la sua cripta e a liberarsi. Dando un nome al fantasma affinché il portatore dello stesso potrà "disidentificarsi", "differenziarsi" dal fantasma dell'antenato e riconquistare la pace e la sua libertà. Questo processo implica necessariamente una grande emozione, è come se il narratore rivivesse momenti lontani e vicini anzitutto per sé e per le persone presenti ritrovando il senso epico del raccontare per immagini anche se talvolta l'emotività, prevalendo sulla narrazione, interviene a limitare e frenare la parola dando però una forte comunicazione emotiva. Affinchè il genogramma diventi terapia sono necessarie alcune condizioni una delle principali è la necessità di essere liberi di esprimersi in prima persona, sia verbalmente che graficamente, senza limitazioni di tempo ed avendo a disposizione uno spazio ampio (lavagna o foglio) sul quale possa interpretare le consegne formali del terapeuta.

Montagano S., Pazzagli A., (2002) *Il genogramma. Teatro di alchimie familiari*. Franco Angeli.

Schutzenberger A.A. (2008) *La sindrome degli antenati. Psicoterapia transgenerazionale e i legami nascosti nell'albero genealogico*. Di Renzo Editore