

Nove assaggi delle pratiche di narrazione
Ned Mueller (emueller23@gmail.com)

"Gli uomini, per la loro stessa natura, tendono a darsi una spiegazione sul mondo in cui sono nati. Tutti, compreso il più miserabile degli emarginati, sin dalla nascita si danno una spiegazione della realtà. E questa li aiuta a vivere. .Senza, affogherebbero nella pazzia"¹ (Elsa Morante, 1974).

Questa frase è tratta da *La Storia. Romanzo*, uno dei più amati e rispettati fra i romanzi italiani moderni. In breve, questa citazione propone un'idea dell'importanza delle storie per l'identità personale che risulta molto simile alle idee espresse nella terapia narrativa. Forse gli italiani riconoscono ancora la verità di queste parole di una delle loro più amate scrittrici; di certo lo fanno le pratiche di narrazione. L'idea proposta dalla Morante è che ciò che dà un senso alle nostre vite sono le storie che noi raccontiamo a noi stessi a proposito di ciò che siamo e di quel che crediamo.

Prima di scrivere questa introduzione², mi sembrava che avesse un senso cercare di trovare dei valori comuni fra i miei amici italiani e quelli praticati in terapia narrativa. Un valore preminente in entrambi i contesti è la tolleranza, la riluttanza a giudicare e condannare i punti di vista degli altri. Questa posizione non giudicante è un modo per evitare la moralizzazione della vita e delle azioni degli altri. Non sentirsi giudicati può essere un aspetto importante nella costruzione di fiducia del rapporto terapeutico. Nel corso di questa introduzione tornerò sul concetto di una posizione non giudicante, un valore molto importante in Italia, perché si lega direttamente a molte pratiche narrative³.

¹ La terza persona plurale è stata usata in questo testo per evitare che la terza persona singolare maschile si riferisca a tutta l'umanità.

² Questa introduzione è stata originariamente scritta in Inglese e accetto quindi la responsabilità per ogni incomprensione che potrebbe sorgere nel processo di traduzione. Forse dovrebbe essere detto che l'autore è originariamente proveniente dagli Stati Uniti e ora vive in Italia. Parla quindi della cultura italiana non solo come osservatore, ma anche come una persona che vive in Italia. Sulla traduzione è stato fatto un lavoro di revisione da tre persone madre lingua italiana, ed i vostri suggerimenti per migliorare la presente versione sono benvenuti.

³ In tutto il discorso, si userà l'espressione "pratiche di narrazione (o narrative)", anche se il termine più diffuso è "terapia narrativa". In questo contesto, infatti, la parola "terapia" suscita diversi problemi. In primo luogo, la maggior parte delle "terapie" tendono a nascere nell'ambito della medicina o della psicologia, mentre le pratiche di narrazione hanno un'origine diversa. I suoi fondatori, ad esempio, si erano formati nell'assistenza sociale e nella terapia famiglia familiare. In secondo luogo, una parte preponderante delle terapie è diretta al singolo individuo, mentre le pratiche di narrazione sono altrettanto rilevanti per le famiglie e le comunità. L'idea stessa che una persona possa essere vista nell'isolamento, come un'entità separata, viene messa in discussione nella pratica narrativa; in questo senso tutto il lavoro narrativo, anche quando si occupa dei singoli, è un rapporto sociale in cui viene dato il necessario riconoscimento alle influenze culturali. In terzo luogo il termine "terapia" è strettamente associato a una serie di distinzioni del tipo "tutto o nulla" come "malato/sano" o "malato/guarito". Date le sue radici nella filosofia post-moderna, la pratica narrativa prende le distanze da queste genere di distinzioni "in bianco e nero". Il suo scopo è di aiutare le persone e le comunità a passare da una storia identitaria carica di problemi ad un'altra, diversa, che consenta loro di tornare a prendere in mano la propria vita. Piuttosto che parlare di "guarigione", la pratica narrativa potrebbe dire che una persona "ha rivisto la propria storia".

Oltre alla tolleranza, la cultura italiana, inoltre, ama considerare le cose dal **punto di vista storico**. Voglio dire che non le basta saper fare la pizza. Un italiano vorrebbe sapere dove mai sia stata preparata la prima pizza (Napoli, a quanto pare) e da chi; e magari anche capire come mai chi lo ha fatto si era stancato e annoiato di quel che era solito mangiare fino ad allora! Ho quindi pensato che limitarsi a dare soltanto qualche “formula riassuntiva” delle pratiche di narrazione non avrebbe reso giustizia alla cultura italiana. Adotterò qui, invece, un approccio storico, richiamando alcuni recenti sviluppi del pensiero che hanno contribuito alla formazione delle pratiche narrative. Questi riferimenti storici non sminuiscono in alcun modo il contributo di Michael White; quando leggo i saggi dei filosofi e degli storici le cui idee hanno preparato la scena, in senso etico e intellettuale, per le pratiche di narrazione, non ci vedo certo l’attuale sintesi già bell’e pronta. Fu invece nelle conversazioni tra Michael White e David Epston che presero forma le sue prime pratiche; e fu importante anche l’efficacia riscontrata presso i clienti. Lo si vede bene nella graduale trasformazione del pubblico passivo nel *reflecting team* attivo delle attuali cerimonie di definizione (Assaggio n. 9).

Il mio personale percorso di apprendimento della narrativa è stato quanto mai lontano dal cammino qui descritto, che va dalle idee alla pratica. Da professionista pieno di impegni, e da uomo pratico nato nella terra del pragmatismo, volevo semplicemente un tipo di terapia che potesse “funzionare”, continuando al tempo stesso a rispettare la singolare identità di ogni persona.

Inizialmente, dunque, non feci altro che prendere alcune domande dai primi libri di Michael White e leggerle, direttamente dal brogliaccio su cui le avevo copiate, nell’ordine che lui sembrava proporre. Lavoravo allora con 20 studenti, che si trovavano alle soglie dell’espulsione per scarso rendimento da una prestigiosa scuola secondaria privata. Fu quasi uno shock, per me, la forza con cui queste domande riuscirono a far uscire gli studenti dai loro preconcetti su quello che doveva essere una “terapia” e, quel che più conta, a spingerli a cambiare l’andamento del loro rendimento scolastico (Mueller, 2001). L’esperienza, per di più, mi lasciò stupefatto e perplesso: perché mai proprio quelle particolari domande avevano dato il via a dei cambiamenti così decisivi? Fu a quel punto che decisi di tornare indietro per capire le origini della pratica narrativa come viene qui presentata.

Perché, infine, “assaggi”? Riferito al cibo, un assaggio è un boccone piccolo ma che permette di sentire in pieno sapori e aromi. È piccolo ma ricco. Spero che con questi assaggi accada lo stesso – vorrei incapsulare in appena nove bocconcini un bel po’ del pensiero e della pratica che oggi costituiscono l’approccio narrativo..Questa introduzione include molti termini usati nelle pratiche narrative. In ciascuno dei miei assaggi, quindi, i termini legati alla pratica narrativa che intendo sottolineare sono riportati, quando appaiono per la prima volta, in **grassetto**.

di identità” o che una comunità ritrova in se stessa la capacità di vivere secondo i propri valori.

Vorrei pregare i lettori di non cercare di fare di questi assaggi una sorta di teoria generale della pratica narrativa. Non è così che funzionano le pratiche di narrazione. Non ci sono due professionisti che operano con le pratiche di narrazione che proporrebbero esattamente gli stessi nove assaggi. E poi, le idee in questo campo stanno vivendo un attivo e rapido sviluppo. L'anno prossimo, con tutta probabilità, la mia stessa lista sarà un po' differente!

Verso l'assaggio n. 1 – Ascolto decentrato e lasciarsi modificare dalla storia dell'altro (taking-it back)

La pratica della narrazione assomiglia all'antropologia culturale. Provate a immaginare di essere diretti verso l'Amazzonia, anzi, verso l'ultima cultura del pianeta ancora isolata dal mondo Industrializzato. Vi sforzate di aguzzare lo sguardo, sotto la densa copertura della foresta, per trovare il sentiero incerto che conduce al villaggio. Vi siete portati appresso soltanto i farmaci antimalarici e il registratore. Fin dal principio decidete di non dare nulla per scontato, su questa cultura. Però siete in grado di parlare correntemente quella lingua.

In queste circostanze, quale sarà il modo migliore, quando arriverete, per imparare più cose possibile? Bisognerà far finta di essere "una mosca sul muro", un puro e semplice osservatore? Naturalmente no; in tal caso i locali nutrirebbero dei sospetti sulle vostre intenzioni – perché ve ne state lì a guardare con tanta freddezza e distacco? Quindi il vostro primo compito è unirvi a loro. Li saluterete, e stabilirete con almeno qualcuno di loro una relazione del tipo "sediamoci a fare una chiacchierata". Loro potrebbero provare una certa curiosità su di voi e sulla vostra cultura, e quindi non basterà ascoltare, ma dovrete condividere qualcosa di voi stessi. Il vostro compito principale, però, sarà l'**ascolto**. La pratica narrativa, come altre terapie, tratta con grande attenzione l'ascolto. Il vero ascolto, pare, è meno frequente di quanto si potrebbe credere. Tendiamo infatti ad ascoltare gli altri attraverso un'intera serie di credenze culturalmente determinate, che possono condurci a comprendere in maniera inesatta ciò che il membro della tribù con cui stiamo parlando *veramente intende nel suo proprio contesto*.

