

## Il linguaggio dell'ipotesi: lo strumento psicologico dell'uomo

George A. Kelly  
*Ohio State University*

Per circa tre secoli l'uomo anglosassone ha lavorato duramente partendo dall'assunto piuttosto fuorviante che la conoscenza venga trasmessa attraverso i sensi. Questa era l'importante idea di John Locke nel 1690. Esprimendola, Locke ha fornito un lavoro preparatorio fondamentale sia per la moderna psicologia sperimentale che per l'audace empirismo di Sigmund Freud. Ma le grandi idee, come i grandi uomini, qualche volta finiscono per bloccare proprio il progresso cui avevano così coraggiosamente dato inizio.

Così, anche dopo una lunga esperienza psicoterapeutica, la maggior parte di noi continua accanitamente a credere che la conoscenza che l'uomo ha dell'universo possa essere in qualche modo codificata all'interno di un sistema di segni, per poter poi essere trasmessa intatta ad un altro uomo attraverso i sensi. Il sistema di segni viene spesso chiamato "linguaggio". Infatti, il termine psicologico usato da Pavlov per indicare il "linguaggio" era semplicemente "il secondo sistema di segni"; ed è interessante notare a questo riguardo che oggi molta dell'educazione, della psicoterapia, e della riabilitazione dei prigionieri nell'Unione Sovietica – così come la temuta routine del "lavaggio del cervello" – è presumibilmente diretta all'installazione di un sistema di segni accuratamente sintonizzato per la ricezione non distorta dei messaggi.

Tuttavia, nonostante i sensi, stiamo arrivando finalmente a renderci conto del fatto che il linguaggio occupa una posizione enigmatica e paradossale tra l'uomo e le sue circostanze. Da una parte, è uno strumento che usa per rappresentare le sue circostanze, e, dall'altra, esso può interpersi come compromesso fra tenere fantasie e dure realtà. Permette all'uomo di capire ciò che accade attorno a lui, ma è ugualmente utile per aiutarlo ad allontanare dalla mente ciò che ha paura di comprendere. Fornisce sia la sensibilità per seguire sottili eventi che la rigidità per resistere alle marea delle faccende umane. È un veicolo per comunicare con altri uomini, ma spesso funziona efficacemente quando vogliamo distorcere le comunicazioni che gli altri cercano di avere con noi.

In nessun campo come quello della psicologia questi impieghi contraddittori del linguaggio sono più evidenti. Un genitore, per esempio, può usare il linguaggio per ottenere qualche conoscenza della mente del bambino; ma può anche impiegare delle etichette diagnostiche e delle razionalizzazioni verbali per evitare di rimanere invischiato nella magia delle percezioni infan-

tili. Lo psicologo sperimentale spesso tradisce la sua ambivalenza sul fatto di avere una comprensione profonda di altre persone erigendo un complesso sistema di categorie fra se stesso e i suoi soggetti. Anche uno psicoterapeuta può adoperare interpretazioni verbali dei commenti del suo cliente per evitare di rimanerne intrappolato.

Questa sera vorrei parlare del linguaggio in un senso molto particolare. Vorrei parlarne come di uno strumento umano per anticipare gli eventi che stanno per accaderci. Questo vuol dire che non ne parlerò tanto come di un mezzo per rappresentare la realtà, o per proteggerci da essa, e nemmeno come di un mezzo di comunicazione fra le persone, quanto come di uno strumento per sondare il futuro e, nello stesso tempo, mantenere la nostra compostezza di fronte al flusso degli eventi.

Se dico che “il pavimento è duro”, impiego un sistema di linguaggio in cui la relazione soggetto-predicato è inerente al soggetto stesso. È il pavimento ad essere duro, e questa è la sua natura, indipendentemente da chi lo dice. L'affermazione sta in piedi non perché chi parla dice così, ma perché al pavimento capita di essere ciò che è. La validità della frase deriva dal pavimento e non da chi parla.

Confrontate questa visione con l'impiego fenomenologico del linguaggio in cui si presume che tale affermazione ritragga uno stato della mente di chi parla, e non rappresenti necessariamente niente di più. Mentre le forme del linguaggio comune non sono costruite così da designare specificamente questo tipo di interpretazione, la fenomenologia ha cominciato ad entrare nel pensiero almeno degli psicologi, e questo tipo di significato è molto meno difficile da comprendere e da accettare di quanto lo fosse venti o trenta anni fa. Inoltre, questo uso del linguaggio si è dimostrato di una qualche utilità nello scambio psicoterapeutico, sebbene molti psicologi siano scettici riguardo al suo effettivo valore e si sentano piuttosto a disagio quando cercano di impiegarlo.

