

I miti familiari in un'ottica sistemica

17 dicembre 2018 Categorie: Famiglia Tag: benessere, famiglia, miti familiari



Lavorare con la famiglia è molto affascinante e allo stesso tempo molto complesso poiché si hanno davanti una serie di persone che ci danno contemporaneamente informazioni a livello individuale e che a loro volta sono il risultato di un processo personale che vanno ad essere parte di un tassello di quella famiglia. La famiglia diventa quindi la protagonista vista come unità sistemica con proprie caratteristiche diventando il vero e proprio cardine del progetto terapeutico. È importante vedere la famiglia come un sistema relazionale costituito da una o più unità in collegamento tra di loro e dove al cambiamento di una unità farà seguito il cambiamento dell'intero sistema. Così ogni tipo di tensione, sia interna che esterna, verrà a gravare sul sistema del funzionamento familiare e richiederà un processo di adattamento, una trasformazione costante delle interazioni familiari capace di mantenere la continuità della famiglia da un lato e di consentire la crescita dei suoi membri dall'altro. Quando abbiamo davanti un sistema familiare ciò che non possiamo ignorare sono le credenze a cui esso attinge, ossia i significati che vengono trasmessi a quel sistema dalle generazioni precedenti. Tutto ciò quindi ci consente di parlare di una propria *"identità culturale"* caratteristica solo di quella famiglia costituito da un insieme di valori ideo-affettivi ripetuto e modellato nel tempo da più generazioni e riguardanti comportamenti e aspettative che caratterizzano l'esercizio dei ruoli (che significa ad esempio essere padre, madre, figlio in quella famiglia) sia come affrontare determinati eventi significativi (matrimoni, nascite, lutti ecc). Ogni famiglia ha i suoi miti che vengono tramandati da generazioni in generazioni attraverso storie familiari, leggende e credenze che contribuiscono a creare il senso di identità della famiglia stessa. Il mito custodisce i tabù inconfessabili, i valori irrinunciabili e le promesse in attesa di essere onorate. **Il mito familiare diviene la colonna portante del senso d'identità di ciascuna famiglia e del senso di appartenenza di ciascun membro ad essa: rappresenta una sorta di lente attraverso la quale ogni famiglia guarda se stessa e la realtà circostante.**

Secondo Maurizio Andolfi, piuttosto che dalla storia e dalla cronaca il mito familiare nasce dai "buchi" ossia si basa sulla incompletezza dei fatti e dà loro spiegazione. L'immaginazione creatrice riempie così i buchi della realtà introducendo domande sui temi esistenziali. Nel mito coesistono allora degli elementi reali ed altri immaginari che contribuiscono alla costruzione di realtà. Al contrario della storia quindi il mito non è esplicitato, ma "vissuto" dai membri della famiglia. Un elemento importante nel mito è il fattore tempo. Esso ha comunque un significato di "normalità" se può evolvere con i cambiamenti che avvengono nella famiglia adattandosi alla nuova realtà mentre diventa disfunzionale se rimane fermo nel tempo in una realtà cristallizzata.

Byng-Hall nel libro *“Le trame della famiglia”* individua quattro elementi che costituiscono le storie familiari ed entrano a far parte della mitologia:

1. *Racconti o aneddoti familiari*: sono storie raccontate per divertimento, con un eroismo spesso esagerato rispetto alla realtà, gli eroi sono sempre ad un passo dalla catastrofe.
2. *Fiabe o storie di copertura*: episodi inventati e presentati come realtà, è qualcosa che può essere fatto anche consapevolmente, per esempio per giustificare un evento negativo tenuto segreto o le fantasie ad esso collegate, non sono più distinguibili dal mito e determinano il comportamento della famiglia o di un membro della stessa.
3. *Segreti familiari*: sono fatti che vengono comunicati in privato con preghiera di non fare parola con nessuno, ma ognuno la trasmette ad un altro componente della famiglia, così diventando di dominio pubblico, legando però confidente e ascoltatore in una coalizione nascosta.
4. *Leggende familiari*: storie esagerate e molto pittoresche che vengono tramandate di generazione in generazione. Probabilmente sono racconti orali che comunicano le regole e gli obblighi della vita familiare. Sono modellate dal narratore e rispondono alle esigenze omeostatiche della famiglia in modo che le modifiche involontarie del racconto siano consone con le credenze attuali della famiglia.

