

L'incontro narrativo: narrazione e fiaba nella relazione d'aiuto a orientamento sistemico

Emanuele Serrelli(*), Fabio Tosini

Professional Counselors at Studio Eolo – Consulenza e Relazione d'Aiuto, Brescia

info@studioeolo.it

(*) CISEPS – Center for Interdisciplinary Studies in Economics, Psychology and Social Sciences, University of Milano Bicocca

Sommario

L'orientamento narrativo e l'orientamento sistemico alla relazione d'aiuto sono assolutamente complementari da molteplici punti di vista, sebbene in alcuni dibattiti si sia sostenuto il contrario. L'articolo esplora questo tema prima di illustrare l'utilizzo, all'interno del counseling a orientamento sistemico, di un peculiare genere narrativo: la fiaba.

Parole chiave

Counseling – relazione d'aiuto – terapia narrativa – pragmatica della comunicazione – CMM Coordinated Management of Meaning – narrazione collettiva – fiaba

Summary

Narrative and systemic perspectives in caring relationships are absolutely complementary under several respects, in spite of some debates that have assumed the contrary. The article explores this topic before illustrating how systemic counseling can employ a peculiar narrative genre: fairytale.

Keywords

Counseling – caring relationship – narrative therapy – pragmatics of communication – CMM Coordinated Management of Meaning – collective narrative practice

Terapia sistemica e terapia narrativa

Mark Hayward è un sistemico britannico di lungo corso. In un bell'articolo del 2009 sulla rivista *Context*, Hayward si poneva una domanda interessante: “*Is narrative therapy systemic?*”. Le radici di tale questione Hayward le faceva risalire al co-inventore stesso della *narrative therapy*, l'operatore sociale e terapeuta familiare australiano Michael White, il quale, commentando la terapia narrativa (White, 1995), l'aveva esplicitamente distanziata dalla terapia sistemica, identificando quest'ultima con tutta una serie di assunti fondamentali che, tra l'altro, la accomunavano a vari altri approcci:

- enfasi sul comportamento e sulle sue determinanti;
- enfasi sul “qui e ora” e depotenziamento dell'importanza della dimensione temporale (passaggio del tempo);
- enfasi sui rapporti di causa-effetto, per quanto disposti in dinamiche circolari;

- posizione “spettatoriale” (*posture of spectatorship*) che aspira all’obiettività e alla neutralità;
- descrizione dei sintomi come funzionali e diretti a uno scopo, solitamente il mantenimento dell’omeostasi di un sistema di relazioni in cui essi compaiono.

La terapia narrativa per White rifiutava, in particolare, il focus dell’approccio sistemico sui *comportamenti* delle persone e sulle relative determinanti, per focalizzare e abbracciare, invece, *i significati* attribuiti dalle persone a ciò che accade attorno e dentro di loro. White, seguendo le idee dell’antropologo Clifford Geertz, concettualizzava gli esseri umani come produttori di significati e abitanti di storie. Ogni evento ha senso all’interno di una storia. Solo a partire dalle storie si generano significati. Gli incontri e le trasformazioni, comprese quelle terapeutiche, sono sempre tali in quanto veicolati e incarnati in narrazioni.

L’approccio narrativo è chiaramente in contrasto con gli assunti individuati più sopra, ma è difficile sostenere che quegli assunti descrivano fedelmente l’orientamento sistemico. Secondo Mark Hayward “*Michael White was aligning systemic thinking with certain early systemic ideas and practices*” (pag. 14). Si tratta di un giudizio caritatevole, dato che chiunque abbia familiarità con un approccio sistemico sa che quegli assunti ne costituiscono, al massimo, una caricatura.

Quando (?) la sistemica era behaviorista

Se andiamo alle origini dell’approccio sistemico, ovvero alla Scuola di Palo Alto e alla *Pragmatica della Comunicazione Umana* (Watzlawick et al., 1967) possiamo trovare conferme di quella postura spettatoriale, di quell’enfasi sul qui e ora e sulle determinanti dei comportamenti, sui rapporti causa-effetto ecc. stigmatizzate da White. Pensiamo ad esempio ai famosi assiomi della comunicazione, in particolare al secondo, che recita:

“Ogni comunicazione ha un aspetto di contenuto e un aspetto di relazione di modo che il secondo classifica il primo ed è quindi metacomunicazione” (Watzlawick et al., cit., pag. 46).

E pensiamo alle idee meccanicistiche sul funzionamento comunicativo dei sistemi, per cui ad esempio:

“...sembra che quanto più una relazione è spontanea e ‘sana’, tanto più l’aspetto relazionale della comunicazione recede sullo sfondo. Viceversa, le relazioni ‘malate’ sono caratterizzate da una lotta costante per definire la natura della relazione, mentre l’aspetto di contenuto della comunicazione diventa sempre meno importante” (Watzlawick et al., cit., pag. 44).

Non dobbiamo però essere storiograficamente troppo ingenui: come tutti i testi fondativi, la *Pragmatica* è molto più ricca e complessa di quanto lascino intendere le citazioni isolate che compaiono in tutte le sue vulgate. Inoltre, quando guardiamo alla *Pragmatica* guardiamo a un documento che era volto a imporre all’attenzione della comunità scientifica alcune idee che erano fortemente anticonvenzionali. Dobbiamo poi ricordare che l’approccio sistemico ha successivamente molto presto elaborato al proprio interno i limiti degli “assiomi della comunicazione”, ad esempio grazie al lavoro del Gruppo di Milano. L’approccio sistemico, proprio per il successo e l’*appeal* di quelle prime idee, ha poi immediatamente iniziato a espandersi e ramificarsi soprattutto incontrando il “post-modernismo”, la cibernetica di secondo

ordine e il costruzionismo sociale, ma anche ibridandosi con teorie, concetti, metodi diversi tra cui quelli narrativistici, anche i più “estremi”.