Le pratiche narrative richiedono che noi adottiamo questo modo di porci con ciascuno dei bambini, adulti, famiglie o gruppi cui prestiamo la nostra opera. In parole povere, il nostro primo assaggio delle pratiche di narrazione è che ogni persona è unica, e credere di capirla in anticipo solo perché abbiamo in comune con essa una lingua, un luogo o una cultura significa in ultima analisi porre fra lei e noi una barriera. A questo fine, si segue la pratica di "tenersi indietro" o "restare un passo indietro" nella conversazione. Il tentativo è quello di "**seguire**" le persone, intendendo la parola in senso duplice. In primo luogo nel senso esplicito di capire quel che intendono a proposito di se stessi nel modo in cui lo interpretano loro, non come lo interpretiamo noi. E poi c'è il lavoro, più difficile, di ripulire il nostro stesso cervello, spesso troppo istruito e troppo pieno di teorie e pregiudizi sulle "patologie umane", che rischiano di offuscare un ascolto davvero aperto. La posizione assunta nella pratica

narrativa, quindi, è *la sospensione volontaria di molte verità usualmente “date per scontate”*.

Si tratta quindi di una **posizione decentrata** nel senso che “il terapeuta non è l'autore della posizione delle persone sui problemi e le difficoltà delle loro vite...” (White, 2007, 39). E porre le persone in posizione di essere gli autori delle proprie vite ha un'importanza centrale per realizzare in esse il cambiamento. White osserva che assumere una posizione di ascolto decentrato può essere difficile quando si ha a che fare con persone che tendono disperatamente a ottenere un qualche sollievo da problemi pressanti e di lunga data. In tali circostanze, spesso ci capita di concentrarci su qualche soluzione rapida e spesso temporanea, che però ci dà la sensazione di star facendo qualcosa di efficace.

La posizione decentrata del terapeuta mette anche in luce la reciprocità di influenze che si stabilisce in ogni rapporto, compresa la terapia, è in contrasto con la tradizionale visione del terapeuta come agente “neutro”, che durante tutto il processo rimane uguale a se stesso, **taking-it-back** [che qui si è tentato di rendere in italiano con “lasciarsi modificare dalla storia dell'altro” – N.d.T.] (1997, 142)⁴ è l'espressione usata da White per descrivere il modo in cui il/la terapeuta ritrasmette al cliente il proprio riconoscimento delle risonanze che la sua storia desta nella vita e nel lavoro del/la terapeuta stesso/a. La posizione etica di White è che vivere il ruolo di terapeuta può avere un effetto positivo sulla stessa vita di chi lo esercita (White, 1995, 168). Payne (2000, 219) cita l'esempio di una sua cliente che voleva esser trattata come se stessa, e non come “Jean, quella sulla sedia a rotelle”. Il terapeuta riportò a Jean il modo in cui lui stesso si sentiva quando la gente ignorava il suo abbassamento dell'udito. Il terapeuta riconosce presso il cliente che le sue stesse credenze in quanto persona possono essere trasportate o rafforzate nel processo terapeutico stesso.

Non vorrei però che questa venisse intesa come una ricetta per mettere al centro della terapia il terapeuta. Al centro del lavoro rimane invariabilmente l'ordine del giorno fissato dal cliente. In questa pratica di “lasciarsi modificare dalla storia dell'altro” quella narrativa è forse unica fra le “terapie di parola”.

Verso l'assaggio n. 2 – Curiosità

Il mio training nelle pratiche di narrazione è iniziato con alcuni seminari tenuti da Annette von Roenne, che usa l'approccio narrativo con donne rifugiate dell'Africa centrale. Lei sottolineava che le pratiche di narrazione consistono nell'esercitare una forte **curiosità verso ciò che sembra banale**. Un esercizio di curiosità, ad esempio, fu una memorabile sessione in cui dovemmo farci l'un l'altro un sacco di domande sul tema “cosa fai di solito quando ti alzi la mattina?”. Riuscire a esser curiosi sulle abitudini degli altri quando si alzano, si lavano e fanno colazione si rivelò una vera sfida; e non vi

⁴ Per brevità, le citazioni per cui è data solo la data sono tutte riferite agli scritti di Michael White, riportati alla fine del testo

Nove assaggi di pratiche narrative

dico le risate! E tuttavia questo esercizio ci fece vedere come, se si è abbastanza curiosi, si può riuscire ad interessarsi anche delle esperienze più banali della vita. Una cosa che può essere importante ricordare quando ci troviamo di fronte a persone la cui storia può sembrare, all'inizio, "la solita storia".

In Italia, Cecchin (1987) ha scritto del ruolo della curiosità come alternativa alla neutralità del terapeuta e Gonzo, Mosconi and Tirelli (1999) hanno mostrato come un atteggiamento curioso liberi il terapeuta dai giudizi prescrittivi e sia particolarmente utile nel quadro dell'attività clinica nella sanità pubblica.

Verso l'assaggio n. 3 – Smascherare il potere moderno e la ricerca di una terapia giusta.

Se i primi due assaggi erano della grandezza, diciamo, di un ceccio, i numeri 3, 4 e 5 arrivano alle dimensioni di una noce, e tutti e tre possono essere ritenuti indispensabili per seguire la pratica narrativa. Sono idee post-moderne; bisogna quindi essere pronti a prendere in considerazione delle idee che inizialmente possono sembrare del tutto al di fuori del nostro convenzionale modo di vedere la verità, e persino del senso comune!

Nella sua analisi storica del potere, Foucault trovò che nel corso dei secoli le forme in cui si è espresso il potere nella società sono nettamente mutate. Prima del 1700 la maggior parte delle società erano dominate da un **potere tradizionale**. Di tale potere erano investiti autocrati e dittatori, che erano in grado di controllare le vite altrui, e sembravano avere un' autorità quasi divina. Era un' autorità morale basata sull'idea di giusto e sbagliato. Questo potere, che scende dall'alto verso il basso, esiste ancora, ed è esercitato da coloro che ne hanno il monopolio. La sua funzione è *negativa*; esso "opera per opprimere, reprimere, limitare, proibire, imporre e costringere (2004, 153)". Opera dall'esterno della mente dell'individuo, e si esprime in leggi oppressive e comandi imperativi formulati a voce.

Ma Foucault ha identificato anche un secondo tipo di potere, che a partire dalla fine del 17° secolo ha progressivamente sostituito il potere tradizionale, al quale ha dato il nome di **potere moderno**:

"Questo è un potere che ingaggia la partecipazione attiva della gente nel dar forma alla propria vita, alle proprie relazioni e alla propria identità, in base alle **norme** costituite della cultura – e di questo potere noi siamo al tempo stesso conseguenza e veicolo" (2004, 154, grassetto aggiunto)

Esso, in altre parole, vive ed opera dall'interno delle nostre menti, perché le norme sociali diventano verità indiscusse, le persone sperano quindi che adeguandosi a tali norme saranno più accette dalla comunità. E' un aspetto positivo, in quanto permette alla gente di mettersi d'accordo sul modo in cui deve funzionare la loro società, ma a volte è anche negativo, quando le persone perdono il senso della propria identità in quanto distinta dal come la

Nove assaggi di pratiche narrative

società si aspetta che siano – carichi di lavoro, magri, e bene attenti a negare la propria unicità, ad esempio. “L’intera popolazione è costantemente incitata a valutare e sorvegliare se stessa, secondo queste regole, e a forgiare il proprio corpo perché vi si adatti docilmente” (Epston & White, 1992, 138).

Accanto alle norme che incorporiamo nella mente, Foucault ha sottolineato il ruolo del sapere nel potere moderno. Le persone che posseggono il sapere sono chiamate “esperti”, e gli individui più potenti sono quelli che persuadono la società che essi sanno più di tutti gli altri. Per Foucault il sapere è potere, e il potere è sapere.

Il sapere dell’esperto specializzato “persuade sottilmente le persone ad ‘interiorizzare’ la propria posizione subordinata fino a divenire persone continuamente impegnate nella creazione della propria identità subordinata” (Payne, 2000, 38). Dato che ha a che fare con il potere e la subordinazione Payne la chiama la “dimensione politica” delle pratiche di narrazione, offrendone numerosi esempi tratti dalla sua pratica clinica. Ne citerò qualcuno per mostrare come in molte delle questioni problematiche che ci vengono presentate dalle persone si ritrovino delle forme di espressione del potere.