Ma supponiamo di considerare la possibilità di usare il linguaggio in un terzo modo, né oggettivamente né fenomenologicamente. Supponiamo che i nostri verbi possano essere usati nel *modo invitazionale*; come a dire, supponiamo che un verbo, invece di essere usato nel popolare *modo indicativo* del linguaggio oggettivo, o in uno degli altri modi riconosciuti dal nostro linguaggio – il *condizionale*, il *congiuntivo*, l'*imperativo* – possa essere usato in una forma tale da suggerire all'ascoltatore che potrebbe essere presa in considerazione una interpretazione in qualche modo nuova di un oggetto. Per esempio, potrei dire “Supponiamo di considerare il pavimento come se fosse duro”.

Se faccio un'osservazione del genere mi ritrovo immediatamente in una posizione interessante. L'affermazione lascia sia chi parla e sia chi ascolta non con una conclusione a portata di mano, ma in un atteggiamento di attesa; supponiamo di considerare il pavimento come se fosse duro: e adesso? Un verbo impiegato nel modo invitazionale, assumendo che il nostro linguaggio avesse un modo del genere, avrebbe l'effetto di orientare la persona verso il futuro, non solo verso il presente o verso il passato. Preparerebbe la scena per la previsione di ciò che ne consegue. Suggestisce che il pavimento è aperto ad una varietà di interpretazioni o costruzioni. Invita chi ascolta ad affrontare le circostanze – in questo caso il pavimento – in modi nuovi. Ma più ancora, suggerisce che la visione del pavimento come qualcosa di duro non ci viene imposta dall'esterno, né è tagliata fuori da prove esterne, come sarebbe una proposizione fenomenologica, ma è una visione che può essere seguita, verificata, abbandonata o riconsiderata in un secondo momento. “Supponiamo di considerare il pavimento come se fosse duro; che cosa ne consegue, e cosa ce ne facciamo?”.

Verso la fine del secolo scorso un filosofo tedesco, Hans Vaihinger, cominciò a sviluppare un sistema filosofico che chiamò la “filosofia del ‘come se’”<sup>1</sup>. In esso Vaihinger offrì un sistema di pensiero in cui Dio e la realtà possono essere meglio rappresentati come paradigmi. Questo non vuol dire che sia Dio che la realtà siano meno certi di qualunque altra cosa nel dominio della consapevolezza umana, ma solo che tutte le questioni che si pongono all’uomo potrebbero essere considerate in modi ipotetici. In qualche misura, suppongo, sto suggerendo che la posizione di Vaihinger ha un particolare valore per la psicologia<sup>2</sup>. Almeno, portiamo avanti il discorso, che probabilmente è proprio ciò che Vaihinger avrebbe proposto che facessimo.

### La finzione come caratteristica essenziale della scienza

Spesso la scienza viene intesa dagli studenti come un modo per evitare giudizi soggettivi e per giungere ai duri fatti della realtà. Io invece suggerisco che l’evitamento della soggettività non è il modo per giungere alle dure realtà. Il pensiero soggettivo, piuttosto, è un passo essenziale nel processo che lo scienziato deve seguire per cogliere la natura dell’universo. Vediamo se riesco a chiarire questo punto.

Quando conosciamo, o pensiamo di conoscere qualcosa, costruiamo delle frasi su questo qualcosa, usando verbi nel modo indicativo. Ne parliamo in modo che appaia oggettivo. Tuttavia la scienza tende a progredire prendendo in considerazione affermazioni che appaiono inizialmente assurde. Molto spesso ciò viene fatto in segreto, e lo scienziato è molto attento a non far sapere alle persone che cosa sta immaginando finché non ha accumulato qualche prova a sostegno della sua posizione. Dopo aver trovato un punto d’appoggio nelle prove può affermare, naturalmente, di essere stato semplicemente un attento osservatore e che, essendo un attento osservatore, ha “scoperto” qualcosa. Ma a meno che non sia stato disposto, in qualche punto della sequenza, ad aprire la sua mente a possibilità contrarie a ciò che veniva considerato perfettamente ovvio, non avrebbe potuto arrivare a niente di nuovo.

Il romanziere inizia la sua esplorazione del mondo in un modo molto simile; ma ci sono due differenze tra lui e lo scienziato: è più disposto a confidare la sua finzione, anche a pubblicarla, ed è disposto a posporre l’accumulazione di prove fattuali atte a sostenere la genericità dei personaggi e dei temi che ha narrato.

---

<sup>1</sup> Vaihinger, H. *The philosophy of ‘as if’: a system of the theoretical, practical and religious fictions of mankind*. Trans. C. K. Ogden. London: Routledge & Kegan Paul, 1924 (trad. it. *La filosofia del ‘Come se’*. Roma: Astrolabio-Ubaldini, 1967 [N.d.T.]