Pragmatica e semantica nella terapia sistemica

Le ricerche e le esperienze terapeutiche del gruppo di Palo Alto rimasero (e sono) un importante sfondo teorico di riferimento per ogni modello sistemico successivo, mentre tuttavia l'ipoteca behaviorista (“ciò che conta sono i comportamenti e le loro determinanti causali qui e ora”) veniva precocemente superata da nuovi sviluppi teorici come, ad esempio, la CMM, *Coordinated Management of Meaning* (gestione coordinata del significato, Cronen & Pearce 1982). Già da questi sviluppi, i modelli di tipo sistemico si predisponavano a una integrazione con tanti stimoli di carattere socio-costruzionista, come appunto la *narrative therapy* che sarebbe sopravvenuta negli anni '90. Diversi commentatori vicini al pensiero sistemico hanno visto in questa tendenza un vero e proprio passaggio del modello sistemico da una fase pragmatica a una “fase semantica” (Ugazio, 1998, Castiglioni & Corradini, 2003). L'idea stessa di *relazione* appare progressivamente diversa da quella sviluppata nelle teorie cibernetiche: essa è l'espressione non più soltanto di strutture o pattern comportamentali, bensì di sistemi di linguaggio e di significato che vanno al di là dei comportamenti osservabili.

Con la CMM, Cronen, Johnson e Lannamann (1982) criticarono la *posizione realista* su messaggio-contesto e contenuto-relazione che era stata assunta da Bateson et al. sulla scorta della russelliana teoria dei tipi logici. Alla posizione realista gli autori della CMM opposero una *tesi costruzionista* secondo la quale i livelli di comunicazione sono ancora contesti comunicativi inseriti gerarchicamente l'uno nell'altro, ma vengono gestiti dai parlanti in maniera dinamica, attraverso una continua negoziazione. Le relazioni gerarchiche tra i contesti non sono fisse e date, ma vengono costruite e mantenute all'interno degli scambi conversazionali. Nella conversazione, nuovi modi di raccontare possono sempre emergere e invertire tra loro i contesti, come avviene in fenomeni complessi come la metafora, l'ironia, la narrazione, ma anche nella comunicazione quotidiana (cfr. Ugazio, 1998).

Sulla stessa linea, e più o meno nello stesso periodo, si colloca Bradford P. Keeney con la sua concettualizzazione delle due *cornici di riferimento, semantica e politica* (Keeney & Ross, 1985) che sono gerarchicamente intercambiabili all'interno della conversazione terapeutica. La cornice di riferimento *politica* indica l'organizzazione cibernetica della comunicazione nei sistemi di relazioni umane, cioè “chi fa che cosa, a chi e quando”; la cornice *semantica* descrive invece le rappresentazioni degli osservatori. Le due cornici sono sempre su piani diversi ma hanno tra loro una relazione ricorsiva: nello svolgimento temporale di ogni conversazione, l'una fa da contesto all'altra e viceversa. In questo modo si apre la strada a concepire la prima cibernetica e la *Pragmatica della Comunicazione* come (nient'altro che) *un* modo di individuare un contesto, o come la posizione *di uno* specifico osservatore nell'interazione con gli altri. Le “storie” cibernetiche sono allora *alcune tra* le storie possibili, e i concetti della sistemica rimangono validi come vincolo narrativo per generare storie nuove e terapeutiche, nonché – in una cornice politica – come guide per l'azione.

Nell'approccio sistemico post-strutturalista di cui la CMM e le cornici di Keeney sono esempio, l'agire per il cambiamento consiste sia nell'alterazione delle pratiche

d'azione, sia, parallelamente, nell'alterazione delle forme del discorso. Le pratiche sociali sono sia discorsive sia comportamentali e vi è sempre un fitto intreccio tra significati e schemi d'azione. La terapia si colloca tra le pratiche sociali che possono generare cambiamento attraverso il discorso e attraverso l'azione.

Narrazione e relazione d'aiuto a orientamento sistemico

Visti gli sviluppi dell'approccio sistemico, esso è tutt'altro che incompatibile con la terapia narrativa. Tutto dipende dalla diversa enfasi che, all'interno di entrambi gli approcci, si pone sui diversi aspetti. D'altra parte è celebre il passaggio di Gregory Bateson in cui egli lascia intuire, proprio con una breve storia, l'importanza essenziale della dinamica narrativa per la mente umana:

“Un uomo voleva studiare la mente, ma non quella umana, bensì quella del suo grande computer. Ad esso chiese (senza dubbio utilizzando il miglior linguaggio di programmazione): ‘Calcoli che riuscirai mai a pensare come facciamo noi esseri umani?’. Il computer iniziò a lavorare per analizzare le proprie abitudini di calcolo. Alla fine stampò la sua risposta su un foglio. L'uomo corse a prendere il risultato e trovò stampato a grandi caratteri: ‘questo mi ricorda una storia’” (Bateson, 1979).