- Un adolescente terrorizza i propri genitori, portandoli alla disperazione e bloccando tutti i tentativi dei genitori di mantenere la propria relazione.
- Una donna è obbligata ad assumersi tutto il lavoro di cura dell’anziana madre, perché i suoi fratelli si rifiutano di aiutare, dicendo che tale cura è esclusivamente un “dovere femminile”.
- Amministratori scolastici in posizione di potere decidono che gli insegnanti devono fare un maggior carico di lavoro amministrativo, senza diminuire il tempo dedicato all’insegnamento. Diverse/i insegnanti arrivano al collasso e contemplanò il suicidio per questo aumento di lavoro deciso unilateralmente.
- Una donna arriva in terapia in un costante stato di terrore per paura del marito, che la aggrediva fisicamente, circa una volta all’anno (ibid, 38-40).

Payne osservava inoltre che molte delle persone che vedeva soffrivano a causa della convinzione che non sarebbero mai riuscite a soddisfare le attese dei genitori, e che questa convinzione può avere effetti particolarmente potenti quando i genitori non sono più vivi; il che mostra ancora una volta quanto solidamente possano venire interiorizzate le norme prendendo quasi una vita propria.

Secondo l’insegnamento di Michael White le discipline sociali, come la psicologia, hanno svolto un ruolo chiave nella genesi del potere moderno. Per lui gran parte di quella che si è soliti chiamare “valutazione” non fa che riprodurre, in sostanza, gli effetti negativi del potere moderno, confermando le persone nei propri sentimenti di inadeguatezza e di fallimento. I test e le scale, ad esempio, in base ai quali le persone possono essere classificate secondo quasi ogni possibile tratto o comportamento, ne confermano il senso di subordinazione. Agli occhi di White, questi schemi e procedure hanno contribuito a quella che chiama “l’epidemia del senso di fallimento moderno”,

Nove assaggi di pratiche narrative

in cui le persone giungono alla conclusione identitaria di essere “inadeguate, anormali, insufficienti, incompetenti, senza speranza, incapaci, deficitarie, imperfette e prive di valore.” (2004,168).

Foucault ha trattato dettagliatamente del periodo storico in cui la dignità di molte persone venne ulteriormente erosa attraverso gli effetti dell’incarcerazione in istituti per alienati. Franco Basaglia (1968; 1981 a & b) denunciò questi effetti, ponendo l’Italia all’avanguardia nella chiusura di queste istituzioni e nella creazione di forme di assistenza, più rispettose della dignità umana, all’interno della comunità. Si potrebbe dire che, più o meno nello stesso periodo in cui Foucault scriveva di un’etica post-moderna, Basaglia la stava mettendo in pratica.

L’etica di Foucault mette al centro i concetti di equità, uguaglianza e giustizia. La pratica narrativa si sforza di seguirlo in questo e sembra fare i passi maggiori rispetto al concetto di **giustizia**. Chi pratica la terapia narrativa pone grande attenzione al fatto che terapeuti maschi si assumano la responsabilità di ogni incomprensione nel loro lavoro con clienti donne. Hanno la priorità di mettere avanti la voce del/la cliente prima della propria. Si formano rispetto alle categorie della marginalizzazione e dell’oppressione e applicano approcci narrativi ad intere comunità sofferenti.

Diventare un terapeuta narrativo è quindi un mix di apprendimento di tecniche e dell’adozione di un impegno all’etica della giustizia e dell’equità. Aspira ad essere una “Terapia Giusta”. L’importanza di questa etica è tanto maggiore con clienti che hanno sofferto abusi da parte di persone che avevano una posizione di potere ingiusto sugli altri. Là dove si trovano maltrattamenti e vittimizzazioni, le terapie narrative sono particolarmente indicate.

Allo stesso tempo, si riconosce che le pratiche narrative non raggiungono mai un rapporto di piena equità; uno squilibrio di potere rimane nella pratica narrativa, perché la persona che pone le domande (il terapeuta) è in una posizione di maggior potere rispetto alla persona che sta cercando di dare delle risposte (il/la cliente); lo scambio di soldi per un servizio può altresì essere visto come asimmetrico ed ineguale. I rapporti terapeutici non imitano o sostituiscono in alcun modo un rapporto di amicizia reciproca di vita riccamente vissuta

Riassumendo, nella sua opposizione al lato oppressivo del potere moderno, che invariabilmente fa parte del suo atteggiamento, la pratica narrativa è dichiaratamente politica. Ciò riguarda la posizione narrativa, la formazione alle pratiche di narrazione, e i singoli aspetti specifici delle domande che vengono poste durante le sedute di terapia narrativa. Se un terapeuta narrativo assume una posizione di neutralità scientificamente obiettiva, vuol dire che ha deciso implicitamente che quel particolare cliente ha bisogno di “consigli esperti”, non di una narrazione. Nel training narrativo gli studenti (e fra questi comprendo me stesso) possono trovare difficile mettere da parte tutte le categorie psichiatriche e le valutazioni psicologiche in cui sono stati fino ad allora fin troppo “formati”. Alcune delle domande poste nelle pratiche di narrazione hanno lo scopo di assicurare che sia il cliente, e non il terapeuta, ad avere il

potere di guidare la direzione in cui va la seduta. Ad esempio: “Stiamo parlando delle cose che desideravi affrontare nell’incontro di oggi?”

Verso l’assaggio n 4 - Invariabilmente, ciò che è significativo è indeterminato

Gli autori post-moderni hanno dedicato grande attenzione alla natura del linguaggio e del significato. Nel linguaggio si possono identificare sia un aspetto oggettivo che un aspetto soggettivo. Quando scrivo le lettere N A R R A T I V A unite insieme su un pezzo di carta, tale parola è lì obiettivamente, nel mondo. Se mettessi quel pezzo di carta in una scatola di piombo e la seppellissi da qualche parte, qualcuno potrebbe scavare e ritrarla fuori in un lontano futuro, e vedere la parola “narrativa”. Però non avrebbe la minima idea di quel che significa, perché è il **significato** che dà vita alle parole e al discorso. Da questo esempio possiamo vedere che cultura e significato sono fenomeni strettamente legati, e che nessuno dei due è stabile. Il significato, invece, è soggettivo, in qualche modo indeterminato; e al tempo stesso è in un costante stato di movimento, insieme alle credenze della cultura in cui vive. Altrimenti detto, la cultura è l’insieme di tutti i significati condivisi da uno specifico gruppo di persone, e la gente che condivide una cultura costituisce il “veicolo” di quest’ultima; ne modifica le credenze e le trasmette alla generazione successiva. La cultura, in tal modo, ha un’importanza cruciale nel dar significato alle nostre vite, e nel conferire ai popoli la propria identità. Privati della cultura, noi viviamo l’esperienza dell’insignificanza, dell’alienazione, della non appartenenza ad alcun luogo.

D’altro canto, dato che il significato è indeterminato, in realtà non possiamo mai essere certi al cento per cento di capire quel che gli altri intendono quando parlano con noi. Né possiamo esser certi di venir capiti esattamente quando parliamo o scriviamo; e l’esperienza ci mostra quanto spesso ciò non accade! Sembra quasi inutile far notare il legame che c’è tra questo Assaggio dedicato al significato e l’atteggiamento non giudicante degli italiani. Non giudicare significa astenersi, non dare troppo in fretta un giudizio su quel che una persona potrebbe voler dire, senza partire dall’assunto che, anche all’interno di un gruppo che condivide la stessa lingua, l’altra persona intenda i significati nel nostro stesso modo. Con la sua adesione a un approccio all’aiuto basato sul significato, la pratica narrativa abbraccia l’indeterminato, il transitorio e l’interpretato.

White ha subito l’influenza di Jacques Derrida, uno studioso di linguistica post-moderno, secondo il quale noi diamo un significato a ogni singola unità di testo, che sia una parola o una frase, per mezzo della sua “*differenza da tutto ciò che non è*”. Derrida, in altre parole, vedeva ogni significato come relativo ad altri significati, un po’ come possiamo definire le parole di un dizionario solo facendo riferimento ad altre parole; e però i dizionari danno la sensazione di essere invariabilmente soltanto degli esercizi di “pensiero circolare”, che non ci portano mai ad avvicinarci, nemmeno di un passo, alla vera natura del significato!

Nove assaggi di pratiche narrative

Nella sua pratica terapeutica, White parte dalle idee di Derrida per aprire delle discussioni con le persone il cui linguaggio è rimasto impantanato in una serie di significati assai negativi, come ad esempio "disperazione". Se qualcuno arriva in terapia dicendo di essere "disperato", deve però avere comunque, stando a quel che dice Derrida, anche una qualche conoscenza ed esperienza di cose che disperazione non sono, come "ottimismo" o "speranza". E riaccendere la conoscenza che una persona può avere di quelle esperienze che non erano disperazione può servire ad alleggerire il controllo autocratico che quest'ultima esercita sulla storia identitaria di quella persona. (2007, 210). Nei suoi scritti, White si riferisce a questa pratica come all'uso di quel che è **assente ma implicito**.