<sup>2</sup> Chi scrive è in debito con il Dott. H. L. Ansbacher per aver richiamato la sua attenzione sull’importante fatto che Alfred Adler, che aveva studiato Vaihinger e colto il significato psicologico della filosofia del “come se”, considerava nozioni come “inconscio” e “complesso d’inferiorità” come invenzioni anziché come scoperte.

Nel 1937 Adler scrisse: “Io, io stesso, come inventore del ‘complesso d’inferiorità’, non ho mai pensato allo stesso come ad uno stato d’animo, sapendo che non è mai stato nella coscienza o nell’inconscio del paziente, ma solo nella mia coscienza, e l’ho usato piuttosto come rivelazione così che il paziente potesse vedere il suo atteggiamento nella giusta coerenza.” (Psychiatric aspects regarding individual and social disorganization. *Amer. J. Sociol.*, 1937, 42, 773-780).

La filosofia della scienza di Adler differiva quindi nettamente da quella di Freud, il quale, nella tradizione del diciannovesimo secolo che si va ormai spegnendo, considerava l’impresa scientifica come uno sforzo per scoprire particelle di verità o per svelare cose finora nascoste nella mente.

Tuttavia nessuna di queste differenze tra il romanziere e lo scienziato è davvero fondamentale. Entrambi impiegano nondimeno tattiche tipicamente umane. Il fatto che lo scienziato si vergogni di ammettere le sue fantasie probabilmente permette solo di far sembrare che rientri nell'idea popolare del modo in cui gli scienziati pensano; e il fatto che un romanziere non porti avanti il suo progetto fino al punto da raccogliere dati a sostegno delle sue raffigurazioni e delle sue generalizzazioni suggerisce solamente che egli spera che le esperienze dell'uomo dimostreranno alla fine che ha ragione senza dover ricorrere a prove formali.

È probabile tuttavia che lo scienziato brillante e lo scrittore brillante finiscano per dire la stessa cosa (dato, naturalmente, molto tempo affinché convergano l'uno con l'altro). Il mediocre scienziato e il mediocre scrittore, inoltre, falliscono in modo molto simile: nessuno dei due è capace di trascendere l'ovvio. Entrambi falliscono nelle loro finzioni.

### **La finzione come modo per far fronte alla minaccia**

Sono poche le esperienze nella biografia di un uomo più dolorose di quella di sentirsi totalmente confusi. Quanto la persona trovi inquietante questa confusione nella sua vita dipende in qualche modo dall'area nella quale la esperisce. Per esempio, non mi disturba molto che uno studente dica cose che non riesco a capire: sono abbastanza abituato a questo. Ma quando mia moglie comincia a dire cose che non riesco a capire avverto la sensazione che il mio mondo stia cominciando ad oscillare sul suo asse. E quando io stesso comincio a dire cose che non riesco a capire è probabile che io diventi completamente sconvolto. Di fatto, però, tutte queste esperienze portano alla stessa cosa: più profondamente la confusione entra nella mia vita, più divento allarmato.

Tuttavia quasi tutto ciò che è nuovo ha inizio in qualche momento di confusione. In effetti, ora non riesco ad immaginare come potrebbe essere altrimenti; ma questo non vuol dire che la confusione serve sempre a produrre qualcosa di nuovo. Può avere anche l'effetto opposto, specialmente se la persona trova la confusione così intollerabile da ritornare ad una interpretazione più vecchia di ciò che sta accadendo. Qui sta l'elemento di rischio per la persona che si avventura nella confusione allo scopo di creare qualcosa: può finire per regredire per poter controllare il panico.

Ma c'è un'altra fase nel processo creativo che sta a mezza strada tra la confusione che cerchiamo di scacciare cercando o qualcosa di nuovo o regredendo a qualcosa di vecchio, e la visione strutturata di ciò che ci circonda che ci fa pensare di saperla lunga: è quel momento di transizione in cui la confusione è stata in parte chiarita e noi intravediamo ciò che sta emergendo, ma insieme a questo ci troviamo davanti alla cruda comprensione che saremo profondamente colpiti se continuiamo sulla stessa rotta. Questo è il momento della minaccia; è la soglia tra la confusione e la certezza, tra l'ansia e la noia. È esattamente in questo momento che siamo più tentati di tornare indietro.

Concentriamoci su questo momento della minaccia, o su questi momenti di minaccia, nella vita dell'uomo. Lasciatemi suggerire che se potessimo trovare un modo per aiutare l'uomo a superare questo tipo di crisi lo avremo aiutato in uno dei modi più importanti immaginabili. È qui che possiamo usare quella parte del linguaggio dell'ipotesi che ho chiamato "modo invitazionale". Invece di insistere che le vecchie verità stanno per lasciare il passo a nuove verità, e che stiamo passando da un indicativo ad un altro, possiamo assumere la prospettiva che non è la verità che sta cambiando, ma piuttosto che stiamo cercando di esplorare le possibilità di un nuovo approccio alla verità. "Supponiamo di considerare il pavimento come se fosse duro". Ci avviciniamo alla verità attraverso la porta della finzione.