Alcune linee guida dichiarate capisaldi della terapia narrativa sono tutt'altro che esclusive: mantenere uno sguardo di curiosità, porre soltanto domande di cui non si conosce la risposta, lasciare il protagonismo al cliente (Morgan, 2000).

Altre indicazioni maggiormente peculiari possono risultare molto stimolanti se integrate con un approccio sistemico. “Storie” è un termine tecnico che indica (1) gruppi di eventi, (2) collegati in sequenza, (3) nel tempo, (4) secondo una trama (*plot*). Le storie funzionano da filtro per la memoria, l'attenzione, la percezione, e orientano le scelte dei narratori e dei protagonisti. L'approccio “story-telling” alla terapia provoca l'approccio sistemico a rammentare *i propri* passaggi di crescita culturale. Ad esempio, l'approccio narrativo ricorda che l'obiettivo non è quello di “scoprire”, all'interno delle narrazioni, pattern o giochi ricorrenti, bensì quello di trasformare e far evolvere le descrizioni (Giuliani 2008). White in realtà contestava anche l'idea di trasformare storie, preferendo quella di cercare connessioni inesplorate con aspetti negativi o trascurati dell'esperienza per inserirli in una nuova storia.

Molto utile il concetto di Michael White di “storie saturate”: le persone arrivano con una descrizione saturata dei loro problemi. Il terapeuta sistemico Massimo Giuliani, autore di presentazioni efficaci di queste questioni, sottolinea nei clienti la presenza di narrazioni chiuse rispetto alle quali la terapia tenta di restituire “apertura”, o anche “congiuntività”. In terapia – scrive Giuliani – “una ‘buona storia’ è una ‘storia al congiuntivo’: introdurre ‘congiuntività’ vuol dire applicare strumenti linguistici con la funzione di trasformare un fatto descritto originariamente in un processo psicologico, e dunque ‘congiuntivo’” (Giuliani, 2008).

Le storie delle persone sono anche, spesso, schematiche ed essenziali (*thin descriptions*), conformate a trame narrative dominanti nell'ambiente culturale più ampio. Utilizzando l'ambiguità, l'apertura e la complessità intrinseca di ogni testo, è possibile aiutare le persone ad arricchire i propri racconti di dettagli inosservati e rilevanti, raggiungendo delle *thick descriptions* (descrizioni dense) che offrono maggiori possibilità di azione. Ancora Giuliani (cit.), rifacendosi a Umberto Eco, nota

che qualunque atto comunicativo è in qualche misura aperto, richiede cioè la collaborazione del destinatario. Ambiguità e incompletezza sono insite in ogni testo: ogni testo è strutturato in modo tale da lasciare un qualche margine di manovra interpretativa. Lavorare sulle storie nell'approccio narrativo significa spesso privilegiare una narrativa "moltiplicativa" che lavora attraverso la proliferazione delle storie e il loro coordinamento, piuttosto che una eventuale narrativa "riparativa" volta all'eliminazione di anomalie e al raggiungimento della coerenza.

Inoltre la vita, secondo l'approccio della terapia narrativa, è caratterizzata da una immensa e irriducibile multistoricità: moltissime storie si intrecciano e possono essere rinvenute e ricostruite da miriadi di punti di vista. Qui si colloca anche la possibilità di attingere a storie "altre", come le fiabe di cui diremo tra poco.

La definizione ufficiale di terapia narrativa data dal celebre Dulwich Centre di Adelaide (continuatore del lavoro di White) appare forse "poco sistemica", nell'enfasi sull'individuo piuttosto che sulle narrazioni collettive dei gruppi a cui appartiene:

"Narrative therapy seeks to be a respectful, non-blaming approach to counselling and community work, which centres people as the experts in their own lives. It views problems as separate from people and assumes people have many skills, competencies, beliefs, values, commitments and abilities that will assist them to reduce the influence of problems in their lives" (Morgan, 2000 & Dulwich Centre).

Nello stesso Centro, anche le *collective narrative practices* (Denborough, 2008) sono più metodi per potenziare le possibilità di narrazione (attraverso la composizione di un gruppo di persone con vissuti simili) che pratiche che portano l'attenzione sulle narrazioni all'interno di sistemi di vita.

"Maggiormente sistemici" sono, ad esempio, quegli approcci che si dedicano alle storie raccontate all'interno delle famiglie (Ugazio, 1998). D'altra parte anche per White la storia saturata è una storia dominante *della vita familiare*. Ecco che allora, come dice Hayward, molte delle idee e delle pratiche derivate dal focus sulla narrazione sono "*highly systemic practices as they focus on connections and relationships, context and community, in ways that previous systemic approaches had overlooked*": ad esempio l'esternalizzazione, il *re-membering*, la *scaffolding distance*, gli *outsider witness groups* (Hayward, 2009, cit.).

Il lettore ci permetta un'ultima veloce nota terminologica e di contenuto sui termini "terapia", "terapeuticità", "counseling" e "relazione d'aiuto": siamo perfettamente consapevoli dei problemi teorici, tecnici e socio-politici che ruotano attorno alla distinzione tra tipologie di intervento e professionalità differenti. Qui ci limitiamo a notare come diversi esponenti dell'approccio narrativo ammettano la possibilità di una relazione terapeutica basata sulla *fellowship* tra terapeuta e clienti, uniti come compagni di viaggio in un processo che è integralmente quotidiano e umano, ovvero la costruzione sociale e multivocale di storie, senza un percorso predeterminato o "più giusto" dettato da una figura privilegiata. Un viaggio di formazione, che porta all'acquisizione delle nuove abilità necessarie, in momenti particolari della vita, per la sopravvivenza: quelle di raccontare – e vivere – storie in modo nuovo.

