

«Sono nata per essere mamma» Una terapia interazionista per costruire nuovi abiti identitari

Virginia Cecchin¹

Riassunto. Il presente contributo descrive il percorso realizzato con una donna che porta in sede di consulenza criticità legate alla relazione con il figlio. I vissuti di sofferenza sperimentati nel rapporto con il figlio minore e le difficoltà ad accettarne il percorso di crescita, sono stati riletti, coerentemente con l'approccio interazionista, considerando la teoria della donna su di sé e su di sé come madre. Tale lavoro ha consentito di evidenziare uno scenario in cui il ruolo di madre aveva assunto centralità e pervasività, configurandosi come l'unico in cui riconoscersi e farsi riconoscere. A partire dalla lettura clinica della configurazione, delle teorie personali e delle tentate soluzioni messe in campo dalla donna per gestire le criticità vissute, verranno evidenziate le principali fasi che hanno caratterizzato il lavoro svolto. Tappe che hanno consentito la costruzione di nuove possibilità identitarie e la risignificazione del proprio essere madre.

Parole chiave: interazionismo, identità, ruoli, significati, cambiamento

Abstract. The essay describes a psychological journey lived by a woman in the relationship with her child. Her distress due to the difficult relationship with her child, her refusal to accept his childhood, thanks to the interactionist approach, have been revised taking into account the self-concept theory as mother, like a woman. A theory in which the motherhood had taken centrality and pervasiveness, the only one to recognize herself and being recognized. Starting from the clinical readings of the configuration, personal theories and attempted solutions fielded by means of woman to manage her critical experiences, the main stages that shaped the work will be outlined. Stages that have allowed to build her new potential identities and the new meaning of being a mother, bringing a fateful turn in their life.

Keywords: interactionism, identity, roles, meanings, change

1. Introduzione

Il presente articolo descrive un caso clinico gestito secondo i presupposti del modello interazionista (Salvini, 2004, Salvini & Dondoni, 2011), fondato sulla premessa che non esista un modo unico e assoluto di conoscere la realtà ma che contempla l'esistenza di una molteplicità di punti di vista sul mondo e di modi di attribuire senso e significato allo stesso. Pertanto, a fronte dei plurimi e sfaccettati punti di osservazione di una medesima realtà adottati dall'individuo, gli strumenti e le modalità utilizzati in una terapia strutturata secondo tale prospettiva non possono che risultare di volta in volta differenti e costruiti in funzione dello specifico scenario e delle esigenze rilevate.

¹ *Psicologa, psicoterapeuta.*

In tal senso, anche nella costruzione del percorso terapeutico di seguito descritto non vi è stato un riferimento a schemi di intervento prestabiliti ma essi sono stati definiti e implementati in funzione delle modalità di configurare e dare senso alla realtà dell'interlocutrice. Ciò, all'interno di un assetto interattivo in cui il fine ultimo è risultato quello di scoprire ed esplorare assieme nuovi orizzonti e percorsi biografici inediti da seguire. Entro un panorama teorico e metodologico così delineato, quelli che sono i comportamenti e gli stati mentali definiti e vissuti dall'individuo come problematici vengono configurati come tentativi disfunzionali di adattamento alle situazioni e ai relativi contesti di vita. Dunque, non realtà di fatto, statiche e modificabili solo attraverso l'intervento dell'esperto, bensì modalità, messe in campo da una persona dotata di intenzionalità e di un ruolo attivo. Le realtà vissute e costruite dagli individui risultano quindi potenzialmente trasformabili e negoziabili, attraverso la costruzione di nuovi significati e l'inesco di nuove possibilità esperienziali. Possibilità generabili attraverso un percorso in cui la competenza del professionista sta nel comprendere in modo completo e pieno l'alterità, per sviluppare un percorso che consenta il perseguimento di obiettivi di cambiamento. In tal senso, anche il lavoro illustrato in seguito si è mosso nella direzione di incrementare le possibilità della persona, accompagnandola a costruire nuovi sguardi e prospettive da cui osservare la propria esperienza.

Nel dettaglio, la richiesta da cui si è sviluppato il lavoro è quella di una madre, citata con il nome di fantasia Mirka, che richiede una consulenza alla luce di difficoltà nell'interazione con il figlio. La lettura della richiesta inizialmente posta, l'esplorazione dei significati e degli schemi rappresentazionali utilizzati per leggere la propria realtà hanno consentito di giungere all'individuazione di un obiettivo di lavoro chiaro e condiviso, nonché di strutturare un lavoro declinato in funzione delle specificità dell'interlocutrice. In tal senso, la costruzione di un percorso calato sulla cliente, capace di generare delle perturbazioni entro uno scenario portato come statico, si è reso possibile solo a partire da una completa apertura alla complessità dell'altro, rifuggendo schemi interpretativi predefiniti e forme di categorizzazione dell'altro che non consentono di coglierne sfumature e sfaccettature.

In virtù di tali presupposti, passo preliminare nel lavoro con la donna è stato l'esplorazione del sistema di senso e significato posto a fondamento del proprio agire e quindi l'esplorazione delle credenze, dei valori, delle regole e delle teorie implicite relative a sé e al proprio mondo, approfondendo in particolare il riverbero degli stessi in termini di mantenimento e cristallizzazione della realtà portata come problema. Movimento, quello realizzato, propedeutico all'individuazione di una meta chiara da raggiungere e alla costruzione di un percorso che risultasse generativo di un cambiamento funzionale entro la biografia della donna.

2. Presupposti teorici

Entro il modello di matrice interazionista, presupposto fondante è quello che rifugge una definizione di realtà nei termini di dato ontologico, indipendente dagli individui che ne fanno conoscenza (Salvini, 2004; Castiglioni & Faccio, 2010). Tale realtà, quindi, emerge come un processo che non può essere svincolato dagli individui e dal processo di attribuzione di senso e significato che questi mettono in campo. In tal senso, anche la realtà portata in sede terapeutica come "problematica", entro il panorama appena delineato, non viene connotata come realtà avente vita propria ma come frutto dei

discorsi e delle narrazioni di chi la porta. In questo senso, l'intento del clinico risulta comprendere i processi di significazione e gli schemi di rappresentazione di sé e del mondo dell'individuo.