White cita anche l'idea di Jerome Bruner secondo cui l'ascoltatore assomiglia un po' al coro della tragedia greca, che si produce in una sua piccola "performance di significato", o interpretazione, di pari passo con il parlante, al fine di comprendere ciò che si sta dicendo (2007, 79). In altre parole, per quanto vicini possiamo sentirci ad un altro, quando usiamo il linguaggio e la parola per comunicare ci troviamo sempre in qualche modo nella posizione di chi gioca un gioco parallelo, insieme e separati, quando si tratta di capirsi. Il gioco del linguaggio, da solo, non può mai garantire una comprensione completa.

Date queste circostanze e basandosi principalmente sul linguaggio, il terapeuta narrativa controlla spesso con il cliente di aver capito correttamente, per esempio ripetendo le frasi del/la cliente usando parole diverse per cercare di capire bene il significato che sta dietro le parole. Per arrivare a questo Michael assume un atteggiamento in terapia attento, ma anche riservato, troppo spesso possiamo sorridere o ridere di qualcosa il cui significato il/la nostro/a cliente non trova divertente.

Questo è forse il motivo per cui, per passare a una notazione personale, quando si era insieme a Michael, lui sembrava sempre così intensamente presente eppure dava ogni volta l'impressione di essere anche in qualche altro posto! Ripensandoci, ho l'impressione che stesse cercando di rendere omaggio ai limiti della conversazione, dicendoci implicitamente: "Parlare va benissimo, ma le parole non bastano ad esprimere il mio rispetto per te come persona." Forse questo aspetto risuonava di un significato più completo e dava alla sua presenza un'aura incredibile. Quando, di recente, è venuto a mancare, White stava lavorando per allargare le pratiche di narrazione alle zone di "risonanza" e "katharsis", a delle vie di approccio al significato, cioè, che sono meno legati alla parola e si spera più connessi alla sua espressione completa. Ma intendo lasciare questi importanti elementi emergenti della pratica narrativa per il finale (Assaggi n. 8 e n. 9).

Verso l'assaggio n. 5 – Smascherare le credenze essenzialiste

Accanto all'indeterminatezza, il linguaggio della cultura presenta un secondo problema: il suo carattere a volte essenzialista. L'**Essenzialismo** è la convinzione che tutti noi, sia come individui che come specie, abbiamo una

Nove assaggi di pratiche narrative

certa natura, la “natura umana”, e che sia la nostra natura a determinare quel che possiamo o non possiamo fare (Burr, 1995).

Un’idea essenzialista della sessualità, ad esempio, è che vi siano due nature, quella eterosessuale e quella omosessuale, e nient’altro. Foucault mise in discussione questo dualismo:

“In un certo momento storico, per la prima volta, le preferenze sessuali delle persone sono state prese per ciò che esprime la verità sulla loro identità, il nucleo centrale del loro essere. Questa attribuzione dell’identità attraverso le preferenze sessuali ha posto le basi per la totalizzazione delle persone, e per una grande esclusione – una straordinaria marginalizzazione” (1995, 44).

Come Foucault, Michael White amava smascherare le tante “verità” “quasi universali delle scienze sociali e della salute mentale. Nel 2001 partecipai a un seminario di una settimana da lui tenuto ad Adelaide. Quell’anno si dedicò a smascherare il concetto essenzialista di “*bisogno psicologico*”. Come spesso accadeva, il suo stile di insegnamento era pieno di *humour*, ma solo di rado lo si vide sorridere. Gli studenti trovarono quindi difficile capire per certo quando, e se, stesse in realtà facendo dell’ironia. Cominciò così:

“I bisogni psicologici vennero fuori per la prima volta nel 1929; adesso ce li hanno tutti, ma prima di allora non esistevano. Inoltre c’è stata una grande esplosione dei bisogni negli anni ’60, ispirata dalla “verità” della “autorealizzazione e della scala dei bisogni” di Maslow.

A partire dagli anni ’60 anche i rapporti sono stati “essenzializzati”.

Oggi la gente dice “il nostro rapporto è in difficoltà” invece di dire, come faceva prima: “stiamo attraversando un brutto momento”.

Aggiunse che mettere “l’autorealizzazione” in cima alla gerarchia dei bisogni è un concetto fortemente occidentale. Una psicologia degli aborigeni australiani potrebbe casomai mettere al primo posto il bisogno di “affiliazione”. Sostenne poi che molta della psicologia spicciola che si trova nei libri dedicati al *self help* ha anch’essa un carattere essenzialista – “trovate la chiave per giungere alla vostra anima”, “cercate le vostre risorse nel profondo di voi stessi”, “siate fedeli a quel che siete”.. Tanti “se stessi”, concepiti in termini essenzialistici e pieni di bisogni: perfettamente in linea con l’esigenza capitalistica di avere dei consumatori insaziabili, costantemente bisognosi di essere “riempiti” di cose. I “bisogni”, anzi, si potrebbero quasi pensare in termini “consumistici”.

La pratica narrativa prende sul serio gli effetti reali che questo genere di credenze può avere sulla qualità della vita delle persone. Come hanno fatto Foucault e White, scrivendo dei dettagliati saggi in cui si smascherano alcune di queste pseudo-essenze, la pratica narrativa smaschera le credenze negative che dominano la vita e l’identità delle persone. Il termine post-moderno che indica lo smascheramento delle “verità” è **decostruzione**. Il senso di questa parola non va confuso con l’operazione meccanica di smontare una cosa che a quel punto poi non funziona più. La decostruzione post-moderna intende arrivare a un risultato che è del tutto costruttivo: rendere più trasparente, per le persone, il funzionamento reale delle presunte

Nove assaggi di pratiche narrative

“verità” e l’azione che esercitano sulla loro vita, così da dar loro l’opportunità di dire “no” al controllo esercitato da queste “verità”. Come il significato, la decostruzione non viene mai vista come qualcosa di obiettivo o di indipendente dalle scelte di valore. Come ogni altra impresa significativa, infatti, essa serve a uno scopo umano: in questo caso a metterci in condizione di resistere a molto di ciò che passa per il sapere degli esperti di chi siamo o potremo diventare, e ad aprire delle possibilità di vivere un’identità da esso meno condizionata.

Riassumendo, gli Assaggi n. 4 e n. 5 riguardano entrambi il linguaggio, o più esattamente i significati che noi trasmettiamo con l’uso del linguaggio. L’Assaggio n. 4 ne ha riconosciuto il carattere invariabilmente indeterminato e malcerto, mostrando le implicazioni di questo fatto per la pratica narrativa. L’assaggio n. 5 ha mostrato come il linguaggio sia usato dagli esperti per creare delle “verità” “essenzialistiche” nell’incessante ricerca di una perfezione del vivere moderno. Le pratiche di narrazione usano la decostruzione per smascherare queste verità; ne abbiamo presentato due esempi, con lo smascheramento delle “verità” relative alla “sessualità” e ai “bisogni psicologici”.

Per il terapeuta che adotta l’approccio narrativo, quindi, c’è una bandierina rossa che viene fuori nella sua testa ogni volta che una persona in cerca del suo aiuto propone una qualche “verità” essenzialista per spiegare la sua situazione di difficoltà. Dato che dietro ognuna di queste espressioni c’è sempre un qualche tipo di sapere detenuto da un qualche tipo di esperti, il terapeuta ne prende le distanze e cerca il modo di aiutare il cliente a riportare il problema nel suo contesto, così da poter vedere che non è poi così fisso ed eterno come sembrava.

Verso l’assaggio n. 6 - La storia alternativa

Come in ogni buona storia, nella pratica narrativa si segue una linea di crescita della tensione, che ripercorre la descrizione della storia problematica, con tutti i suoi debilitanti effetti collaterali sulla persona in trattamento e sulle altre persone della sua vita. Poi la tensione si risolve, spesso con una drammatica svolta risolutiva, in cui si aprono nuovi cammini, che poi vengono espansi fino al punto in cui la storia iniziale di sofferenza perde importanza o scompare del tutto.

Accadeva spesso, nel mio lavoro con studenti dai problemi ben delimitati, che fosse possibile realizzare tutte queste tappe nel giro di qualche seduta. Con Alfonso, 17 anni, ce ne vollero quattro. Assistevo gli studenti di una scuola secondaria, e molti di loro venivano da me per parlare delle loro difficoltà nello studio. Quando Alfonso giunse da me era scontento e credeva ben poco in se stesso. Sentiva che nessuno dei suoi due fratelli dava importanza allo studio, e che questo del resto fosse noioso. Sentiva che i suoi genitori nutrivano delle aspettative eccessive nei suoi confronti.