L'incontro narrativo: la via inevitabile nella relazione d'aiuto

“È nell'esperienza del raccontare che il presente si dilata e la nostra vita diviene storia. Quando anche si racconti di liocorni o di ippogrifi, nell'esperienza del raccontare si racconta se stessi” (Bosi, 2000, pag. 70).

Ciascuno porta avanti quotidianamente un lavoro involontario e continuo di memoria, inventando ogni momento tempi, spazi e ritualità del raccontare. La narrazione si configura come una discesa e un incontro con gli altri e, allo stesso tempo, è tensione al futuro. L'autobiografia disegna l'identità di un individuo o di gruppo rivelando il significato di una storia, senza commettere l'errore di definirla una volta per sempre. Ogni vita traccia infatti un racconto che non calca mai gli stessi passi di un altro: la narrazione, che nasce dall'azione, non cristallizza il flusso della storia, piuttosto ne sollecita la dimensione dinamica e trasformativa. Il tessuto della nostra esistenza si compone di racconti attraverso i quali interpretiamo e interveniamo sul mondo: i racconti fecondano quasi ogni settore dell'esistenza e la vita stessa non è che un intreccio di narrazioni. La narrazione autobiografica favorisce il transito fra la Storia e le storie, è il treno di un viaggio mai soddisfatto di conoscenza di sé e della realtà circostante. È uno strumento che consente di leggere accuratamente il mondo e il posto che occupiamo in esso. Guidati dalla memoria del passato e delle attese del futuro non smettiamo mai di raccontarci per raccogliere i frammenti sparpagliati dell'identità e, così restituita, l'identità è meglio preparata per far fronte alle situazioni di crisi. I dolori diventano sopportabili e gli episodi imprevedibili più controllabili se inseriti in un racconto o se si fa un racconto di essi. Nasciamo in un luogo a noi preesistente, in un racconto che ci accoglie, che ci contiene e che ci offre gli strumenti per la nostra personale narrazione.

È così che nella relazione d'aiuto di un percorso di counseling nell'esperienza del raccontare acquistiamo coscienza della nostra storia individuale e collettiva. La narrazione diventa un territorio dove il vissuto accumulato è restituito, dando la possibilità al cliente di dare continuamente senso ad un'esperienza, di attribuirle nuovi significati:

“Il racconto agisce sulla sfera del pensiero favorendo l'occorrenza di una risistemazione globale delle sensazioni, dei ricordi, delle emozioni. Più il nuovo racconto è chiaro e coerente, più avrà la capacità di 'polverizzare' la vecchia disposizione inastata e svelare una nuova cartografia di ricordi, ora accettabili per l'interessato” (Sironi 2002, pag. 47).

L'esperienza narrativa è una sorta di viaggio migratorio, poiché consiste nello sporgersi fuori di sé, fra qui e l'altrove, il prima e il dopo:

“Nel raccontare la nostra vita non procediamo affatto in modo lineare, ma risistemiamo gli eventi per come si sono ordinati nel nostro sentimento del tempo, nel nostro modo di continuare a percepirli. [...] Il sentimento del tempo [...] è l'urgere della vita sulle pareti della nostra sensibilità. Tutto si dispone secondo una gerarchia che si misura con la percezione soggettiva di ciò che riempie una vita. [...] Per certo il sentimento del tempo, collocate le cose secondo una sua logica, non le lascia sempre allo stesso posto: nel ricontarle si ingegna di sistemarle secondo un nuovo ordine che potrà essere ancora e ancora modificato nei racconti successivi. Ogni racconto pronunciato si carica di nuovi ricordi, esperienze, umori” (Bosi 2000, pag. 64).

Un percorso di counseling implica il cambiamento da un sapere dimostrativo, che si prefigge di dimostrare la verità e di affermarla contro altre verità e che non accetta la soggettività, ad un sapere narrativo che, viceversa, si prefigge di esprimere ciò che il narratore vive o considera degno di narrabilità (soggettività), che dà significato alle esperienze, che coinvolge, che suscita attenzione, risposte, assenso, dissenso. All'interno di queste premesse si colloca l'utilizzo delle fiabe nel percorso di counseling.

Fiaba e counseling

La fiaba applicata al counseling è uno strumento utilissimo, che permette di raccontare e raccontarsi, esprimere emozioni, riflettere, elaborare eventi, significati, soluzioni, cambiamenti. Attraverso un linguaggio connotativo, simbolico, metaforico è possibile narrare se stessi permettendo di potersi osservare come qualcosa di staccato da sé, mettendo in atto quella "distanza emotiva" necessaria all'esplorazione di vissuti, pensieri, emozioni.