Che funziona ha il mito familiare?

Ferreira, nei suoi primi lavori aveva soprattutto insistito sulla funzione difensiva del mito, difesa contro il cambiamento visto come “minaccia”. Il mito familiare è il risultato dello sforzo di dare coerenza ai riti, di collegarli in una struttura unificante, esprimendo i valori in essi presenti in una forma condivisa da tutti. In altre parole, è sul mito familiare che ogni membro ha costituito la propria identità. Il mito dà ad ognuno il suo posto e ruolo nella famiglia e nella società, ma se il tempo si ferma richiamando ad un patto di lealtà al sistema familiare allora succede che bloccano le potenzialità evolutive dove la omeostasi è conservata a tutti i costi anche a prezzo di uno sviluppo di un sintomo del “singolo sacrificato” che è colui che soffre di più di questa assenza di cambiamento. Scrive Boszomenyi-Nagy in *“Psicoterapia intensiva della famiglia”*: *“L’esistere e il perpetuarsi di miti familiari condivisi prova che i membri della famiglia son stati costretti ad accettare certe assegnazioni di ruolo come oggetti per mantenere in vita e al tempo stesso mascherare i sottostanti e più profondi sistemi della famiglia”*.

L’uso del mito familiare in terapia

Abbiamo visto il ruolo importante del mito familiare che a volte può creare la cristallizzazione. Secondo le osservazioni di Ferreira, in certe famiglie la richiesta di intervento terapeutico rappresenta un tentativo, per quanto estremo di mantenere uno *status quo* nelle relazioni familiari (richiesta indiretta al terapeuta è: salvaci senza cambiarci!). In queste famiglie la psicoterapia è un mezzo per rafforzare la stabilità delle loro relazioni. In questo caso è molto rischioso da parte del terapeuta attaccare il mito direttamente perché la famiglia si potrebbe coalizzare contro il terapeuta che diventa il nemico da attaccare. Come? le modalità potrebbero essere due:

– il rafforzamento della patologia del paziente designato che la funzione omeostatica del mito impone;

– il miglioramento (momentaneo ed apparente) del sintomo come “fuga nella guarigione” che inganna il terapeuta e rappresenta l’estrema realtà al mito attaccato apertamente.

Levick propone un intervento paradossale cioè una prescrizione di un compito a tutta la famiglia che per associazione simbolica ed atteggiamenti somatici evocati e facilitati l’espressione di sentimenti-emozioni negati al mito. Bagarozzi e Anderson come strategia terapeutica usano la metafora e la prescrizione terapeutica di rituali non verbali che forniscono alla famiglia nuovi comportamenti.

Bibliografia:

Andolfi M., (2009) *“Manuale di psicologia relazionale: la dimensione familiare”*. Accademia di Psicoterapia della Famiglia Editore.

Bagarozzi D.A., Anderson S.A. (1982) *“The evolution of family mythological systems: consideration for meaning, clinical assessment and treatment. Journal of psychoanalytic anthropology”*, n.5, pp.71-8

Boszormenyi-Nagy I., Framo J. L., (1997) *“Psicoterapia intensiva della famiglia”*. Bollati Boringhieri, Editore.

Byng-Hall J.(1979), *“Re-editing family mythology during family therapy. Journal of Family Therapy”*, vol.I, pp. 103-106.

Ferreira A.J. (1963), *“Family myth and homeostasis, Archives of general psychiatry”*, n.9, pp.457-461