Processo che viene messo in evidenza e che risulta centrale anche nella costruzione delle realtà che definiamo problematiche risulta il linguaggio (Berger & Luckmann, 1966; Wittgenstein, 1999). Tra i "poteri" che il linguaggio detiene vi è quello annesso alla capacità di generare delle realtà che, una volta svincolate dal processo di costruzione da cui originano, vengono colte come oggettive e concrete. Se da un lato il linguaggio risulta dotato di forza generatrice dall'altro lato l'utilizzo di un linguaggio reificante e oggettivante, ove i termini assumono uno statuto proprio, può interferire con la creazione di nuove narrazioni, fornendo all'interlocutore un unico binario percorribile, quello discorsivamente configurato come problema.

In virtù del ruolo che il linguaggio esercita nella produzione di realtà, siano esse funzionali che di sofferenza, l'intervento terapeutico strutturato entro una prospettiva antropomorfica, si orienta alla generazione di nuovi testi e contesti e di nuovi modi di raccontare e di raccontarsi. Questo, attraverso un impiego generativo del linguaggio volto a creare realtà discorsivamente intese più funzionali e ad ottenere effetti pragmatici nello scenario di intervento. Entro un assetto in cui il reale risulta l'esito delle interazioni umane e dell'impiego del linguaggio nelle stesse, tema cruciale risulta quello relativo all'identità.

Entro tale prospettiva l'"identità" emerge come frutto di un processo autoregolativo attraverso cui la persona mette in relazione rappresentazioni della realtà, degli altri e di sé e le interiorizza. L'identità assume i tratti di un processo fluido e in perenne formazione e negoziazione, capace di definirsi e ridefinirsi nelle costanti e variegata interazioni tra individuo e se stesso, tra individuo e altri interlocutori e tra individuo e contesto.

Riferimento teorico chiave risulta quello relativo al costrutto di "ruolo". In virtù della più ampia concezione di identità, anche l'assunzione di ruolo non è contemplata come un processo meccanico e impersonale attraverso cui l'individuo mette in atto comportamenti coerenti con le tipizzazioni proposte dal contesto; bensì, tale processo implica un'interiorizzazione e un'identificazione con il ruolo così da sentirlo proprio (Mead, 1967; Cooley, 1922). L'assunzione di ruolo, quindi, genera un riverbero a livello identitario, portando l'individuo, in funzione del ruolo assunto e agito, a sviluppare peculiari forme di sentire e di percepire se stesso.

Se il riferimento alla funzione giocata dal ruolo nel processo di costruzione dell'identità risulta rilevante, la Teoria del Posizionamento (Harré, 1994; Harre & Gillett, 1996; Harré & Van Langenhove, 1998) offre un contributo capace di estendere la prospettiva sul tema. Infatti, teorici come Harré mettono in evidenza come il costrutto di posizionamento possa risultare un'alternativa capace di rendere maggiormente conto della dinamicità e della fluidità che caratterizza ciascun individuo. La teoria del posizionamento, pone centralità alla processualità e alla fluidità degli scenari interattivi in cui gli individui si trovano costantemente immersi, enfatizzando l'importanza che le plurime posizioni che si possono assumere esercitano una funzione determinante sull'evoluzione e sulla variazione della percezione della propria soggettività.

Tali riferimenti, in sede di costruzione del percorso clinico presentato, hanno assunto centralità, portando alla costruzione di un dialogo e di strategie terapeutiche orientati ad

esplorare e a prendere in considerazione l'intero universo di appartenenza dell'interlocutrice, portando in luce le molteplici sfaccettature e le differenti collocazioni assunte entro la pluralità di storie abitate e vissute.

In termini generali, la natura processuale e dinamica dell'identità qui descritta, nella gestione del caso clinico oggetto di trattazione è risultata presupposto fondante e faro-guida nello sviluppo di strategie e interventi terapeutici efficaci. Il considerare l'interlocutrice un essere in potenza, avente in sé possibilità identitarie altre da quelle fino ad allora sperimentate, ha consentito di non fermarsi ad una concezione della donna limitata al ruolo con cui essa si proponeva e si faceva riconoscere dal mondo, bensì, di cogliere opportunità e ruoli inediti entro cui calarsi, verso una gestione più funzionale della propria biografia.

3. Presentazione della situazione

“Sono una mamma e ho dei problemi con il mio figlio più piccolo, è cambiato da quando è in prima media”. Queste le parole di esordio con cui Mirka apre il dialogo durante il primo contatto avvenuto telefonicamente. Ancor prima che fornire il suo nome la donna si presenta come madre, è la prima osservazione che sviluppo, pur non avendo ancora a disposizione elementi sufficienti per poter delineare un quadro preciso dello scenario, ma allo stesso tempo intuizione utile ad intravedere, per quanto in modo fumoso e non ancora nitido, il terreno su cui predisporre il lavoro futuro.

A fronte della richiesta esplicitata, si condivide con la donna l'utilità di fissare un primo appuntamento da sole. L'argomentazione offerta, e colta da Mirka, è quella di poter meglio definire le esigenze riscontrate e comprendere la situazione; anticipazione posta a fondamento di questo movimento, la possibilità che il soddisfacimento di una richiesta di questo genere avrebbe potuto avvallare teorie personali circa il problema come qualcosa di “situato” nel figlio.

Mirka si presenta al colloquio il giorno concordato; si fatica ad attribuirle un'età; l'aspetto è dimesso, presenta una capigliatura scomposta, indossa abiti dismessi e ai piedi calzature da casa. Elementi questi che là e allora non potevano ancora trovare una collocazione e un significato precisi ed epistemologicamente fondati ma che nell'incedere del percorso risulteranno elementi coerenti ed essenziali al mantenimento di una certa immagine e rappresentazione di sé.