Probabilmente niente ha contribuito tanto all'avventuroso sviluppo del pensiero scientifico quanto la comprensione del ragionamento ipotetico. Un'ipotesi non deve essere affermata come un fatto, perché se lo fosse finirebbe immediatamente di servire al suo scopo. Non ha nemmeno bisogno di essere considerata come una deduzione, anche se alcuni scienziati, ancora facilmente imbarazzati ad essere sorpresi nei loro momenti irrealistici, preferiscono limitarsi a ciò che chiamano metodo ipotetico-deduttivo; questo almeno li fanno apparire razionali, se non realistici.

L'aspetto che deve essere sottolineato, mi sembra, è che l'ipotesi serve a rendere sostenibile una conclusione non realistica, o sostenibile per un periodo di tempo sufficiente perché la persona possa seguirne le implicazioni *come se* fosse vera. Il fatto che venga considerata come un'ipotesi, e solo come un'ipotesi, ha una grande importanza psicologica nell'uomo, perché gli permette di superare il suo momento di minaccia. Si tratta, dopo tutto, solo di una finzione.

### **Ipotesi per lo psicologo, il cliente e lo specializzando**

Passiamo ora dalle astrazioni a certi problemi della psicologia. Si suppone che sia un bene che gli psicologi si comportino come degli scienziati, e molti di noi, temo, passano più tempo ad agire come scienziati che a cercare di comprendere le persone. Supponete che, invece di cercare di applicare i metodi scientifici (così come li conosciamo) ai problemi psicologici, ci imbarcassimo in un'impresa completamente diversa: supponete di cercare di comprendere la psicologia della ricerca scientifica.

Ho accennato cosa una indagine del genere potrebbe comprendere: il timore della confusione, l'ostacolo che lo scienziato si trova di fronte al momento della minaccia, il ruolo psicologico dell'ipotesi, e il possibile impiego di verbi in un modo invitazionale. Ho anche suggerito che le persone che si atteggiano a scienziati hanno molta paura di essere sorpresi a fare qualcosa che non viene considerata scientifica, specialmente se ciò che fanno ha a che fare con il loro campo professionale. Sospetto che sarebbe molto traumatizzante per molti dei nostri colleghi se venisse seriamente suggerito loro che potrebbero smetterla di cercare di essere scientifici e portassero avanti il compito di comprendere l'uomo. Tuttavia sono sicuro che tale abbandono di ciò che ora conosciamo come "scienza" sarebbe alla fine una cosa buona sia per la psicologia che per la scienza. Infatti sospetto che mano a mano che i risultati cominciassero ad essere conosciuti la setta del Sigma Xi<sup>3</sup> non potrebbe che essere molto felice di dichiarare la psicologia una "scienza di base".

È da molti anni che sono colpito dalle somiglianze fra l'attività della psicoterapia e quella della ricerca. Le difficoltà che il cliente sembra affrontare nella sua esperienza psicoterapeutica sembrano molto simili a quelle che lo specializzando trova più frustranti. Lasciate che lo dimostri.

Entrambi hanno difficoltà a formulare delle ipotesi verificabili e, anche quando lo fanno, esitano a definirle sperimentalmente. A volte sembra che abbiano timore di verificarle per paura che vengano disconfermate, anche se spesso sospetto che temano che la prova possa *confermare* le ipotesi e di essere quindi minacciati da un nuovo insieme di verbi, tutti usati, naturalmente, nel modo indicativo. Una persona, nel suo ruolo di scienziato o nel suo ruolo di pazien-

---

<sup>3</sup> Sigla della *Scientific Research Society*, che oggi conta tra i suoi membri circa 60.000 scienziati. [N.d.T.]

te, può essere minacciata dallo scoprirsi sull'orlo di un cambiamento di prospettiva, anche se questo può essere considerato gratificante.

Inoltre, sia nel cliente che nello specializzando il rimedio sembra risiedere nell'osservare che in fondo quella che viene verificata è solo un'ipotesi. La verità ultima, è importante riconoscere, risiede ben al di là dell'esperimento immediato. È quando lo studente realizza questo che comincia a sentirsi più a suo agio nell'investire i suoi sforzi in qualcosa di meno importante di un capolavoro e può ottenere qualche soddisfazione facendo progressi anziché raggiungendo un importante obiettivo. La stessa cosa vale per il cliente. Ciò che è, o ciò che sta per diventare, non sta in piedi né cade per ciò che fa oggi o che farà domani; ha solo bisogno di fare qualche progresso, non di trasformare tutt'assieme la sua vita in uno stato finale di perfezione.