Così come in una fiaba, un percorso di counseling ha una sua struttura caratteristica: inizio-crisi-soluzione. La fiaba inizia con il classico: "C'era una volta..." e presenta nella scena di apertura un equilibrio che di lì a poco verrà travolto dagli eventi. La fiaba non è fiaba senza un nemico! senza un problema da risolvere, un ostacolo da superare, una difficile impresa da compiere... E la fiaba termina con l'altrettanto classico: "E vissero felici e contenti..." che è solo una frase standard, una specie di ritornello conclusivo con cui il racconto si dissolve, ma che in realtà presenta il nuovo equilibrio raggiunto, migliore e più completo di quello iniziale. La fiaba è quindi un percorso che si sviluppa tra questi due poli: dal vecchio al nuovo equilibrio, è un cammino di trasformazione e di ricerca di nuove possibilità. Proprio per questa sua struttura, così tipica e caratteristica, la fiaba costituisce un eccezionale strumento di *problem solving*: cioè riesce a raffigurare sul piano simbolico i problemi presenti, permette di dare volto e voce e forma alle dinamiche interiori che di stanno muovendo alla ricerca di nuove aperture.

Le fiabe sono una metafora della vita: noi siamo i protagonisti, abbiamo una meta da raggiungere, un obiettivo, un bi-sogno, un senso, per costruire il quale la vita ci pone prove da attraversare. Proprio come in una fiaba. E come in una fiaba per superare queste sfide dobbiamo dimostrare le nostre qualità migliori, tirare fuori le nostre risorse. In questo cammino ci sono poi, così come nelle fiabe, personaggi che ci aiutano o che ci ostacolano. E alla fine... c'è il lieto fine. Sì perché – ed è anche questo un messaggio e un parallelismo delle fiabe con la vita – l'esistenza (come una fiaba) porta comunque in sé il seme del ben-essere e della realizzazione.

La fiaba ci aiuta quindi a costruire una narrazione della nostra vita, ci stimola ad attribuire un significato alla nostra esistenza, ad esprimere e a chiarire le nostre emozioni, armonizzarsi con le sue ansie e aspirazioni, a riconoscere fatiche, risorse, possibilità, a trovare soluzioni ai problemi, a provare fiducia in noi stessi e nel futuro. Per la psicoanalista tedesca Verena Kast (2006) il lavoro con la fiaba aiuta la persona nel divenire più consapevole delle emozioni che albergano dentro se stessa, e contemporaneamente offre la possibilità di avvicinarsi meglio ad un certo conflitto, perché in essa sono insite nuove prospettive.

Le fiabe ci offrono esempi di soluzioni a pressanti difficoltà: il messaggio che le fiabe inviano è questo:

“una lotta contro le gravi difficoltà della vita è inevitabile, è una parte intrinseca dell’esistenza umana, che soltanto chi non si ritrae intimorito ma affronta risolutamente avversità inaspettate e spesso immeritate può superare tutti gli ostacoli e alla fine uscire vittorioso” (Bettelheim, 1975, pag. 13).

E noi, identificandoci con l’eroe, sopportiamo come lui prove e tribolazioni, per arrivare alla vittoria. La fiaba è orientata verso il futuro e il suo succo non è (come invece nelle favole) la morale, ma piuttosto la fiducia di poter riuscire: la vita può essere affrontata con la fiducia di poter superare le sue difficoltà. Dice la Kast:

“Nello scrivere una fiaba, e questo è l’aspetto che reputo più importante, ci affidiamo a un mondo in cui sono possibili trasformazioni fantastiche, in cui, lasciando libero corso alle nostre utopie, recuperiamo le nostre speranze e il nostro potenziale di cambiamento. Ciò sblocca la fissità dell’immagine di sé, insieme con quella del mondo e della propria situazione, e l’imbarazzo lascia il posto alla sensazione di essere in grado di creare qualcosa, di possedere gli strumenti per influire sulla realtà. In questo consiste l’effetto terapeutico di tale metodo” (Kast, 2006, pp. 62-63).

Partendo dagli studi di V. Propp, B. Bettelheim, V. Kast (si veda anche, nella *pop literature*, C. Booker) sulla morfologia e sull’uso curativo della fiaba, è possibile elaborare una metodologia squisitamente sistemica che contempla l’uso della fiaba nel percorso di counseling: non si parla direttamente del problema che la persona porta ma lo si affronta collocandolo in una fiaba. Come in una fiaba il cliente è l’eroe (ferito) protagonista della propria vita:

- si presenta con una meta da raggiungere, una missione da compiere (superare un momento di fatica, un problema relazionale, una difficoltà);
- per ottenere questo ha delle prove da superare (un percorso da fare che gli farà attraversare una crisi evolutiva);
- per superare queste prove sarà chiamato a dimostrare virtù (a esprimere e realizzare le proprie risorse personali);
- in questo percorso ci saranno persone che aiuteranno o non aiuteranno il protagonista (così come nella vita e in un percorso di counseling all’interno di una prospettiva sistemico-relazionale);
- e alla fine il cliente-protagonista arriverà ad un cambiamento positivo, ad una risoluzione del problema con cui si era presentato (quindi al raggiungimento di un maggior ben-essere) e, come in una fiaba, avrà la possibilità di vivere la propria vita... più felice e contento.

Di seguito riportiamo alcune fiabe costruite dai clienti durante alcuni percorsi di counseling. Nel rispetto della privacy i nomi dei protagonisti e degli altri personaggi sono fittizi e sono state tolte le firme.