La donna racconta di essere madre di 4 figli di cui Samuele, 11 anni, è il minore; riferisce di essersi sposata molto giovane e di aver vissuto con la famiglia di origine fino al matrimonio entro il quale la donna ha assunto un ruolo educativo e di cura verso i fratelli minori. Dopo il matrimonio, in accordo con il marito, non ha mai cercato un lavoro al fine di potersi dedicare pienamente alla famiglia e in particolare ai suoi figli. Riferisce di non avere particolari interessi se non quello di seguire in toto il percorso dei figli e di non frequentare contesti altri da quello familiare che nella sua narrazione viene descritto come una realtà che la assorbe totalmente.

In fase di lettura dell'esigenza Mirka riporta di avere dei grandi problemi con il figlio più piccolo; la donna racconta che da quando ha iniziato le medie il ragazzo è cambiato, se prima era un bambino buono, affettuoso, sempre assieme alla mamma, ora lo stesso la rifiutava. La donna rileva che le modalità interattive messe in campo da Samuele non sono più le stesse a cui era abituata, egli inizia a richiedere degli spazi personali e vuole gestire in autonomia alcuni aspetti della propria quotidianità; pretese queste che a Mirka

paiono inspiegabili, provocando in lei un profondo turbamento: *“mi sento inutile, lui ha tanto bisogno di me ma non lo riconosce”*.

A partire dalle narrazioni di Mirka il movimento realizzato in prima sede è stato quello di generare uno spostamento dalla richiesta formulata nei termini di “presa in carico” del minore all’individuazione di un’esigenza su cui poter lavorare assieme. Alla base del ragionamento l’anticipazione che una risposta alla richiesta per come portata da Mirka da un lato avrebbe implicato un percorso con un interlocutore, Samuele, in assenza di esigenze di lavoro rilevate dal minore stesso, dall’altro avrebbe comportato un mantenimento di Mirka entro un ruolo ormai cristallizzato e totalizzante. Nell’incedere della conversazione, attraverso domande mirate, la posizione della donna si è modificata. Lo spostamento del focus su di sé e l’esplicitazione dei significati personali attribuiti all’esperienza vissuta, hanno consentito il passaggio ad una domanda che presupponeva un ruolo attivo della donna in termini di cambiamento della situazione portata come critica. Nel condividere il proprio vissuto Mirka fa riferimento ad un certo punto ad un’immagine, l’immagine di un uccellino bagnato:

“mi sento come senza una parte di me, abbandonata, vuota, ero convinta che fosse Samuele ad avere bisogno di me e invece sono io ad avere bisogno di lui, mi sembra di non trovare più un senso in quel che faccio, vorrei stare meglio, sentirmi serena”.

L’immagine offerta da Mirka, il modo di raccontare la propria storia, i contenuti della propria biografia selezionati e portati come emblematici, significativi rendono conto di un lavoro minuzioso, costante e persistente attraverso cui Mirka ha cucito, modellato e indossato un abito, quello di brava mamma. Un abito che per la donna è nel tempo divenuto l’unico possibile da indossare, l’unico con cui potersi mostrare entro i propri contesti di vita ma che, al momento del nostro incontro, iniziava a mostrare i primi logorii. Quali le possibilità identitarie ancora inesplorate da Mirka, una madre che su tale ruolo aveva costruito e dato senso alla propria vita, una donna che all’inizio del lavoro assieme non contemplava altri ruoli, altri modi di essere e fare esperienza se non quello di mamma?

Proprio a fronte dei vissuti esplicitatisi giunge a costruire con la donna la possibilità di un percorso volto a lavorare sugli aspetti critici da lei evidenziati, un percorso che rappresenterà per Mirka un viaggio alla scoperta di parti di sé inedite e inesplorate.

3.1 Lettura professionale del problema

La fotografia scattata a partire dai primi passi compiuti con Mirka ha consentito di disporre di alcuni elementi preliminari circa le modalità discorsive, gli schemi rappresentazionali e le teorie rispetto a sé dell’interlocutrice. La configurazione di realtà che si rileva in fase iniziale mostra una donna che, identificando il ruolo di madre come l’unico possibile entro cui sperimentarsi e affermarsi, non dispone di un’immagine di sé alternativa a quella di mamma premurosa.

Entro tale assetto, la teoria sposata rispetto all’essere madre, in cui la stessa emerge come una figura pervasiva e onnipresente nella gestione dei figli, fa sì che il processo di acquisizione di autonomie da parte dell’ultimogenito assuma la forma di un’imponente minaccia in termini di definizione e di riconoscimento di sé. Un’immagine di sé che per

essere preservata porta Mirka a mettere in atto una serie di strategie, di tentate soluzioni (Watzlawick et al., 2004, Watzlawick, 2007), scarsamente efficaci e funzionali orientate a mantenere saldo il proprio ruolo nella vita del figlio.

Le modalità assunte nell'interazione con il figlio dalla donna emergono entro la configurazione di realtà dalla stessa come coerenti al ruolo di brava madre;

“ad esempio ogni volta che torna da scuola cerco di fargli trovare tutto pronto, tutte le cose che gli piacciono, o appena si mette a fare i compiti vado vicino a lui, magari non mi vuole allora dico che sto in silenzio ma almeno capisce che sono lì per lui, oppure quando ha calcio gli controllo la borsa e se manca qualcosa glielo faccio presente in modo che capisca che ha bisogno di me”.

Ciò che emerge è che questi tentativi di affermare il proprio ruolo di madre presente e attenta, generano da parte del figlio reazioni di rabbia e rifiuto; parallelamente, tali circostanze provocavano in Mirka un vissuto da lei descritto come *“un grande senso di colpa”* legato alla sensazione di non star svolgendo in modo ineccepibile il proprio ruolo genitoriale.