Probabilmente non c'è niente di più eccitante nell'intero campo della psicologia clinica dell'idea che le persone in difficoltà possono esprimere i loro problemi nel linguaggio dell'ipotesi, e che si possa pensare usando i verbi nel modo invitazionale, anche se il nostro linguaggio non ha una forma strutturale per designare tali verbi. Un cliente che si consideri vittima di una sfortunata gioventù può, naturalmente, mobilitare ogni sorta di prove per sostenere questa conclusione. Può parlare di sé oggettivamente, mettendo in ordine seduta dopo seduta le prove che sostengono il modo indicativo dei verbi che usa nel descriversi.

Fintanto che va avanti in questo modo è probabile che rimanga *immobilizzato*. Se vogliamo, possiamo chiamarla intellettualizzazione da parte del cliente, ma, qualunque cosa sia, la prospettiva che esprime gli appare realistica. Qualche volta cerchiamo di rompere la rigida modalità della sua percezione di sé invitandolo ad essere incoerente, come nei tentativi di allentamento spesso usati dagli psicoanalisti. Dalla confusione che ne consegue può venire qualche nuova costruzione di sé e delle sue circostanze, in particolare del suo futuro. Ma la confusione è ansia, ed egli *può* semplicemente regredire. In effetti certi pazienti sembrano regredire verso costruzioni più primitive quando vengono allentati psicoanaliticamente.

Qualche volta lo psicoterapeuta incontra la più forte resistenza proprio quando il cliente è sulla soglia di un nuovo importante insight. Questo è, naturalmente, il momento della minaccia che ho menzionato in precedenza; e, naturalmente, ci sono molti altri ostacoli da superare in psicoterapia che hanno il loro parallelo in altre forme di imprese umane, come nell'arte e nella scienza.

## **La psicologia clinica come scienza pura**

Suppongo che questo sia un momento buono come un altro per dire che io ho molto poco interesse per la psicologia applicata, e questo perché penso che la psicologia clinica sia così importante! Uno scienziato applicato usa i suoi verbi nel modo indicativo, mentre lo scienziato puro usa il modo invitazionale. Lo psicologo dà il meglio di sé quando parla il linguaggio dell'ipotesi anziché imporre certezze psicologiche ai suoi clienti. Sfortunatamente ci sono molti psicologi – forse la maggioranza – che pensano di non doversi arrischiare ad usare il linguaggio dell'ipotesi quando parlano direttamente alle persone; si tratta, pensano, di un linguaggio da usare solo quando vengono trattate questioni più remote. Molti di essi si considerano psicologi sperimentali, o forse, per essere più precisi, come *gli* psicologi sperimentali; ma per me la situazione sperimentale più eccitante è la stanza della terapia, e il collega più stimolante nell'impresa della ricerca è il mio cliente.

Questo non vuol dire che trovi la psicoterapia un'esperienza sempre rassicurante e gratificante; talvolta lo è, ma il più delle volte è tutt'altro. Ho detto solo che è eccitante e stimolante.

Io e i miei clienti attraversiamo alcuni momenti difficili insieme. Ci troviamo entrambi intrappolati dall'errore soggetto-predicato del linguaggio cosiddetto oggettivo; proviamo entrambi confusione, o *ansia* se preferite un termine tecnico, nella quale diventiamo un po' spaventati dalla nostra incoerenza. Qualche volta da questa confusione nasce qualcosa di nuovo; qualche volta regrediamo soltanto.

Naturalmente posso affermare risolutamente che soltanto al mio cliente, non a me, sarà consentito di rischiare la confusione, e talvolta lo faccio. Nessuno di noi può tollerare molto caos in un solo momento. Ma se io insisto a non rischiare la minima confusione in me stesso, non imparo niente. Sono solo uno psicologo applicato. Senza rischiare la confusione, senza avventurarsi occasionalmente in pensieri insensati, non arrivo a comprendere il mio cliente, posso solo fargli una diagnosi e scambiare le mie "interpretazioni" con l'esperienza genuina di conoscerlo.

Naturalmente posso rendermi la vita più facile trincerandomi in qualche ortodossia e, attraverso ripetute e pazienti interpretazioni, addestrando il mio cliente a vedere le cose come le vedo io. Quando è d'accordo con me gli dico che ha un "insight" e quando non lo è gli dico che è "resistente": termini che derivano entrambi dal linguaggio oggettivo e dall'uso prestigioso del modo indicativo nel parlare di questioni psicologiche.