Il viaggio da sogno di Emilia

C’era una volta, una bambola di nome Emilia che abitava su una scatola musicale. Aveva un gran sogno: voleva vedere il mondo. Un giorno la scatola musicale si rompe e non poteva suonare più la sua dolce melodia. Il proprietario l’aveva messa in una scatola di giocattoli con l’intenzione di

ripararla dopo un paio di giorni. La notte rimase seduta davanti alla finestra come al solito a guardare il mondo colorato che c'era fuori. Emilia sospirò, pensando che la sua danza fosse brutta senza la sua musica. Improvvisamente, vedendo la finestra leggermente aperta, trovò l'occasione giusta per alzarsi e saltare fuori, verso il mondo esterno. Abbassando lo sguardo scoprì che aveva vissuto molto in alto, questo fatto le fece fare un passo indietro per la paura. In quel momento soffiò un vento fortissimo che la fece cadere giù. Emilia stava cadendo e urlando, ma dopo alcuni secondi, non ebbe più paura, si sentì come un uccello in volo. Era per la prima volta che sentiva questa sensazione di libertà, comodità e felicità. Pensando che si sarebbe rotta in tanti pezzi, cadde fortunatamente in un fiume lì vicino e salì su una lattina seguendo il suo corso. Non sapendo da quanto tempo il sole fosse sorto, si stropicciò gli occhi e scoprì che si trovava in una discarica puzzolente. Girando in tondo, improvvisamente sentì un cane che iniziò ad abbaiare, quando lo vide prese paura e si nascose rapidamente. Approfittando della distrazione del cane e stando attenta a non farsi fiutare scappò. Era affamata e stanca di camminare per la strada deserta. Emilia passò davanti a una vetrina che rispecchiandola le fece notare di essere tutta diversa: il vestito era diverso ed i capelli non erano come si ricordava. Emilia sospirò e riprese a camminare, ma una voce la chiamò, facendola guardare intorno e scuotere la testa. Disse: "Chi c'è?". "Ciao, ciao!", le rispose una voce che veniva dalla vetrina. Emilia guardò verso il vetro e vide una bambola simile a lei; pensò che fosse solo il suo riflesso ma e le chiese: "Sei tu che mi stai chiamando?". "Sì", perché mi assomigli?", rispose la bambola della vetrina. "Non lo so", rispose Emilia. "Come ti chiami?". "Mi chiamo Emilia, e tu?". "Angela, piacere!". Le due bambole iniziarono a chiacchierare e Angela propose ad Emilia di andare l'indomani da una sua amica bambola che possedeva tanti vestiti e che poteva regalarle qualcosa da indossare. Il giorno successivo Emilia cambiò il vestito e fece amicizia con Sara, la bambola con tanti vestiti. Emilia non rimase per molto tempo, voleva continuare il suo percorso, la sua nuova vita. Camminando per strada non attirava alcuna attenzione della gente perché era troppo piccola. Questo le permetteva di odorare i fiori nel parco, ascoltare il cinguettio degli uccelli e conversare con i piccoli animali, che la trovavano molto simpatica, bella ed intelligente. Se aveva fame poteva mangiare il miele che le donavano le api; se aveva sete beveva la rugiada del mattino; se era stanca dormiva in un negozio lì vicino con alcuni giocattoli che adoravano ascoltare le sue storie fantastiche. Giorno dopo giorno sentiva sempre di più l'impulso di tornarci. Un giorno il proprietario volle riparare la scatola musicale, ma scoprì improvvisamente, con grande stupore, che la musica funzionava, ma non era quella della scatola musicale originale, era invece una canzone registrata da quella bambola che esprimeva un forte desiderio di libertà e di vivere i propri sogni.

Il nome della bambola era Emilia...

La bottiglia marrone

C'era una volta una bottiglia marrone che aveva il desiderio di riuscire a trovare un'amica nei primi giorni di scuola. Quando la bottiglia marrone si avviò per andare a scuola, sul tragitto incontrò una bottiglia gialla che desiderava conoscere, ma c'erano troppe persone che giravano intorno a loro. Entrata in classe, la maestra disse che il giorno seguente sarebbe arrivata una nuova alunna, ma alla bottiglia marrone non interessava, pensava solo in che modo poteva conoscere la bottiglia che aveva incontrato sulla strada diretta a scuola. Il giorno dopo, in classe, arrivò la nuova alunna; la bottiglia marrone non avrebbe mai pensato di vedere la bottiglia gialla e rimase un po' sorpresa. Dopo la scuola, la bottiglia marrone prese coraggio per andare a conoscere la bottiglia gialla, ma alla fine non riuscirono a conoscersi, perché sentì delle persone della sua classe che dicevano: "Guarda quella bottiglia marrone come è brutta, quel colore mi fa schifo!", quindi pensò che forse anche la bottiglia gialla la pensasse così. Tornata a casa la bottiglia marrone domandò a sua madre: "Mamma, il mio colore è brutto?". La mamma le rispose: "Non esiste un colore brutto tesoro", la figlia capì che ognuno di noi non può essere perfetto perché ognuno di noi ha dei difetti. Il giorno seguente la bottiglia marrone ebbe il coraggio di andare dalla bottiglia gialla e fu così che le due bottiglie diventarono amiche.

Teresa e la donna del fiume

C'era una volta in una contea nel sud della Francia, sulla cima di una splendida collina, un castello enorme, con delle mura che delineavano i confini della piccola cittadina del re Filippo. Quest'uomo era sempre stato, come suo padre prima di lui, una persona rigorosa nel rispetto delle leggi e nei diritti dei propri cittadini, ma era soprattutto una persona buona e dai sani principi. Filippo aveva una moglie, Serena e tre figli. Il primo, Davide, stava ormai da tempo seguendo le orme del padre, perché come suo primogenito sarebbe stato il futuro sovrano della contea. Il secondo, Giacomo, era un ragazzo ormai adulto dal carattere simile a quello della madre, dolce e disponibile, e stava per prendere in moglie la primogenita della contea dell'est, la principessa Sara.