Nove assaggi di pratiche narrative

Della prima fase della pratica narrativa – quella in cui si spacchetta il problema – fa spesso parte il dargli un nome che gli conferisca un senso di novità, e renda più interessante la possibilità di pensarlo in modi nuovi. Dato che questo nome vive al di fuori del cliente nel discorso intrattenuto con il terapeuta, lo si indica con **esternalizzato**, e questa idea di creare degli spazi tra una persona e il suo problema è una di quelle su cui riposa la fama di Michael White. Il nome che Alfonso diede a questo problema fu *“mancanza di interesse”*.

Di questa prima fase della pratica narrativa fa anche parte l'ottenere una descrizione particolareggiata del problema cui si è dato questo nome. Venni così a sapere che il padre di Alfonso era in qualche modo indifferente al problema e che sua madre non faceva che ordinarli di studiare, il che non aveva altro risultato che rafforzare la sua "mancanza di interesse". Ci sono volute tre sedute per trovare un breve istante in cui Alfonso (tutti i nomi sono fittizi) riuscisse a cacciar via questa mancanza di interesse e sentisse il desiderio di imparare qualcosa. Durante una lezione di lingua spagnola aveva dovuto scrivere un lungo tema sul modo in cui vari paesi avevano realizzato il passaggio alla democrazia e, forse perché proveniva da un Paese in cui i principi democratici risultavano relativamente poco familiari, aveva trovato l'argomento di grande interesse. Nel continuare la conversazione egli si rese poi conto che in realtà c'erano anche altri argomenti che lo interessavano; però alcuni dei suoi professori li insegnavano “come delle macchine”, e quindi aveva deciso di fare una distinzione tra il suo interesse per l'argomento e il relativo insegnamento scolastico.

Nel quarto e ultimo incontro, portammo la discussione sul futuro e su come Alfonso poteva continuare a modificare il suo rapporto con la ‘mancanza di interesse’. Spesso faccio mettere queste idee per iscritto, in un documento intitolato *“Come preferisco essere”*. Ecco cosa diceva quello di Alfonso:

Ero innamorato della mia ragazza, la ‘mancanza di interesse’. Ma ho deciso di mollarla per questa splendida nuova ragazza. Lei ha una forte personalità. Mi guida nei miei problemi. E soprattutto mi aiuta a trovare i miei interessi.

Fino a ora, fra questi ci sono il cinema francese, la cultura spagnola, e i mutamenti politici fra diverse parti dell'Oriente e dell'Occidente.

Il mio modo di affrontare gli ultimi mesi che devo trascorrere in questa scuola è leggere il *San Francisco Time Out*. Non è colpa mia se spesso la gente qui sembra insegnare come se fosse una macchina.

L'*Entusiasmo* [il nome che aveva dato alla sua storia preferita] fa anche parte del mio futuro. Potrei dover prendere delle decisioni che avranno degli effetti su molte persone, e queste decisioni saranno tanto più informate quanto più lascerò che sia l'entusiasmo a portarmi avanti.

Sarebbe difficile comprendere quest'ultimo paragrafo se non aggiungessi che Alfonso faceva effettivamente parte di una famiglia reale, e sarebbe potuto un

giorno salire al potere in un paese ancora dominato da un potere tradizionale (ereditario) del tipo definito nell'Assaggio n. 3. Date le rivolte democratiche che stanno adesso investendo l'intera regione, spero che stia bene. Nella speranza che "entusiasmo" gli renda possibile attraversare i cambiamenti.

Michael White sottolinea come le varie fasi della pratica narrativa non vadano considerate in maniera prescrittiva, ma usate come una possibilità per la guida delle conversazioni terapeutiche. Di conseguenza, è possibile valersi di diversi tipi di conversazione narrativa nel corso di una stessa seduta di terapia, improvvisando lungo il percorso. In questo processo, possono venire delle idee per altre possibilità: durante la fase in cui il cliente dà un nome al problema e ne rivela gli effetti sulla sua vita, il terapeuta può costruire degli elenchi, mentali o reali, di quelle che vengono chiamate **eccezioni**. Le eccezioni provengono da quella parte dell'esperienza di una persona che non conferma la storia del problema – la mancanza di interesse, in questo caso. Nel caso di Alfonso, ovviamente, si trattava della politica internazionale, la cultura spagnola e il cinema francese. Non sempre si ha il tempo di giungere a una piena descrizione di tutte le eccezioni dell'elenco. Ma spesso una di tali storie sembra al cliente più rilevante delle altre, e viene raccontata in maniera più dettagliata e ad essa si torna più volte a fare riferimento nelle diverse sedute. A questa storia viene dato il nome di **risultato unico** o altrimenti "le eccezioni" che vengono legati insieme in una dichiarazione di identità chiamata **storia alternativa**. Quando, spesso nell'ultima seduta, il problema di partenza viene ripreso e messo in rapporto con la storia alternativa, si giunge al completamento di tutte le tappe della "terapia narrativa" classica. Le conoscenze e le capacità che una persona possiede a sostegno della sua storia alternativa e preferita possono venire documentate, aggiungendovi del materiale relativo agli ulteriori passi avanti che si può sperare di realizzare in futuro. A questo materiale scritto si può fare riferimento in seguito se il problema dovesse ripresentarsi e per aiutare la persona a ricordarsi dei mutamenti identitari ancora da realizzare.

Alfonso, sia detto per inciso, scelse per indicare la sua nuova relazione con il problema la metafora alquanto antagonista del "mollare". Michael White dichiara il suo disagio per le metafore di lotta e battaglia, e in loro vece propone una lista di 28 metafore non legate al combattimento che nelle sue speranze noi possiamo incoraggiare le persone ad adottare nel momento in cui giungono ad abbracciare le loro storie identitarie alternative (2007, 32-33). Al tempo stesso egli rispetta totalmente il fatto che le metafore legate al "restituire i colpi" possono mantenere un'importanza cruciale nelle vite delle persone che hanno dovuto subire sfruttamento, abusi e maltrattamenti.

Verso l'assaggio n. 7 – Conversazioni di ri-scrittura

Per Alfonso fu sufficiente lavorare sulla sua storia di identità scolastica. Non appena riuscì a mettere da parte l'idea, trasmessagli dai fratelli, che la scuola fosse noiosa e insignificante, Alfonso fu in grado di accettare la convinzione che i suoi argomenti di studio erano interessanti e importanti, perfino quando venivano insegnati meccanicamente e alcuni degli altri studenti sembravano

Nove assaggi di pratiche narrative

studiarli come dei robot. Dal principio alla fine, al centro del nostro lavoro rimase l'aspetto scolastico, malgrado il riconoscimento del fatto che l'identità dipende sempre da una molteplicità di storie. L'assunto di partenza, in questo tipo di terapie rivolte a un aspetto specifico, è che il resto delle storie identitarie di Alfonso fosse positivo e capace di sostenerlo negli obiettivi e nelle direzioni da lui scelti; un aiuto rivolto a temi specifici può a volte essere sufficiente.

Per Joe però, anche lui diciassettenne, cinque sedute passate a occuparci del "Signor Procrastinatore", il nome da lui attribuito al suo problema di identità scolastica, avevano dato luogo soltanto a un cambiamento delle sue abitudini di studio, ma non a una complessiva sensazione di star bene. Nel nostro sesto incontro venne fuori che era stufo di dover sempre compiacere gli altri per tenere sotto controllo qualcosa che aveva chiamato "Il Mostro". Il nome del problema si era così tramutato in qualcosa di assai più spaventoso. Si trattava della sensazione che se mai avesse perduto il controllo, lo avrebbe perduto in maniera totale, senza poter più trattenere una rabbia che lui vedeva come innata; e si sarebbe messo a colpire il suo avversario senza alcuna pietà. Ci mettemmo allora a decostruire questa credenza, smascherandone il carattere essenzialista. Ma fu solo quando Joe scoprì di essere in grado, nei fatti, di mantenere il controllo quando giocava a rugby, anche quando aveva lui la palla e il suo avversario giocava sporco, che il carattere della sua storia identitaria cambiò, mettendolo a quel punto in grado di esprimere i suoi impulsi aggressivi senza temere di perderne il controllo. Alla sua storia alternativa e preferita egli diede il nome di "Forza in sicurezza". Arrivare a questo punto si rivelò per lui più importante dei risultati che era riuscito a conseguire nel diminuire la propria tendenza al rinvio nei suoi impegni scolastici.

