

LA RELAZIONE TERAPEUTICA ALLEANZE, ROTTURE, RIPARAZIONI



**VITTORIO
LINGIARDI**

FIRENZE, 1 GIUGNO 2019



**LOREDANA
LUCARELLI**

CAGLIARI, 8 GIUGNO 2019



**JESSICA
BENJAMIN**

GENOVA, 15 GIUGNO 2019



Scuola di
Psicoterapia
Comparata

Scuola di Psicoterapia Comparata presenta:

Il ritmo del riconoscimento: clinica e ricerca della relazione terapeutica

Vittorio Lingiardi

Sapienza Università di Roma

Firenze, 1 giugno 2019

abstract

Gli psicoanalisti hanno sempre guardato alla ricerca con un certo scetticismo. Le medie dei campioni, dicono, travisano l'unicità dei singoli casi. Molti autori relazionali, per esempio, affermano che l'unicità della coppia terapeuta-paziente non può essere generalizzata con i metodi della ricerca empirica. Non mi stancherò mai di ripetere che il dialogo tra clinica e ricerca è indispensabile. Che la clinica ha bisogno della ricerca e la ricerca della clinica. Non solo per progredire (tecnicamente e concettualmente), ma anche per sopravvivere. Se condotta rispettando determinati standard, la ricerca e l'operazionalizzazione dei costrutti possono essere coltivate anche per difendere la psicoanalisi dai suoi detrattori e favorirne lo sviluppo e la diffusione. Sostenere l'utilità della ricerca in psicoanalisi non significa partire dalla convinzione onnipotente che tutto sia spiegabile e misurabile; né credere che l'unicità del rapporto terapeutico possa essere risolta in indici statistici. Ma aprirsi alla cultura della ricerca è una delle sfide che la comunità psicoanalitica ha appena cominciato ad affrontare. È una sfida che richiede capacità di dialogo con le altre culture cliniche. Si può essere curiosi dell'altro rimanendo se stessi, o magari assimilando ciò che ci piace o ci interessa. Nel confronto con la ricerca non dobbiamo perdere di vista le caratteristiche portanti della pratica analitica (la causalità psichica; i limiti della coscienza e il ruolo degli stati mentali inconsci; le rappresentazioni interne delle relazioni interpersonali; l'onnipresenza del conflitto psichico; il valore della prospettiva evolutiva; le difese psichiche; la complessità dei significati; la centralità della relazione terapeutica con le sue dinamiche transferali e controtransferali) compresi i dubbi e persino gli errori (entro certi limiti).

Dietro il pensiero di Jessica Benjamin troviamo, più volte esplicitata, la grande tradizione della ricerca sull'infanzia, da Sander a Beebe e Lachmann. Meno frequente è il riferimento alla ricerca sulla relazione terapeutica. La sua teoria del "riconoscimento reciproco", sistematizzata nell'ultimo libro intitolato *Beyond Doer and Done to*, si fonda in buona parte sugli studi sulla regolazione affettiva e sulle oscillazioni relazionali note come "rotture e riparazioni". "La mia teoria del Terzo", scrive (2017, p.129), "si è sviluppata dopo aver riflettuto su queste rotture e impasse". Come ci insegnano la teoria dell'intersoggettività e la pratica della relazione, "riconoscere" può significare molte cose, per esempio "affermare, validare, attribuire, conoscere, accettare, comprendere, enfatizzare, accogliere, tollerare, apprezzare, vedere, identificare, trovare familiare" e persino "amare" (Benjamin, 1988, p. 16). Grazie al processo di riconoscimento più affetti possono entrare

in contatto, estendendo così la varietà di esperienze che due individui possono condividere e su cui possono riflettere, “comprese quelle esperienze altrimenti insopportabili che le persone portano in terapia per curarle o almeno renderle meno distruttive e dannose” (Benjamin, 2017, p. 111). Non si può che giungere alla conclusione che riconoscimento e regolazione emotiva sono co-determinati. Nel mio intervento vorrei evidenziare le potenziali sinergie tra il pensiero di Benjamin e alcuni risultati della ricerca in psicoterapia e psicoanalisi. La mia opinione è che il rapporto tra clinica relazionale e ricerca empirica si sia sviluppato proprio grazie a dinamiche clinico-teoriche di “riconoscimento reciproco” che hanno contribuito a far luce su temi come il controtransfert, le risposte emotive del terapeuta, i modi e i tempi delle self-disclosure, l’enactment, la negoziazione intersoggettiva e in generale il ritmo delle rotture e delle riparazioni come elementi costitutivi dell’alleanza terapeutica (Lingiardi, Holmqvist, Safran, 2015; Lingiardi, Ponsi, 2013). Tutte le volte che negoziamo una rottura siamo cambiati dall’altro che, a sua volta, sta cambiando. “Questa reciprocità dell’impatto intrinsecamente soddisfacente”, dice Benjamin, “è la struttura profonda del riconoscimento senza la quale viene meno il significato della relazione. Senza di essa, c’è solo la vacuità di essere per l’altro un oggetto piuttosto che un soggetto che agisce in un mondo giusto” (2017, p. 107).

Il pensiero di Benjamin non si ferma qui, esce dalla stanza d’analisi e da ogni altra relazione duale per mostrarci come la riparazione delle rotture e l’ammissione delle violazioni è l’unica cura per quei legami sociali e comunitari che, sofferenti, fanno soffrire.

Riferimenti bibliografici

Benjamin, J. (1988), *Legami d’amore. I rapporti di potere nelle relazioni amorose* Tr.it. Raffaello Cortina, Milano, 2015.

Benjamin, J. (2017), *Il riconoscimento reciproco. L’intersoggettività e il Terzo*. Tr.it. Raffaello Cortina, Milano, 2019.

Lingiardi, V., Holmqvist, R., Safran, J. (2016). “Relational turn and psychotherapy research”. *Contemporary Psychoanalysis*, 52(2), pp. 275–312.

Lingiardi, V., Ponsi, M. (2013). “L’utilità della ricerca empirica per la psicoanalisi”. *Rivista di psicoanalisi*, LIX(4), pp. 1–26.