Ma la psicologia clinica non deve essere una disciplina applicata; può essere, nel senso migliore, perfettamente scientifica. E dicendo questo non intendo dire che lo psicologo clinico usa i suoi clienti come cavie inconsapevoli in un esperimento del quale non hanno alcuna responsabilità. Intendo dire che la psicologia clinica *può* essere scientifica nella stanza della terapia, che il cliente *può* essere – e correttamente è – un collega, e che il cliente e il terapeuta possono parlarsi nel linguaggio dell'ipotesi.

## La minaccia di un cambiamento profondo

Ma c'è qualcosa di più dell'ansia a dover essere incoraggiato ed usato produttivamente nella situazione psicoterapeutica. C'è la minaccia, l'esperienza che si verifica nel momento in cui siamo sull'orlo di un cambiamento profondo in noi stessi e possiamo vedere che cosa ci aspetta abbastanza bene da sapere che molto di ciò che ora siamo verrà abbandonato per sempre una volta che avremo fatto quel passo. È qui che il linguaggio dell'ipotesi può essere particolarmente utile, sia per lo psicoterapeuta che avverte il pericolo che la sua stessa esperienza con il cliente non lo lascerà immutato, sia per il cliente che può vedere che sta per invalidare molto di ciò che ha profondamente creduto per molti anni della sua vita. È a questo punto che diventa particolarmente utile dire: "Supponiamo – supponiamo soltanto – di considerare il pavimento come se fosse duro". Tranne che probabilmente diremo qualcosa come: "Supponiamo di considerare il suo capo come se fosse spaventato", o "Supponiamo di considerare le sue sensazioni come se fossero una difesa dal rischio di amare qualcuno".

Come ho detto in precedenza, il linguaggio dell'ipotesi ci invita a portare avanti il compito di comprendere la vita, di verificare, di valutare nuove esperienze, e di trarre profitto dagli errori, invece di essere sommersi dalla colpa nel realizzare che sono stati fatti. Nell'enunciare una nuova prospettiva sotto forma di ipotesi c'è qualcosa che lascia la persona stessa intatta e integra. Implica che l'essere ha una sua propria integrità e che noi lo avviciniamo, sia che si tratti di una verità sul mondo esterno che su noi stessi, attraverso successive approssimazioni, ciascuna delle quali è suscettibile di ulteriori esami. La verità, quindi, viene considerata come qualcosa in cui avventurarsi e che deve essere verificata, non come qualcosa che ci è rivelata tutta insieme da Dio o dalla natura, e neanche da uno psicoterapeuta.

Questo momento della minaccia, nel quale così tante imprese umane vengono abbandonate, non si trova esclusivamente in psicoterapia. Lo scienziato lo esperisce nella sua vita, e così fanno il romanziere e l'artista. Si tratta, senza dubbio, di ciò che gli esistenzialisti hanno in mente quando parlano del "balzo", anche se non pretendo di avere un'idea molto chiara di tutte le cose di cui gli esistenzialisti parlano.

Nella notte del 10 novembre, o poco dopo (i documenti non sono molto chiari) dell'anno 1619, Renato Cartesio ha fatto tre sogni. Nel primo sogno era uno zoppo che cercava rifugio in una chiesa; nel secondo sentiva dei tuoni e vedeva del fuoco; e nel terzo leggeva le parole "Che modo di vivere seguirò?", una citazione da un poema allora popolare. Forse più importante dei suoi pensieri onirici è l'idea che egli sosteneva li avesse preceduti. Quell'idea era che i metodi della geometria analitica potessero essere ampiamente applicati ad altre discipline: abbastanza da far fuggire una persona dentro una chiesa, potremmo supporre, ma allora Cartesio era una persona molto ben erudita le cui imprese intellettuali penetravano molto più in profondità della superficiale imitazione che passa di solito per cognizione, e, oltretutto, l'anno era il 1619. Cartesio era così sconvolto dall'idea di applicare le soluzioni della analitica geometrica ad un'ampia varietà di problemi umani da interrompere le sue ricerche e partire per un lungo viaggio, durato diversi mesi, allo scopo di sfuggire alla minaccia che si trovava davanti.

Cartesio era un uomo molto interessato alla realtà dell'esistenza: "*Cogito ergo sum*". Si sforzava, inoltre, di portare avanti le sue imprese intellettuali con l'uso esclusivo del linguaggio oggettivo. I tempi non gli potevano fornire un linguaggio dell'ipotesi, anche se era chiaramente consapevole di spiegazioni alternative per ciò che osservava e le sperimentava attivamente. Per lui, tuttavia, la sperimentazione era un modo per scoprire quale delle diverse spiegazioni fosse quella vera; non aveva sufficientemente raggiunto il punto in cui poter usare il linguaggio dell'ipotesi a proprio pieno vantaggio. Se fosse stato in grado di usarlo, avrebbe potuto risparmiarsi una quantità di disagi e forse avrebbe portato a termine alcune cose che anche la sua grande mente non era all'altezza di raggiungere. Anche un Cartesio può esperire il suo momento di minaccia e rimanerne sconcertato.