Questo esempio mostra come il contesto possa porre dei limiti al tipo di questioni identitarie di cui all'inizio ci è permesso discutere. In alcuni contesti, forse, c'è bisogno di pensare a un maggior numero di domande volte a decontestualizzare le questioni che vengono viste come accettabili. Si potrebbe chiedere, ad esempio: "Siamo in una scuola: secondo te dobbiamo pensare soltanto alle questioni scolastiche, o ti senti libero di discutere anche altri aspetti della tua vita, in cui magari c'è qualcosa che per te è ancora più importante?" Da ultimo, però, nella pratica di narrazione il terapeuta ascolta le questioni presentate con attenzione. Non assume cioè la posizione dell'esperto che in qualche modo dovrebbe svelare dei problemi "reali ma nascosti". Le pratiche di narrazione comportano un approccio decentrato, paziente e rilassato, nel contesto del quale il terapeuta accetta seriamente le questioni che gli vengono presentate, ma che al tempo stesso resta aperto alla possibilità che la questione centrale possa cambiare anche molte volte nel corso della terapia. Ricordiamo che la nostra identità è la storia della nostra vita, ed è composta delle tante esperienze che fanno di noi i protagonisti o le vittime della storia. Ricordiamo anche però che c'è molta esperienza ancora non tradotta in storia a disposizione della persona che viene a consultarci; un'esperienza che va scoperta in termini di risultati unici e intessuta, così da conferirle un maggiore *spessore*, nella trama della sua storia identitaria preferita.

Nel corso degli anni, Michael White si è orientato sempre più verso l'idea che tutte le pratiche di narrazione siano legate all'identità; forse avrebbe preferito che la sua fosse stata chiamata, all'inizio, "terapia identitaria". Per riprendere le sue parole, "[è un] fatto irriducibile che ogni rinegoziazione delle storie di vita delle persone costituisce anche una rinegoziazione della loro identità." (2007, 82, corsivo aggiunto). È per questo che nelle conversazioni di ri-scrittura si cerca di non concentrarsi solo sulle attività, passate presenti e future, della vita di una persona, ma di intrecciarle con ciò che tali azioni significano in termini di ciò che quella persona è, nei termini della sua identità. Nei suoi scritti precedenti White aveva distinto questi due tipi di discorso, dicendo che l'uno si svolge sui **terreni dell'azione** mentre l'altro avviene sui **paesaggi dell'identità (landscapes of identity)**. Successivamente, per il secondo ha preferito il termine di **terreno identitario**. Ma l'idea delle conversazioni di ri-scrittura è rimasta la stessa. Queste hanno inizio nel momento in cui la storia negativa dominante si rivela essere soltanto una parte della storia identitaria della persona, e si basano su una sorta di danza che va avanti e indietro nel tempo attraverso l'esperienza della persona e passa di continuo dall'uno all'altro dei due terreni. Il risultato è un intreccio ricco che cuce insieme una storia identitaria preferita, come illustra benissimo l'esempio riportato da White (2007, Figura 2.14).

Ma come si fa a tirar fuori qualcosa che si rifletta sul terreno dell'identità nelle conversazioni narrative? Michael White suggerisce che lo si possa fare invitando il cliente a essere testimone della messa in scena delle sue stesse storie di vita. Questo può dar luogo nel cliente a quel che egli chiama uno stato di attività mentale intensificata, in cui questi può dare espressione alla propria soggettiva comprensione degli eventi, a ciò che da essi ha imparato su se stesso e a ciò che può "ipotizzare" a proposito del futuro.

Notate il modo in cui questo Assaggio si lega a quelli che lo hanno preceduto? Sembra proprio che le domande poste sul terreno dell'identità riescano a spingere le persone ad allontanarsi dalle verità essenzialiste (Assaggio n. 5) e dalle norme dominanti (Assaggio n. 3) per muoversi verso una propria comprensione preferita della propria identità, dalla quale possono emergere degli obiettivi preferiti.

Verso l'assaggio n. 8 - Ri-membranza e Risonanza

Conversazioni di ri-membranza

Nelle conversazioni di ri-scrittura il terapeuta si basa sull'esperienza del cliente per trovare storie alternative e modi di essere preferiti. Ma nella sua memorabile sessione plenaria di Atlanta, Georgia White osservò che il settanta per cento dei suoi clienti avevano subito un qualche trauma, e che i traumi hanno un impatto sulla memoria, e quindi sulla capacità del cliente di richiamare alla mente la sua stessa esperienza. In parole povere, è difficile contare soltanto sulla memoria quando un trauma può averne reso assai più difficile l'accesso. Egli disse che anche i traumi di grado moderato possono disattivare il flusso della coscienza, e i traumi più gravi possono danneggiare i

Nove assaggi di pratiche narrative

tipi di memoria coinvolti nel pianificare, nel far fronte alle situazioni e nell'adattamento. Le persone che ne sono vittima spesso "si sentono insignificanti, vuote, desolate e paralizzate come la loro vita fosse congelata nel tempo" (2007, 199).

Ciò che serviva a queste persone, suggerì White, era il recupero del proprio senso di **agenzia personale**. Con ciò si indicano gli obiettivi, le intenzioni e i legami sociali che spingono le persone a vivere la propria vita. Considerate nell'insieme di un'intera cultura, queste cose rientrano in ciò che si è soliti chiamare la "psicologia popolare". "Anche se questo termine è stato coniato con intenzioni spregiative dai nuovi scienziati cognitivi, nulla potrebbe essere più rilevante per coloro che intendano usare significati, obiettivi e intenzioni per dar vita al cambiamento" (Bruner, citato da White, 2007, 103). Diciamo che una persona che ha creato o ha recuperato dei propri scopi e obiettivi possiede un "potere di agenzia".

Sulla scia del lavoro di Barbara Myerhoff (1982), White giunse alla conclusione che una via importante al recupero della capacità di agenzia personale in questi individui, vittime di traumi e con la memoria danneggiata poteva passare per l'attività del **ri-membrare**, per riprendere il termine della stessa Myerhoff. Questo tipo di conversazioni costituisce una serie di "atti deliberati di reingaggio con le figure significative della propria storia e con le identità della propria vita presente che risultano significative o potenzialmente significative" (2007, 139). Si tratta di un processo attivo di reingaggio, diverso dalla semplice memoria passiva. Non solo esso sottolinea il modo in cui una certa figura significativa abbia contribuito alla vita di quella persona, ma chiede anche a quest'ultima di essere testimone della propria identità attraverso gli occhi di un altro che per lei è importante. Queste conversazioni invitano inoltre la persona che ne è al centro a raccontare il modo in cui lei stessa ha contribuito alla vita di tale figura significativa. Come sempre accade nel pensiero di White le relazioni significative hanno sempre nella loro importanza un aspetto di reciprocità, mostrando come anche nell'innovazione, era ben formato nella tradizione sistemica.

Vorrei chiarire che spesso il processo di ri-membranza è basata su altre persone che non sono il terapeuta. Gli agenti di cambiamento sono spesso dei **testimoni esterni**, persone prive di addestramento formale, ma disposte a rendere testimonianza delle cose che hanno avuto più risalto per loro nelle storie del cliente. Quando uno di essi rende la sua testimonianza sul senso di partecipazione e di ispirazione che ha provato nell'ascoltare la storia del cliente, quest'ultimo finisce per trovarsi in una posizione che gli permette di rendersi conto di avere anch'egli un proprio potere di agenzia, e vive la propria identità come legata a quella del testimone rispetto ai temi e valori condivisi che emergono. Questo è particolarmente importante nel contesto della norma occidentale per cui l'identità è vista come un risultato individuale, e quindi i gruppi di ri-membranza possono essere visti come un modo di resistere agli effetti di isolamento del potere moderno (Assaggio n. 3).

L'aspetto di "lavoro di comunità" della pratica narrativa sta oggi scoprendo nuove maniere di attivare il potenziale di sostegno presente nella comunità.

Nove assaggi di pratiche narrative

Per fare un solo esempio, è possibile imparare dalle storie condivise degli “experience consultants” (Walnum, 2007). Sembra insomma che si possa dire che coloro che cercano di dare il loro aiuto sotto l’egida della pratica narrativa stanno oggi affrontando seriamente la maggior parte delle grandi questioni socio-culturali aperte sul nostro pianeta. Si va dai bambini di sei anni cui viene aperta la possibilità di cambiare la propria identità sessuale al sostegno sui problemi che si trova di fronte chi viene adottato in un paese del tutto estraneo alle sue origini etniche. Sono sicuro che Michael avrebbe voluto continuare a vivere per poter vedere tutti questi fiori portare ulteriori frutti.

Risonanza

Le conversazioni di ri-membranza e molte altre forme di lavoro di comunità traggono la propria forza da quel tipo di significato condiviso che viene chiamato **risonanza**. Si può pensare alla risonanza a partire dal suo familiare significato in campo musicale, come un’onda sonora che si allarga attraverso il tempo e lo spazio e va a rinforzare o a sommarsi ad altre onde sonore in modi che noi possiamo trovare consonanti e armoniosi. Qualcosa di simile, per Michael White, accade nelle “performance di significato”, quale che ne sia la forma espressiva: poesia, teatro, canzone o arte figurativa. La risonanza non è ripetizione; un far da specchio o un’imitazione; si tratta piuttosto di ri-creare in un pubblico dei significati consonanti e armoniosi, cose forse che quel pubblico ha da tempo dimenticato, ma che quando vengono riportate alla memoria risultano avere un’importanza sorprendente rispetto ad una identità culturale condivisa.