In termini generali, dunque, tali modalità risultano concorrere alla generazione e al mantenimento delle difficoltà di rapporto con il figlio e alla perdita di senso biografico sperimentata da una donna che, concentrandosi sull'essere e sul fare la madre, non ha coltivato altre posizioni identitarie che si declinassero come significative e rilevanti. Altro aspetto che emerge nella configurazione rilevata, infatti, è l'aridità di contesti e spazi di vita abitati i quali sembrano limitati a realtà interattive entro cui Mirka si muove ed è riconosciuta nel predominante ruolo di mamma.

Non trovandosi più nelle condizioni di esercitare con le uniche modalità conosciute il proprio ruolo materno nell'interazione con il figlio, Mirka arriva quindi a configurare la realtà portata nei termini di problema, i cui tentativi di risoluzione messi in campo paiono fallaci.

3.2 *Gli obiettivi dell'intervento*

Nei primi colloqui con Mirka, a fronte della richiesta iniziale e della lettura professionale della situazione descritta come problematica, si è condivisa con Mirka l'utilità di individuare degli obiettivi che, come un faro nella notte, guidassero il lavoro assieme secondo una precisa direzione. Il primo obiettivo che Mirka condivide si caratterizza come molto generico e astratto, riferendosi ad un maggior senso di *“serenità”*, con se stessa e con il figlio.

Al fine di costruire con Mirka degli obiettivi di lavoro rispondenti alle esigenze rilevate ho valutato di rivolgere alla donna la cosiddetta *“Miracle Question”*;

“immagini di alzarsi domani mattina e di scoprire che il suo problema si è risolto, cosa ci sarebbe di diverso? Da cosa capirebbe che le cose sono migliorate?”.

La finalità è stata quella di poter accedere attraverso uno sforzo immaginativo ad un potenziale scenario ideale, utile per identificare e precisare obiettivi verso cui orientarsi.

A partire da tale stimolo Mirka offre uno scenario caratterizzato da un miglior rapporto con Samuele, un rapporto senza discussioni, in cui durante i momenti in cui il figlio è a scuola o agli allenamenti lei non si sentirebbe angosciata per la sua lontananza. Nello scenario ideale descritto, inoltre, la donna immagina di passare il proprio tempo non esclusivamente in attesa del ritorno del figlio da scuola bensì concentrata su attività di suo interesse e che da molto tempo non svolge più. Ancora, la donna immagina come altro cambiamento la scomparsa del senso di colpa emergente ogni volta che il figlio prende un brutto voto, come ciò dipendesse da un suo sbaglio, nonché la capacità di dedicarsi a relazioni anche con altri interlocutori, uno tra tutti il marito.

Gli elementi offerti dalla donna rendevano conto di uno scenario caratterizzato da cambiamenti in due direzioni: una differente modalità di interazione con il figlio Samuele e la possibilità di accedere ad esperienze allora concepite come inaccessibili. A fronte di ciò, gli obiettivi condivisi con Mirka sono stati: migliorare la relazione con il figlio attraverso l'individuazione di modalità più funzionali e, più in generale, costruire delle occasioni in cui potersi sperimentare in modo nuovo entro i propri contesti di vita. In termini terapeutici, dunque, gli obiettivi verso cui si è orientato l'intervento sono stati il promuovere una risignificazione del ruolo di madre e il favorire la costruzione di nuovi ruoli identitari e immagini di sé inedite e funzionali.

3.3 Il percorso

Gli inizi

Uno dei primi passi compiuti nel lavoro con Mirka è stato quello di assegnarle alla donna un compito in cui la richiesta era quella di provare a descrivere se stessa partendo dall'assunzione del punto di vista di un interlocutore altro da sé e ritenuto significativo. La finalità annessa a tale richiesta è stata duplice: da un lato agevolare il racconto su di sé e dall'altro ampliare le prospettive, i punti di osservazione da cui considerare la propria esperienza, processo utile questo a far vacillare un punto di vista ritenuto come l'unico possibile. L'utilizzo di tale strategia, infatti, se da un lato ha fatto emergere con forza la centralità del ruolo di madre a livello identitario, dall'altro ha consentito di rilevare degli elementi che nelle narrazioni della donna non erano emersi e che nel corso del lavoro assieme risulteranno in seguito delle risorse da valorizzare e sfruttare;

“Mirka è mamma di 4 figli, quando parla di loro si capisce subito che li ama moltissimo e che farebbe di tutto per loro, è attenta a tutti i loro bisogni e si accorge di tutto ciò che non va [...] Mirka è anche una persona molto sensibile, ama molto l'arte e la scrittura, dipingere è sempre stata una sua passione anche se con il tempo e gli impegni della vita ha dovuto lasciare un po' da parte questo interesse [...].”

A fronte della narrazione fino allora portata, saturata e pervasa dal ruolo di madre, la presenza nella descrizione di una dimensione esperienziale mai emersa nel dialogo ha consentito di aprire a nuove domande volte ad esplorare scenari inediti. È proprio durante tale movimento che Mirka fa nuovamente riferimento al “senso di colpa” che la assale nel momento in cui orienta la propria attenzione a qualcosa che non rientra nel ruolo di mamma attente e premurosa.

Mirka e la pluralità

In tale frangente Mirka utilizza per la prima volta la metafora della “vocetta che ti sussurra all’orecchio”. Nell’esplorare tale immagine emerge che nelle occasioni in cui la donna fa qualcosa di diverso dal “fare la mamma”, la “vocetta” la rimprovera, la fa sentire in colpa, le dice che una mamma brava non si comporterebbe così; allo stesso tempo, nel resoconto di Mirka emerge una seconda posizione, contrapposta alla prima, che in certe situazioni la legittima e la sprona a prendersi il proprio tempo

Tale passaggio è risultato emblematico e centrale nel lavoro con Mirka, rappresentando una grande occasione per avviare un lavoro di ridefinizione di sé e di riscrittura della propria storia. La tecnica utilizzata a fronte di quanto condiviso con Mirka è stata quella di “dare un nome” alle due “vocette” e di esplorarle più nel dettaglio: cosa accade quando prevale l’una e quando prevale l’altra? Come si sente Mirka in queste occasioni? Come riesce a gestire tali posizionamenti? Quali sensazioni prova? Come si immagina di essere vista dagli altri nell’una e nell’altra circostanza? Come potrebbe risultare uno scenario futuro caratterizzato da una predominanza della voce propositiva a discapito di quella moralizzatrice e punitiva?