Infine c'era la principessa Teresa, una ragazza testarda e indipendente. Teresa ormai diciottenne aveva molti corteggiatori che le chiedevano la mano, ma la sua testardaggine le impediva di intraprendere relazioni serie e stabili, non voleva finire come sua madre, sottomessa da un uomo e dai suoi figli, ma soprattutto da un popolo che conosceva a malapena. No! Non avrebbe mai fatto quella fine. Lei era una ragazza libera e aveva intenzione di rimanerlo per molto tempo ancora. Un giorno durante la lezione di pianoforte la principessa stava fantasticando su come sarebbe stato avere una famiglia diversa, una vita diversa, essere una persona libera senza dover sottostare alle regole di nessuno, specialmente a quelle del padre. Dopo una lezione più che disastrosa, con il maggior numero di richiami da parte della signorina Devery, Teresa decise di andare fuori dalla contea e

rinfrescarsi un po' le idee con una bella passeggiata giù al fiume. Le era sempre stato proibito uscire dalla contea senza valletto, ma in quel momento l'ultima persona che voleva vedere era proprio il suo valletto Derec. Derec e Teresa si conoscevano fin da neonati, lui era il figlio della accompagnatrice della regina. Aveva sei anni più della principessa ma, soprattutto negli ultimi anni, non poteva far a meno di notare quanto quella ragazzina testarda fosse sbocciata in tutta la sua bellezza. Aimè, per Teresa non valeva lo stesso: sì, Derec era davvero un bel ragazzo, dolce sensibile e simpatico, era sempre stato un buon compagno di giochi, ma Teresa, sentendosi attratta da lui, si era spaventata e non voleva legarsi a nessuno: il suo cuore era soltanto suo, mai nessuno l'avrebbe conquistato. Durante una notte di luna piena, mentre Derec e Teresa passeggiavano per il giardino dei Tulipani, lui le confessò quello che provava per lei e tentò di baciarla, ma Teresa si infuriò e se ne andò lontana da lui, decisa a non cedere mai ad una tentazione del genere. Così era andata avanti per giorni senza uscire dal castello per non vederlo, e ci era riuscita. Ma oggi non ce la faceva a stare rinchiusa là dentro, erano troppi i pensieri, perciò sarebbe uscita, ma non di certo con lui. Avrebbe preso la strada nascosta che portava direttamente al bosco. E così fece. Arrivata nella radura, Teresa si sedette ai piedi di un salice piangente. Era assorta nei suoi pensieri quando un rumore la fece tornare alla realtà; proveniva dall'acqua, ma non ci fece caso, il rumore riprese, era come un fischio acuto, si alzò per controllare che strano pesce ci fosse nel fiume, quando ad un tratto si formarono dei cerchi e al centro del fiume, da essi emerse una donna. Era bellissima, con capelli lunghi fino ai fianchi di color miele e occhi come il ghiaccio, aveva una pelle chiara quasi come il latte, nell'insieme aveva l'aspetto di una dea. Teresa, ancora incantata dalla donna chiese: "Chi sei?", la donna fatto qualche passo verso la principessa disse: "Come, non sai chi sono io? Eppure io so perfettamente chi sei tu, Teresa". "Come fai a sapere il mio nome?", chiese Teresa spaventata. Chi era quella donna? Che cosa voleva da lei? La guardava ancora incantata da tanta bellezza, lei era avvolta in fasce di seta bianca che le ricoprivano il corpo.

"Come fai a sapere il mio nome?!", chiese ancora. Mentre avanzava misteriosa verso di lei fino a fermarsi a pochi passi la donna le rispose: "Teresa, non aver paura, vedo il tuo cuore, vedo perché soffri, vedo tua madre i tuoi fratelli, tuo padre... Provi molto rancore per lui principessa". Teresa era ancora più scossa: come faceva quella donna a sapere tanto di lei? Come faceva a sapere della sua famiglia? Ma prima che la principessa potesse dire qualsiasi cosa, la donna continuò: "Vedo la tua voglia di essere una donna libera, la paura di poter amare qualcuno con tutto il cuore ti spaventa molto. Vedo nei tuoi occhi determinazione e coraggio... Dimmi principessa, vuoi essere libera? Se lo desideri con tutto il cuore tieniti pronta, che cosa sei davvero disposta a fare per esserlo?". Teresa era pietrificata, ancora non riusciva a capire come facesse quella donna a sapere tutte quelle cose, ma una frase aveva fatto scuotere il suo cuore, le aveva acceso una nuova luce negli occhi: "Vuoi essere libera?", le aveva chiesto, e se c'è una cosa che Teresa desiderava davvero era esattamente questa: la libertà! A quel punto la principessa non sapeva più se essere spaventata o meno, non riusciva a rispondere. Quella donna poteva davvero darle la libertà? Se sì, come? Poteva fidarsi di lei? Teresa non ci pensò