Un risultato della risonanza è che cliente, terapeuta e pubblico si trovano tutti ad essere “trasportati in maniere che coinvolgono il riconoscimento di se stessi ed il riconoscimento reciproco. Il pubblico si sente toccato e commosso, e le persone al centro della performance prendono coscienza del proprio potere di agenzia” (Kutuzova, in preparazione).

Una nuova leva di operatori delle pratiche narrative sta attualmente incorporando pratiche di rimembranza e di risonanza nelle proprie sedute di terapia, con ottimi risultati. Peter Ord è un terapeuta che lavora molto con persone traumatizzate per cui ogni contatto umano è sospetto. Nel lavoro con Ann, una donna di 44 anni, Peter apprese che Ann pensava che il suo cane Ted fosse l’unica e più importante figura nella sua vita recente. Nel parlare di Ted, Ann capì sempre di più che non solo Ted, ma tutta la sua esperienza con i cani, nel corso della sua vita erano stati di grande importanza per lei. Per lei il solo nome di Ted portava attraverso la **risonanza** a memorie, immagini e odori di tutti i suoi cani precedenti. Riusciva anche a vedersi come relativamente al sicuro quando era con i suoi vari cani nel corso degli anni. Ann aveva inoltre notato come la natura non-giudicante del rapporto con i cani fosse importante nel contrastare gli effetti del trauma che l’aveva totalmente isolata dalle altre persone.

Per di più, la sicurezza e l’autostima che provava grazie alla risonanza che le dava la sua socievole connessione con i cani stava cominciando a sconfinare per tornare a indirizzarsi verso gli esseri umani. In particolare, Ann aveva di

recente aiutato Ted ad entrare a far parte di un programma di *pet therapy*: e lo aveva accompagnato alle sedute, così da poter passare del tempo, con lui e con le altre persone che avevano richiesto il sostegno terapeutico di un animale. Le sue risonanze, che inizialmente coinvolgevano soltanto gli animali, stavano cominciando a restituirle la possibilità di stare insieme con degli estranei, superando il blocco che il trauma da lei subito le aveva imposto per molti anni.

Forse è l'aspetto non giudicante dei rapporti di Ann con i suoi cani a spiegarne in parte il potere, nel senso che questi potrebbero aver offerto un contesto in cui le è stato possibile sfuggire parzialmente allo sguardo del giudizio normalizzante e a quelle altre forme del potere moderno (Assaggi n. 5 e n. 3)– aprendo così nuove strade per definire delle storie alternative della propria vita.

Di recente, Peter ha tenuto una cerimonia di definizione (vedi assaggio 5) per Ann, con due testimoni esterni umani, per offrirle una sede in cui potesse trovar riconoscimento la significatività del suo rapporto con Ted, e per dare ulteriore spessore alla sua storia identitaria preferita. In questa cerimonia, uno dei testimoni esterni (Sarah) si era sentita attratta dal modo in cui Anna era riuscita a condividere Ted con la sua famiglia, in un processo che Ann aveva chiamato “lasciarlo andare”.

Il fatto che Anna potesse condividere il suo cane con altri risuonò rispetto ad una preoccupazione corrente di Sarah. Il suo fidanzato si era recentemente trasferito da lei, portando il suo gatto. Aveva vissuto con il gatto molto a lungo, era molto legato e non aveva mai condiviso il suo gatto con qualcuno prima di allora. Ann dette il permesso a Sarah di raccontare al suo fidanzato della sua storia di condivisione dell'animale nel contesto familiare. Dopo la sessione Sarah parlò con il suo fidanzato e in seguito scrisse ad Ann per ringraziarla di ciò che la partecipazione alla seduta le aveva reso possibile fare. Il gatto stava diventando ben integrato nel loro nuovo rapporto di coppia.

Vedete come questo esempio mostra le due direzioni in cui funziona la risonanza, quello per cui è possibile riportarla a diffondersi nella comunità, e quello in cui aiuta le persone al centro delle nostre conversazioni a riportare alla vita il proprio potere e riprendere il filo della propria vita.?

Verso l'assaggio n. 9 – Cerimonie di definizione

Come le conversazioni di ri-membranza, le **cerimonie di definizione** sono dei “rituali che danno riconoscimento e ‘ri-valorizzano per così dire, le vite delle persone e in tal modo si pongono in opposizione ai tanti rituali della società contemporanea in cui le vite delle persone vengono giudicate e degradate” (2007, 165). L'idea di cerimonia “connota” la “performance di significato” che ciò comporta e le risonanze che si trasmettono avanti e indietro fra tutti coloro che vi partecipano. Ognuna delle cose che vengono condivise viene ricollegata alle particolari espressioni della persona al centro della cerimonia, dando così un fondamento alle risposte degli altri e mettendola in grado di sentire di aver dato un contributo alla vita di altre

persone, che a volte inizialmente erano per lei degli estranei. White ha affermato che questa è la “tecnica terapeutica più potente del mondo...” (Laboratorio di tre giorni, Kristiansand, Norvegia, giugno 2007).

Spesso le persone coinvolte nelle cerimonie di definizione sono il cliente, il terapeuta e i testimoni esterni. Ma va sottolineato che le cerimonie di definizione escono dal setting formale della terapia fino a includere l'intera comunità (Yuen & Denborough, 2007). Può esservi un solo testimone esterno, o possono esservene molti, e possono essere amici, familiari, altri clienti o persone del tutto estranee. Il loro ruolo è quello di dar luogo a una “rinarrazione” delle storie del cliente. I testimoni esterni possono allora intervistarsi l'un l'altro utilizzando un insieme abbastanza strutturato di domande, che contribuisca ad assicurare che anche persone completamente nuove alle idee narrative rimangano centrate sulla vita del cliente. Per chi ha familiarità con la terapia familiare è possibile considerare i testimoni esterni come una sorta di “equipe di discussione”, appositamente preparata in anticipo per svolgere il proprio ruolo, che è nettamente differente dal ruolo che questi team svolgono in altri tipi di terapia familiare.

Peter Ord ha utilizzato cerimonie di definizione con alcuni uomini che avevano in gran parte perduto il proprio senso di agenzia personale e il senso del proprio collegamento con gli altri. È quel che ha fatto, ad esempio, nel corso del lavoro terapeutico con James e Edward (i nomi sono fittizi), due uomini di rispettivamente 29 e 39 anni. Sia James che Edward vivevano in grande isolamento, ma Peter percepì che le vite di questi suoi due clienti erano in qualche modo connesse. In particolare, a colpirlo fu il fatto che entrambi sembravano credere in una *forte etica della vita collettiva*, e che entrambi, nelle loro terapie individuali, sostenevano il valore della *differenza* e della *diversità*. A suo avviso, le esperienze di sofferenza vissute da James come da Edward erano almeno in parte dovute alla violazione di questi valori collettivi: essi vivevano infatti in una comunità in cui la vita collettiva sembrava essere andata in pezzi, sostituito da forme di discriminazione e, per loro due, di marginalizzazione.

Nessuno dei due si sentiva in grado di esprimere la propria insoddisfazione all'interno del proprio gruppo o in qualche ambito sociale più vasto, e quindi Peter utilizzò una cerimonia di definizione per dar loro un modo di far sentire e riconoscere i loro valori e le loro opinioni.

All'inizio, James sentiva che la presenza di un “estraneo” (Edward) lo avrebbe messo a disagio; tuttavia accettò di video-registrare una seduta individuale da far vedere in seguito a quella persona a lui sconosciuta. Questo può essere un esempio di un modo meno minaccioso di creare il “pubblico” di cui questo approccio ha bisogno. In seguito, quando James accettò la presenza del testimone esterno, lui ed Edward finalmente si incontrarono.

L'aspetto notevole di questo esempio sta nel fatto che fu proprio nel ruolo di testimone esterno che Edward visse il più profondo punto di svolta della propria terapia. Dopo la cerimonia, Edward si rese conto che questo era avvenuto perché durante il suo svolgimento si era reso conto che lui e James

Nove assaggi di pratiche narrative

avevano subito la stessa marginalizzazione, e ciò era stato per lui di grandissimo sollievo rispetto alla sua precedente sensazione che il problema fosse dovuto a un proprio immutabile difetto personale (Assaggio n. 5).

Dopo la cerimonia, James ed Edward decisero di dare un seguito al loro rapporto, scrivendo in collaborazione una lettera a un giornale locale in cui esprimevano le proprie opinioni sui mutamenti avvenuti nella comunità in cui vivevano; una lettera che rifletteva inoltre il modo in cui le loro identità preferite avevano trovato forza nei valori da loro condivisi. In questo esempio, spero, si vede bene come mai cerimonie di definizione e ri-membranza occupino un posto di primo piano nel lavoro e nella considerazione di Michael White.