Nell’incedere verso questa direzione Mirka assegna alla voce che lei definisce “rimproverante” il nome di A. e che all’interno di un compito assegnato descrive in questo modo:

“quando parla A. mi sento sempre in colpa, magari ho appena finito di pulire tutta la casa e penso di sedermi sul divano e lei mi dice di no, che dovrei vergognarmi e che i miei figli penserebbero male di me, oppure passo davanti a un negozio, io non mi compro mai niente, solo per i miei figli, e se guardo una vetrina A. dice che non devo perdere tempo in quelle cose futili, anche con i suoi compiti ogni tanto mi dice che dovrei fare altro e non perdermi in cose così”

Il resoconto della donna offre, dunque, nuove lenti da cui osservare il modo in cui essa si presenta e si muove negli spazi abitati; in tal senso, anche l’aspetto dimesso con cui Mirka era solita presentarsi assume entro tale configurazione un significato preciso, coerente con l’immagine di buona madre sposata dalla donna. La poca cura nell’abbigliamento, l’acconciatura trasandata, quindi, risultavano prove tangibili, per il mondo esterno e per sé, della propria totale dedizione ai figli e ai loro esclusivi bisogni. La voce “buona” prende invece il nome di M.:

“se parla M. mi sprona a fare delle cose, mi dice che ho diritto anche io ad avere i miei momenti e non per questo i miei figli mi vorranno meno bene, [...] ad esempio due giorni fa sono andata dal medico, stavo tornando a casa e mi è venuta voglia di un caffè, sono passata davanti a un bar, c’era un senso di colpa, la vocetta, diciamo A., mi diceva che dovevo andare a casa, ma M. invece mi ha spinto a fermarmi, è stato bellissimo, c’era il sole, mi sono seduta all’esterno, ho bevuto il mio caffè e fumato una sigaretta, ho perfino chiaccherato con la signora nel tavolino accanto, mi sono sentita davvero bene, in pace in quel momento”

La strategia di esternalizzare (White, 1992) e reificare i due posizionamenti identitari ha consentito a Mirka di dare forma e definire in modo più nitido e preciso la pluralità di voci e narrazioni di sé.

La finalità del lavoro su questa dimensione non è stata tanto quella di stabilire una dicotomia “buono”, “cattivo”, sulla base della quale giudicare e valutare le due posizioni sperimentate al fine di giungere alla supremazia di una sull'altra; piuttosto, l'intento è stato quello di potenziare l'autoconsapevolezza della cliente, restituendole un ruolo attivo e intenzionalità nella gestione dei due posizionamenti interni e in generale della propria biografia.

In tal senso, anche A., la voce moralizzatrice ha gradualmente assunto una nuova configurazione, non tanto di eco scomoda e soffocante da eliminare ma di forma di sentire che, riconosciuta, gestita e risignificata, poteva assumere un'utilità nell'accompagnare Mirka a compiere scelte utili come madre.

Il lavoro su questi aspetti, dunque, ha portato alla costruzione di interrogativi volti ad approfondire ulteriormente i significati attribuiti da Mirka alle esperienze annesse alle due differenti posizioni, esplorando in particolare il “come” avesse fatto a gestire A. in certe situazioni, prediligendo M. Questo, al fine di favorire un processo di riconoscimento del ruolo di protagonista della propria storia. Tali domande hanno consentito a Mirka di osservare da una prospettiva diversa gli accadimenti ma anche sé stessa.

L'espedito terapeutico messo in campo ha consentito l'emersione di narrazioni di sé altre da quelle prevalenti e dominanti, storie ed esperienze alternative in cui Mirka iniziava a comparire con nuove vesti e nuove forme. L'aspetto rilevante emerso in tale frangente risulta il ruolo attivo assunto da Mirka nella gestione di questi due posizionamenti, identificati in A. e M., e dunque le competenze della donna di padroneggiare la propria biografia e di effettuare delle scelte per sé funzionali.

Passo successivo nel lavoro con Mirka è stato quello di favorire un'estensione diacronica, nella dimensione biografica passata e futura, delle esperienze alternative sperimentate. Ciò, affinché queste non venissero configurate come mere eccezioni, episodi sporadici e poco significativi.

Tale strategia ha consentito di far emergere una descrizione di sé, anche riferita al passato, differente da quella esaurita e saturata dal ruolo di mamma impegnata ad occuparsi esclusivamente della crescita dei figli. L'osservazione di episodi trascorsi, da prospettive e angolazioni alternative e inedite ha reso possibile una rilettura dell'esperienza passata e del ruolo esercitato e ricoperto nelle situazioni vissute; quella che emerge dal processo di riscrittura biografica messo in atto è una donna capace, una donna con delle passioni e con degli interessi, una donna che è una madre ma che è anche altro. Tale passaggio ha fatto sì che le esperienze identitarie e le descrizioni di sé inusuali non risultassero contrastanti con la biografia passata ma coerenti con la stessa. Allo stesso modo si sono esplorate anticipazioni circa scenari futuri in cui immaginarsi in modo simile a quanto raccontato, questo al fine di condividere delle prospettive di vita alternative e costruire delle narrazioni in cui le modalità di descriversi e sperimentarsi emergenti fossero contemplate anche in prospettiva futura.

Verso una risignificazione del ruolo di madre

Il lavoro svolto fino a questo punto ha consentito di avviare un processo orientato a scardinare le credenze forti e cristallizzate legate al ruolo di mamma; ciò, anticipando che

le esperienze alternative, per quanto descritte come positive, potessero essere riallacciate e significate in funzione della loro “compatibilità” con l’essere una madre adeguata; a titolo esemplificativo, l’uscita per un caffè o il prendersi un’ora di riposo, per quanto iniziassero a connotarsi come momenti costruttivi e desiderabili, venivano contemplati come realizzabili solo una volta esclusi i “rischi” di non poter in tal modo assolvere i bisogni dei figli. Da qui l’esigenza di orientare il cammino di riscoperta di sé verso una direzione in cui le esperienze che si stavano andando costruendo non risultassero in contrasto con una teoria in cui una brava mamma è quella che si occupa in modo esclusivo dei figli.