troppo e decise di correre il rischio: “Sì, sono disposta a tutto per questo, a tutto!”. “Ne sei certa?”, le rispose la donna. “Sì, te lo devo ripetere?! Sono disposta a tutto!”, disse Teresa con uno sguardo determinato. Allora la donna fece qualche passo verso di lei, iniziò a camminarle intorno guardandola meglio, mentre diceva: “Bene bene, determinata la ragazza... mi fa piacere. Allora va’, torna al castello, aspetta che cali la notte, appena la luna sarà alta nel cielo entra nella stanza di tuo padre, mentre dorme tu lo ucciderai e mi porterai il suo cuore ancora pulsante. Non appena me lo avrai portato, alle prime luci dell’alba sarai una donna libera e il tuo passato sarà solo un ricordo lontano per te, e sarai disposta ad amare un uomo, magari proprio quello che desideri”. Teresa pensò a lungo; era esattamente quello che voleva, essere libera, senza suo padre, senza quel castello, senza niente di tutto questo, ma dopo diversi minuti rispose alla donna: “NO!”. Allora lei si voltò e le rispose: “Bene principessa, hai dimostrato di avere coraggio nonostante tutto, ma fortunatamente non sei una ragazza cattiva e la saggezza è entrata dentro di te. Da ora in avanti sarai una donna libera, potrai amare e sorridere”. Dette queste parole, la donna sparì e Teresa si svegliò ai piedi del salice.

Era libera.

Conclusion

Chiudiamo con alcune righe dall’articolo di Mark Hayward che abbiamo citato all’inizio, nel quale egli parla della sua traiettoria professionale e formativa all’interno della terapia sistemica dall’approccio strutturale a quello di Milano fino ad arrivare alla “terapia sistemica narrativa”. Queste righe sono un invito all’ascolto delle storie e, allo stesso tempo, al pluralismo degli approcci sistemici. Anche perché la crescita dell’approccio sistemico non è stata ovviamente immune alla universale tendenza intellettuale alla stigmatizzazione e alla polarizzazione tra i vari approcci, in un gioco a “chi è più sistemico” che è divertente da seguire se non lo si prende troppo sul serio.

“Narrative therapy does attend to relationships and family members differently than Milan, structural or other family therapies. No longer am I thinking intensification or enactments between people, no longer dyadic or triadic circular questions. These days it’s more about witnessing positions, re-positioning people, practices of acknowledgement etc. [...] I’m more likely to be listening closer to the exact words and phrases people use and less likely to be thinking about neutrality, boundaries or hypotheses. There’s more than one way of doing systemic family therapy. There always has been. (Hayward, cit., pag. 14)

Bibliografia

- Bateson G., 1979. *Mind and nature: A necessary unity*, Dutton, New York. Trad. it. *Mente e natura*, Adelphi, Milano, 1984.
- Bettelheim B., 1975. *The uses of enchantment: The meaning and importance of fairy tales*, Knopf, New York. Trad. it. *Il mondo incantato. Uso, importanza e significati psicoanalitici delle fiabe*, Feltrinelli, Milano, 1975.
- Bosi A., 2000. *Il sentimento del tempo*, Unicopli, Milano.
- Castiglioni M., Corradini A., 2003. *Modelli epistemologici in psicologia*, Carocci, Roma.
- Cronen V.E., Johnson K., Lannamann J.W., 1982. Paradoxes, double-binds, and reflexive loops: An alternative theoretical perspective. *Family Process*, 20, 91-112.
- Cronen V.E., Pearce W.P., 1982. *The coordinated management of meaning*, Harper & Row, New York.
- Denborough D., 2008. *Collective narrative practice: Responding to individuals, groups and communities who have experienced trauma*, Dulwich Centre Publications. Dulwich Centre Website: <http://dulwichcentre.com.au/what-is-narrative-therapy/>, visitato il 10/05/2015.
- Giuliani M., 2008. *Terapia sistemica e approccio narrativo*, presentazione per Associazione Episteme, Torino 20 settembre 2008. <http://www.slideshare.net/massimoslide/narrativa-sistemica-presentation> visitato il 10/06/2015. Si veda anche <http://www.massimogiuliani.it/>
- Hayward M., 2009. Is narrative therapy systemic?. *Context* October, 13-16.
- Kast V., 2006. *Le fiabe che curano*, Red edizioni, Milano.
- Keeney P.B., Ross J.M., 1985. *Mind in therapy. Constructing systemic family therapies*, Basic Books, New York. Trad. it. *La mente nella terapia. Un modello unitario per le terapie della famiglia sistemiche*, Astrolabio, Roma, 1986.
- Morgan A., 2000. *What is narrative therapy? An easy-to-read introduction*, Dulwich Centre Publications. Narrative Therapy Library: <http://www.narrativetherapylibrary.com/>, visitato il 10/05/2015.
- Sironi F., 2002. Les "Laissés pour compte de l'histoire collective": psychopathologie des mondes perdus, *Psychologie Française*, 47.
- Watzlawick P., Beavin J.H., Jackson D.D., 1967. *Pragmatics of human communication. A study of interactional patterns, pathologies, and paradoxes*, W.W. Norton, New York. Trad. it.: *Pragmatica della comunicazione umana*, Astrolabio, Roma 1971.
- Ugazio V., 1998. *Storie permesse storie proibite. Polarità semantiche familiari e psicopatologie*, Bollati Boringhieri, Torino.
- White M., 1995. *Re-authoring lives: Interviews & essays*. Dulwich Centre Publications.