## **Essere sé stessi non è abbastanza**

In questi giorni si parla un bel po' dell'essere sé stessi. Si suppone che essere sé stessi sia salutare. Anche se è un po' difficile per me capire come uno potrebbe essere qualcos'altro, suppongo che con ciò si intenda dire che non ci si dovrebbe accanire a diventare altro da ciò che si è. A me sembra un modo molto noioso di vivere; infatti, sarei portato a sostenere che tutti quanti noi staremmo meglio se ci prefiggessimo di essere qualcos'altro da ciò che siamo. Beh, non sono sicuro che tutti quanti noi staremmo *meglio*; forse sarebbe più esatto dire che la vita sarebbe molto più *interessante*.

C'è un altro significato che potrebbe essere attribuito a questo monito ad essere sé stessi: che non si dovrebbe cercare di mascherarsi. Sospetto che questo significato sia più vicino a ciò che *gli psicologi* intendono quando sollecitano le persone ad essere sé stesse. Si presume che la persona che affronta il mondo in modo trasparente sia più spontanea, che esprima sé stessa più pienamente, e che abbia più probabilità di sviluppare tutte le sue risorse se non adotta dei travestimenti.

Ma questa dottrina della nudità psicologica nelle faccende umane, di cui si parla così tanto oggi e che non consente a sé né trucchi né maschere, lascia molto poco spazio all'immaginazione; né invita ad essere avventurosi. Sospetto, ad esempio, che nel Giardino dell'Eden sarebbe venuto in mente molto prima ad Adamo di provarci con Eva se solo lei aves-



se prestato un po' più di attenzione al suo guardaroba. A quanto pare ho sentito che dovette corromperlo con una mela. In seguito dicono che escogitò qualcosa di un po' più piccante con delle foglie di fico.

Ciò che sto dicendo è che non è tanto ciò che l'uomo è che conta quanto ciò che si arrischia a fare di sé stesso. Per fare il balzo deve fare qualcosa di più dello svelarsi; deve rischiare una certa quota di confusione. Quindi, non appena comincia ad intravedere la possibilità di un differente tipo di vita, deve trovare un modo per superare il momento paralizzante della minaccia, perché quello è l'istante in cui si chiede chi realmente è: se è ciò che è appena stato o è ciò che sta per essere. Adamo deve aver passato un momento del genere. Forse gli è capitato, come accade al moderno uomo anglosassone, di essersi trovato di fronte ad un dilemma avendo usato i suoi verbi nel modo indicativo, forzandolo così a rimanere sui corni del dilemma, rendendolo ambivalente, forse anche impotente.

A questo punto potrebbe essere utile farsi una domanda sui bambini a Halloween. Il ragazzino che bussa alla vostra porta nella notte del 30 ottobre, vestito nel suo costume e nascosto da una maschera, cantando "scherzetto o dolcetto, scherzetto o dolcetto", quel bambino, si sta *mascherando* o si sta *rivelando*? Non riesce ad essere spontaneo? Non è sé stesso? Qual è il bambino *reale*: il bambino dietro la maschera, o il bambino senza maschera che deve stare di fronte agli adulti dicendo "per favore" e "grazie"? Io sospetto che i costumi e le maschere indossati nel periodo di Halloween, così come le uniformi indossate dai funzionari in servizio, i gradi di dottorato, e gli altri mezzi che utilizziamo per evitare di essere visti come siamo, siano tutti modi che abbiamo per districarci nelle situazioni difficili nelle quali il linguaggio dell'oggettività ci ha messi. Rappresentano degli strumenti per far fronte al mondo nel linguaggio dell'ipotesi.

Ma le maschere hanno modo di appiccicarsi alle nostre facce quando indossate troppo a lungo. I verbi cessano di esprimere il modo invitazionale dopo che l'invito è stato accettato e l'esperienza ha lasciato il segno. Suggestire ad una persona di essere ciò che è già diventato non è più un invito. Capita così che l'uomo che ha indossato un'uniforme abbastanza a lungo da esplorare tutte le sue possibilità cominci a pensare di essere realmente un funzionario. Una volta che questo accade deve passare attraverso molto caos prima di poter fare qualcosa di più di sé stesso. Uno studente che consegue un Ph.D. può trovare un bel po' di avventura nell'essere chiamato "dottore" e la maschera accademica può permettergli di sperimentare con la sua vita in modi che sarebbero sembrati troppo improponibili prima che la sua tesi venisse accettata. Ma le difficoltà si presentano quando comincia a pensare di essere realmente un dottore, un professore, o uno studioso. Quando ciò accade dovrà passare molto del suo tempo a parlare a vanvera come i dottori, i professori o gli studiosi, con il risultato da quel momento in poi di non riuscire più a fare niente di interessante. Diventa intrappolato dai verbi che sono scivolati nel modo indicativo quando lui non stava guardando.