Attraverso il “compito dell’antropologo” si è proposto alla donna di osservare, nel corso della settimana, quelle che per lei risultavano brave mamme, prestando attenzione alle dinamiche interattive con i figli, all’approccio, utilizzato, all’esito ottenuto e individuando somiglianze e aspetti di differenza rispetto alle proprie modalità educative e di gestione dell’interazione con i figli. Il compito assegnato ha avuto la finalità di promuovere da parte di Mirka la costruzione di un’immagine di “brava mamma” più ampia, versatile e ricca di sfumature.

Partendo dalle descrizioni di altre mamme portate in colloquio da Mirka si sono esplorati i punti di forza nonché l’utilità e l’efficacia delle modalità adottate da queste mamme, ciò al fine di rilevare le possibili implicazioni positive nella relazione con il figlio legate all’utilizzo di strategie altre da quelle abituali:

“il fatto che curino se stesse o che si prendano del tempo fa sì che siano meno nervose quando stanno con il figlio”, “ad esempio A. so che lavora e quindi passa poco tempo con il figlio però quando torna si aggiorna su quello che ha fatto, è presente a livello qualitativo che è quello che è importante”, “magari il fatto che non stanno così addosso ai figli è utile perché così non vengono date per scontate dai figli e neanche dal resto dei familiari”

Al fine di favorire la percezione di un senso di similarità e vicinanza con le mamme prese come esempio da Mirka, si è ragionato con la donna anche in termini di rilevazione dei punti in comune con queste donne, per anticipare possibili dicotomie io/le altre madri in cui Mirka potesse emergere in difetto rispetto alle stesse. A partire dalle osservazioni fatte, il lavoro con Mirka è esitato nella definizione di un “identikit” di brava mamma rinnovato dal quale emerge una “mamma umana” in cui si iniziavano a contemplare delle sfaccettature del ruolo prima non ritenute possibili.

Questo ha permesso una ristrutturazione del ruolo di brava mamma come di colei che lavora per favorire la crescita di un figlio responsabile e capace, sapendo anche definire degli spazi per coltivare e gestire le proprie esigenze di donna.

Una rilettura del percorso di crescita del figlio

A tal proposito, tema centrale, emergente negli scambi con la donna risultava quello relativo alle autonomie e alle tappe di sviluppo del figlio, concepite come minaccia al proprio ruolo di mamma.

Il lavoro di ristrutturazione relativo al ruolo di madre ha consentito anche l’individuazione di un nuovo obiettivo come madre, quello di promuovere le autonomie del figlio. Per consolidare e rafforzare il nuovo assetto che si stava delineando e consentire in

particolare una rilettura del processo di sviluppo dell'ultimogenito, si è proceduto alla costruzione di un compito incentrato proprio sulle autonomie del figlio. Questo, per favorire una rilettura del perseguimento di autonomie personali da parte di Samuele da "minaccia" a esito del buon lavoro svolto come madre.

La richiesta rivolta alla donna è stata formulata nei termini di costruzione di una "lista" che rendesse conto delle autonomie sviluppate da Samuele nell'arco degli anni e del contributo dato come mamma nello sviluppo delle stesse. Il cambio di lettura delle tappe perseguite dal figlio cda segnali del suo allontanamento dalla madre a indicatore dell'ottimo lavoro svolto nel ruolo di mamma ha permesso la generazione di una nuova narrazione, in cui il posizionamento della donna risultava inedito, da quello di madre "abbandonata" a quello di madre "competente";

"non avevo mai pensato a queste cose da questo punto di vista, penso che sono stata brava, non nego che non sia stato faticoso, però ci sono riuscita, ci siamo riusciti, è una soddisfazione, ogni tappa raggiunta è stata un traguardo"

Da autonomia come minaccia a traguardo, da mamma impotente davanti alla crescita del figlio a mamma artefice, coinvolta in prima linea nel percorso di sviluppo del figlio; questi gli elementi del nuovo quadro che si andava via via sempre più delineando. Come la stessa Mirka ha riportato, l'individuazione di un nuovo punto di vista da cui osservare il percorso evolutivo del figlio ha consentito di ripensare allo stesso in termini positivi e funzionali nonché di percepire Samuele non solo come un piccolo bisognoso della madre ma come un individuo che, in sinergia con la madre, aveva conquistato nel tempo tante vittorie importanti.

A fronte della nuova descrizione di Samuele emersa, ulteriore passaggio è stato quello di promuovere la costruzione di nuovi criteri su cui fondare la valutazione circa il proprio coinvolgimento nelle attività riguardanti il figlio. Infatti, l'assunto posto come fondamento da Mirka risultava riconducibile all'imperativo assoluto ed estremamente generico "un figlio ha sempre bisogno della mamma". Le riflessioni sviluppate con Mirka hanno consentito l'individuazione di un criterio differente su cui fondare le scelte inerenti la propria partecipazione alla quotidianità di Samuele, ovvero, un criterio di utilità, definito in funzione delle esigenze del ragazzo e delle sue competenze di gestione delle situazioni. Il riferimento a questo criterio ha consentito di passare in rassegna i diversi scenari che vedevano Samuele come protagonista, individuano per ciascuno di essi l'utilità di un coinvolgimento o meno di Mirka.