Siamo, paziente lettore, quasi giunti alla fine. Vale la pena di ricordare, però, che nell'ultimo libro pubblicato nella sua vita, Michael White volle ulteriormente sottolineare il ruolo della cerimonia di definizione nel produrre quella che chiamò **katharsis**. Lo scriveva in questo, modo, alla greca, perché sembra che siano stati i drammi dell'antica Grecia i primi a possedere questo potere: trasportare tutti in un altrove della propria identità come risposta all'esser stati testimoni dei drammi espressi nelle vite dei clienti (2007, 195). E spesso ci si trova ad esser trasportati in maniere che non sarebbero state prevedibili. Sembra di poter dire che il modo in cui James ed Edward portarono la loro cerimonia di definizione un passo più avanti, ponendosi l'obiettivo di realizzare e completare un intervento sul giornale che era un esempio di quel che White chiamava l'**estensione della performance della katharsis** (2007, 199). In questo lavoro, Peter Ord e i suoi tanti colleghi impegnati nelle pratiche narrative cercano oggi di aprire degli ulteriori nuovi filoni nella pratica narrativa. E Michael, nel suo desiderio di dar vita a una cosa di cui non rivendicava in alcun modo la proprietà e per cui non chiedeva alcuna fedeltà a un sistema di credenze prefissate, avrebbe senz'altro dato il suo viatico verso il futuro a tutti questi tentativi.

Questa introduzione si è aperta con le parole di Elsa Morante sull'importanza della storia che noi narriamo a noi stessi a proposito di noi stessi. Non sono affatto certo che Michael abbia mai letto il libro, ma voglio qui onorare la sua vita tornando a esprimere la stessa idea, ma questa volta con le parole dello stesso Michael:

...la metafora narrativa suggerisce che le persone vivano le loro vite mediante le storie – che queste storie diano forma alla vita, ed abbiano effetti reali e non immaginari – e che siano queste storie a dare alla vita la sua struttura. (White in Epston & White, 1992, p. 123)

Bibliografia e commenti

Basaglia, F. (1968) *L'istituzione negata*. Baldini Castoldi Dalai

Basaglia, F. (1981a) *Scritti vol. 1: 1953-1968: Dalla psichiatria fenomenologica all'esperienza di Gorizia*. Einaudi, Torino.

Basaglia F. (1981b), *Scritti vol. 2: 1968-1980. Dall'apertura del manicomio alla nuova legge sull'Assistenza psichiatrica*, Einaudi, Torino

Burr, V. (1995). *An Introduction to Social Constructionism*. London: Routledge.

Cecchin, G. (1987). Hypothesizing-circularity-neutrality revisited: an invitation to curiosity. *Family Process*, 26, 405-413.

Epston, D. & White, M. (1992). *Experience, Contradiction, Narrative & Imagination: Selected papers*. Adelaide: Dulwich.

Gonzo, M., Mosconi, A., Tirelli, M. (1999). *L'intervista nei servizi sociosanitari*. Milano, Raffaello Cortina Editore.

Mueller, N. (2001). 'Mr won't do it': narrative therapy at an English secondary school. Contributo presentato alla *Conferenza di terapia narrativa e lavoro di comunità*, Adelaide, 16 Febbraio. [disponibile via e-mail: nedm@btinternet.com]

Morante, E. (1974). *La Storia: Romanzo*. Torino: Einaudi.

Payne, M. (2000). *Narrative Therapy: an Introduction for Counsellors*. London: Sage. [Un testo chiaro e completo; e non solo per chi svolge attività di counselling. A un certo punto, ho avuto il privilegio di avere l'autore come supervisore professionale per le pratiche narrative, e a tutt'oggi è per un collega che gode di tutta la mia stima.]

Yuen, A & Denborough, D. (2007). Linking lives: towards collective narrative practices. Relazione presentata all' *8ª Conferenza di terapia narrativa e lavoro di comunità*. Kristiansand, Norvegia, 23 giugno 2007.

Walnum, E. (1997). Sharing stories: The work an Experience Consultant. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 2, 3-9.

White, M. (1992). *La terapia come Narrazione. Proposte cliniche*, Roma Astrolabio

White, M. (1995). *Re-authoring Lives: Interviews and essays*. Adelaide: Dulwich. [Nel corridoio di un albergo un anno, forse a Liverpool, ricordo di aver sentito una donna chiedere a Michael quale dei suoi libri offrissi il miglior panorama complessivo delle sue idee. Come sempre, lui si prese un momento di riflessione e poi le suggerì questo libro. Poi i suoi occhi incontrarono i miei, ed io segnalai il mio appassionato accordo annuendo

Nove assaggi di pratiche narrative

vigorosamente. Il formato del libro trasmette al lettore l'intensità etica con cui Michael White credeva nelle sue idee. Il libro contiene un capitolo di importanza cruciale per coloro che lavorano con persone che odono delle voci e un'altro sulle dipendenze. Qualunque altra cosa leggate, vi invito a leggere anche questo.]

White, M. (1997). *Narratives of therapists' lives*. Adelaide: Dulwich.

White, M. (2004). *Narrative Practice and Exotic Lives: Resurrecting diversity in everyday life*. Adelaide: Dulwich.

White, M. (2007). *Maps of Narrative Practice*. New York: Norton.

Riconoscimenti e Post-scriptum

Il 27 Febbraio del 2008 quando Michael White mi chiese per mail di preparare questa introduzione, si stava preparando per condurre il primo workshop di terapia narrative in Italia. Ho ancora il programma che mostra che avrebbe dovuto tenersi a Venezia fra il 1 ed il 7 Giugno. Come probabilmente sapete, la vita fisica di Michael finì ad Aprile di quell'anno anche se le sue idee ed il loro effetto sulla terapia continuano a crescere di anno in anno. Credo che il seminario si sia comunque svolto in sua memoria, condotto da Peggy Papp ed altri.

Nel corso dei nostri scambi di email su questa introduzione, come era usuale nelle nostre conversazioni, andavamo spesso fuori tema e discutevamo la nostra passione comune degli uccelli e di bird watching. Mi descriveva delle sue escursioni in bicicletta nelle colline di Adelaide nell'estate australiana, dove vedeva delle specie meravigliose.

Uno dei suoi preferiti era il Cacatua nero "lo scorso sabato mattina, mi sono avvicinato per guardare un paio di stormi". Ero meravigliato e sorpreso che aveva scelto uno uccello "parrochetto" per il suo nome email; per molti anni il mio nome email era stato "Skimmer" un riferimento allo Skimmer nero del mio stato natio il New Jersey. Mi rispose che aveva scelto "parrochetto" perché "pappagallo" era già stato preso.

Alle conferenze internazionali di terapia narrative qualche volta organizzavamo gruppi di terapeuti che andavano a fare bird watching. Ad Adelaide, questo includeva un viaggio lungo il fiume Murray, che ha incluso l'avvistamento della strana e meravigliosa anatra dalle orecchie rosa.

Avendo detto a Michael di questa fantastica anatra in una mail, che si è poi rivelata essere l'ultima le sue ultime parole di risposta furono:

"Starò attento a cercare l'anatra dalle orecchie rosa"

Saluti

Michael'

Nove assaggi di pratiche narrative

Lo ri-membro quindi anche come estensione del pensiero narrative alla de-cellularizzazione della vita e delle conversazioni ri-abilitative (estese da Alastair Duhs, 2003, alduls@ihug.co.nz). In qualche modo la consapevolezza dei terapeuti si focalizza quasi esclusivamente sugli interessi e le preoccupazioni della specie umana. Tale negligenza è molto miope. Non abbiamo più il lusso come terapeuti di ignorare la distruzione del mondo naturale. Non possiamo più fare finta che la salute ed il benessere della specie umana sia cellularizzata e disconnessa dal benessere del pianeta. Dobbiamo estendere la nostra supposta intelligenza emotiva al dolore della balena capodoglio e alla “volontà di vita” della foresta pluviale. Ma questa è ancora un altro assaggio narrativo che sta scivolando inavvertitamente, quindi mi fermo qui prima che nove diventano dieci!

Questa introduzione ha beneficiato del contributo di Peter Ord e Daria Kutzova. Grazie a entrambi. L'ultimo assaggio viene quasi interamente dalla penna di Peter.

Su invito di Michael, Daria ha scritto una introduzione parallela per la Russia. Avendo letto parti molto interessanti, sono curioso (Assaggio 2!) di leggerlo tutto, ma purtroppo riesco a “significare” (assaggio 4!) solo in Inglese! [detta in burla come sarebbe piaciuta a Michael].

Più recentemente Alessandra Pauncz , Annamaria Arlotta e Ayla Mueller hanno entrambe contribuito significativamente al rendere questa introduzione più leggibile in Italiano. Sono grato di questo.

Accoglierò con piacere le vostre risonanze e riflessioni sia in italiano sia in inglese: emueller23@gmail.com .

Traduzione di: Alfredo Tutino