Lo spostamento del focus da parte di Mirka dal bisogno personale di stare assieme al figlio alla rilevazione delle esigenze di sviluppo dello stesso ha generato nel corso degli incontri un cambiamento anche nell'interazione madre-figlio. Se il problema inizialmente portato concerneva la conflittualità prodotta dal rifiuto della madre da parte di Samuele, la rivisitazione del proprio ruolo e della propria presenza nella quotidianità del ragazzino ha fatto sì che lo stesso Samuele abbia ripreso a richiedere il contributo della madre in certe situazioni, come lo svolgimento di alcuni compiti, senza la necessità che la donna imponesse la sua presenza. Ciò ha permesso di condividere con Mirka un nuovo presupposto tale per cui una brava madre non necessariamente è colei che risulta

onnipresente, ma colei che risulta capace di ridefinire e modulare il proprio stile educativo in funzione delle esigenze del figlio e della sua fase di sviluppo.

La costruzione di nuovi abiti identitari

In virtù degli obiettivi condivisi, il lavoro con Mirka si è poi orientato verso la costruzione di nuovi significati annessi a sé, partendo da un intervento sul piano dell'azione. Ciò, partendo dal presupposto che la sperimentazione sul campo di modalità di agire inusuali potesse favorire la generazione di altrettanto nuovi modi di pensare a sé. Altro presupposto su cui si è costruita questa parte di intervento è che ciò che si genera entro il contesto terapeutico, per quanto si configuri come funzionale e costruttivo, porta con sé la possibilità di restare circoscritto entro lo spazio terapeutico stesso.

In tal senso, obiettivo è stato anche quello di favorire un'estensione e una praticabilità di quanto si andava generando anche entro il proprio contesto di appartenenza.

Pertanto, la richiesta posta a Mirka è stata quella di *“costruire una lista di cosa che farebbe se il figlio fosse completamente autonomo”*. Al fine di favorire una sperimentazione da parte della donna nelle situazioni percepite come meno insidiose o minacciose si è proposto alla donna di distribuire le azioni dalla più “facile” alla più “difficile”. A fronte della lista stilata, le prime sperimentazioni da parte di Mirka si sono realizzate all'interno dello stesso contesto familiare, per arrivare ad azioni che implicavano un ampliamento di contesti e interlocutori.

I passaggi realizzati nel corso degli incontri successivi hanno consentito gradualmente di esplorare le nuove sperimentazioni di sé in contesti e situazioni variegati. Di azione in azione si sono esplorati e sviscerati in profondità vissuti, sensazioni sperimentate, modi nuovi di viverli e di entrare in relazione con gli altri nonché possibili criticità e difficoltà riscontrate. Le nuove esperienze, nella metafora delle situazioni di vita come “palestra”, hanno consentito a Mirka di allenarsi e di mettere in campo nuove dimensioni di sé. Il caffè al bar o la prima uscita con l'amica sono state assaporate e gustate da Mirka come esperienze preziose. Nel corso della ricerca di esperienze inconsuete e originali la posizione ormai conosciuta con il nominativo A., è emersa in modo sporadico e sempre meno rilevante. Ciò, a dimostrazione dell'incremento delle competenze di gestione di Mirka e in virtù della nuova concezione di sé sviluppata, come donna oltre che come madre.

In virtù della centralità già citata ed esercitata dal contesto di appartenenza e dagli altri significativi nel concorrere alla costruzione e al consolidamento dell'immagine di sé, a questo punto del cammino è risultato strategico esplorare anche la percezione dello sguardo altrui su di sé nel corso di queste manifestazioni, inedite per Mirka nonché per i protagonisti del suo mondo. Questo, al fine di comprendere come Mirka vivesse e leggesse il proprio contesto di appartenenza entro dei frangenti in cui il proprio modo di porsi risultava altro da quello abituale.

Si è per questo proposto a Mirka di prestare sempre più attenzione, oltre che alle proprie sensazioni e ai propri stati d'animo, anche ai rimandi provenienti dalle persone che caratterizzavano i propri mondi di vita. Ciò al fine di rilevare e gestire eventuali resistenze da parte del contesto di vita ai cambiamenti in atto e al contempo di valorizzare voci legittimanti delle trasformazioni e delle nuove sperimentazioni di sé della donna.

Quanto “scoperto” da Mirka nel corso di questa ultima, ma non meno rilevante, esplorazione ha consentito alla donna di scorgere nel proprio “palcoscenico” di vita dei

rimandi e uno sguardo assunto dalle persone per sé importanti che difficilmente avrebbe anticipato in precedenza. Nella fase conclusiva del lavoro assieme, infatti, la donna condivide come l'osservazione attenta e focalizzata su atteggiamenti e modalità di interazione messe in campo dai propri interlocutori privilegiati le abbia consentito di cogliere sfumature che, nella frenetica routine, difficilmente avrebbe notato.

In questo modo, il bigliettino da parte del marito trovato sul comodino, in cui l'uomo le rimanda quanto la veda più bella in questo periodo, o ancora la chiamata dell'amica che le proponeva un'uscita, senza la preoccupazione di ricevere un no da una Mirka sempre impegnata con la cura dei figli, diventano per la donna degli elementi significativi; rimandi che rendono conto di come i cambiamenti da lei percepiti e vissuti riverberino anche nel proprio mondo e da esso vengano legittimati e alimentati.

Verso la chiusura

Con l'intento di legittimare ulteriormente i cambiamenti generati ed il loro riconoscimento da parte degli altri, in ultima battuta si è proposto a Mirka di porre agli stessi la domanda *“se dovessi parlare a qualcuno di Mirka oggi, cosa diresti?”*. La scelta di formulare la domanda inserendo il nome proprio e non il ruolo, di mamma, di moglie, o di amica, aveva l'obiettivo di collocare anche gli interlocutori in un ruolo alternativo, di individuo in interazione con un altro, ben più complesso e sfaccettato del singolo ruolo che in una dato assetto interattivo può essere assunto e abitato. Questa strategia ha permesso alla donna di ottenere un “segno” tangibile relativo al pensiero delle persone per lei importanti; l'aver un rimando diretto ed esplicito da parte delle persone considerate più vicine e affidabili, ha permesso di condividere come le percezioni circa il riconoscimento dei propri traguardi da parte degli altri non fossero meramente delle impressioni soggettive ma risultassero condivise o. La sensazione di Mirka circa i riscontri ottenuti è stata descritta nei termini di un forte senso di apprezzamento e validazione da parte dell'esterno che, nella narrazione di Mirka, si è iscritto come un utile incentivo per proseguire il cammino intrapreso.

In fase di chiusura del percorso intrapreso, si è ripresa con la donna l'immagine che all'inizio dei colloqui aveva utilizzato per descrivere il proprio vissuto, quella di un uccellino solo e sperduto, chiedendole di individuare una nuova immagine rappresentativa della situazione attuale. Ciò che è stato offerto da Mirka, dopo un percorso che, riprendendo l'imperativo etico di Foerester (1987), si è focalizzato sull'incremento delle possibilità esistenziali a disposizione dell'interlocutrice, è l'immagine di una rondine che spicca il volo.

Da uccellino perduto a rondine solida e sicura, da mamma preoccupata di perdere il proprio ruolo a donna con passioni e obiettivi da perseguire; il percorso intrapreso da Mirka ha consentito alla stessa di tessere nuove trame narrative e storie alternative. Nell'incedere degli incontri, la teoria di sé e le credenze inerenti se stessa e il proprio mondo sono state arricchite, hanno assunto nuove sfumature e significati inediti e funzionali. Ciò, ha consentito a Mirka di osservare la propria esperienza attraverso un nuovo sguardo, proiettandosi verso il futuro e verso nuovi traguardi con uno spirito rinnovato, di chi ha imparato a riscoprirsi e ad assaporare il gusto della ricerca e della scoperta.

Al fine di configurare l'ultimo incontro come un'occasione per aprirsi a nuovi orizzonti e non come una battuta d'arresto incapace di seminare nuovi germogli si è proposto a

Mirka di costruire dei nuovi obiettivi verso cui dirigersi. Strategico è risultato il riprendere con la donna la lista costruita nel lavoro assieme e prodotta a partire dalla domanda “cosa farebbe se Samuele fosse autonomo”, lista che nel corso degli incontri aveva portato ad una serie di nuove sperimentazioni e alla costruzione di abiti identitari nuovi, non sostituibili ma integrabili con quello di madre.

La proposta fatta a Mirka è stata quella di individuare nuove esperienze, nuove occasioni verso cui si sentiva ormai pronta a incanalarsi. In tal senso, il flusso di considerazioni e riflessioni sviluppate ha portato al declinarsi di una possibilità: quella di proseguire “tenendo viva” la lista costruita, arricchendola e integrandola di volta in volta con nuovi obiettivi e nuovi stimoli capaci di alimentare il desiderio di sperimentazione di sé sotto nuova luce e nuove forme.

4. Riflessioni conclusive

il percorso con Mirka si è costituito a partire dall'esplorazione delle teorie personali della cliente su di sé e sul proprio essere madre, senza partire dall'adesione a idee preconcepite e giudizi di valore fondati sulla dicotomia giusto/sbagliato ma accogliendo la storia portata al fine di poterne cogliere sfumature e dettagli, utili alla predisposizione di un terreno fertile in cui piantare e coltivare i semi del cambiamento. A partire dalla lettura della realtà portata dalla donna e dalla comprensione dei significati che essa attribuiva alla propria esperienza, nonché in virtù degli obiettivi definiti assieme, si è costruito un percorso che risultasse per lei funzionale. Si sono predisposte strategie che ampliassero dal piano della narrazione al piano dell'azione e che interferissero con gli schemi fino ad allora adottati, attraverso la proposta di nuove occasioni in cui sperimentarsi e la messa in luce di prospettive sino ad allora adombrate da cui osservare gli accadimenti. Le nuove riflessioni maturate, congiunte alle sperimentazioni inedite nel proprio contesto di vita, atte a favorire una trasposizione di quanto costruito in sede di colloquio “sul campo”, hanno permesso a Mirka di rileggere la propria storia e la propria esperienza ma soprattutto di orientarsi in modo inedito verso gli scenari futuri.

Ed è proprio per la tensione verso nuovi orizzonti e per la scoperta della “ricerca” come nuovo valore entro una biografia in via di riscrittura che la fine dei colloqui con Mirka non ha assunto la forma di un capitolo conclusivo ma piuttosto quella di un libro in fase di scrittura, ancora aperto e con molte pagine bianche in attesa di essere riempite e vissute.

Riferimenti bibliografici

- Berger, P.L. & Luckmann, T. (1966). *La realtà come costruzione sociale*, Il Mulino, Bologna.
- Castiglioni, M. & Faccio, E. (2010). *Costruttivismi in psicologia clinica*, Utet, Novara.
- Cooley, C.H. (1922). *Human Nature and the Social Order*, Charles Scribner's Sons, New York.
- Foerester H.V. (1987). *Sistemi che osservano*, Astrolabio, Roma.
- Harré, R. (1994), *L'uomo sociale*, Cortina Editore, Milano.
- Harre, R & Gillett, G. (1996). *La mente discorsiva*, Cortina Editore, Milano.
- Harré, R. e van Langenhove, L. (1998). *Positioning Theory. Moral Contexts of Intentional Action*, Blackwell, Oxford.
- Mead, G.H. (1967). *Mind, Self and Society from the Standpoint of a Social Behaviorist*, University of Chicago.

- Salvini, A. (2004). *Psicologia clinica*, UPSEL Domeneghini Editore, Padova.
- Salvini, A. & Dondoni M. (2011). *Psicologia clinica dell'interazione e psicoterapia*, Giunti, Firenze.
- Watzlawick, P., Weakland, J. H. & Fisch, R. (1974). *Change. Sulla formazione e la soluzione dei problemi*, Astrolabio, Roma.
- Watzlawick, P. (2007). *Il contributo di Erickson alla prospettiva interazionale della psicoterapia. In P. Watzlawick, Guardarsi dentro rende ciechi*, Ponte delle grazie editore, Milano.
- White M. (1992). *La terapia come narrazione*, Astrolabio, Roma.
- Wittgenstein, L. (1999). *Ricerche filosofiche*, Einaudi, Torino.