### **Dopo la conferma, cosa?**

Può sembrare che io stia promuovendo l'uso di un linguaggio nel quale niente viene mai confermato. In un certo senso questo è vero, lo sto facendo! Nel momento in cui troviamo praticabile considerare il pavimento come se fosse duro non ce ne allontaniamo lasciandolo duro, ma fissiamo su di esso una piccola nota che dice "ma forse è anche qualcos'altro"; o invece, "tornerò indietro più tardi per vedere".

Una delle esperienze più divertenti ma anche sconcertanti in psicoterapia è il modo in cui l'"insight" di oggi può diventare la "resistenza" di domani. Gli psicoterapeuti spesso fanno i

salti mortali per mantenere ciò che una volta hanno salutato come un significativo insight nell'analisi passo dopo passo del loro paziente. Poche settimane dopo possono ritrovarsi a dire "Ma questo non è proprio ciò che io pensavo che lei intendesse". Il terapeuta finisce per cercare di vestire l'insight del suo cliente per adattarlo alle circostanze e alla nuova fase nella quale essi – lui e il suo cliente – sono progrediti nella loro impresa comune; e prima che lo sappia, il suo dilemma lo ha indotto a dare una lezione al suo collega in modi in cui nessun terapeuta rispettabile dovrebbe fare. Se avesse considerato in primo luogo la nuova costruzione del cliente come un'ipotesi anziché come un insight, si sarebbe risparmiato una quantità d'ansia una volta diventato chiaro ad entrambi che la terapia deve muoversi verso altri livelli di costruzione. Inoltre, è precisamente a questo punto del processo psicoterapeutico che il linguaggio dell'ipotesi deve essere riutilizzato.

Rispetto a questo c'è più di un discorso di tattica in psicoterapia. È molto comune la convinzione da parte di persone che dovrebbero saperlo meglio di altre che si deve disconfermare una spiegazione prima che una persona osi considerare seriamente la possibilità di altre. Gli studiosi sprecano una gran quantità di tempo cercando di confutare ciò che altri hanno affermato allo scopo di fare spazio alle loro spiegazioni alternative. Se il pavimento è duro, realmente lo è, non mi metto a cercare di conquistare la prima base con l'idea della sua sofficietà. Quindi, sembra che io debba per prima cosa dimostrare che quelli che dicono che è duro hanno torto marcio. Si tratta di una terribile perdita di tempo, secondo me.

Supponiamo, invece, di impiegare il linguaggio dell'ipotesi. Diciamo, in sostanza, "Di sicuro il pavimento può essere considerato come duro, e sappiamo qualcosa di ciò che consegue quando abbiamo a che fare con esso alla luce di un assunto del genere. Non male! Ma vediamo ora che cosa accade quando lo consideriamo come soffice". Da questa ulteriore esplorazione può derivare non tanto una conferma che è realmente duro o che è realmente soffice, come Cartesio avrebbe ragionato, quanto una sequenza di fresche esperienze che invitano alla formulazione di nuove ipotesi. Per esempio, si potrebbe arrivare ad un'idea di relativismo, cioè a dire, il pavimento è più duro di alcune cose e più soffice di altre; o si potrebbe arrivare all'idea di proprietà, l'aspetto della durezza del pavimento e il suo aspetto di sofficietà; o si potrebbe arrivare a considerare la durezza non come un qualcosa che inerisce al pavimento, ma come una dimensione di valutazione utile per comprendere i pavimenti. Da questa posizione potrebbe lanciarsi ad architettare le nozioni di resilienza e di plasticità per dar conto di ciò che accadeva quando aveva trattato il pavimento come se fosse soffice.

## **Il modo invitazionale negli affari internazionali**

Abbiamo dunque un linguaggio che può essere impiegato in molte situazioni, non ultima delle quali nella sfera degli affari internazionali. Supponete di considerare l'Unione Sovietica come "una democrazia". Suona eretico, non è vero? Ma perché non vedere cosa può venir fuori da un'ipotesi del genere? Ora, ci ritroveremmo ad avere un problema nelle mani se chiedessimo ai membri della John Birch<sup>4</sup> (*Bircher friends*) di esplorare questo tema. Alla maggior parte di essi, sospetto, una proposta del genere suonerebbe come un invito a saltare dall'orlo del mondo. Nella misura in cui ad essi suonasse in questo modo, dubito che sarebbero molto tenta-

---

<sup>4</sup> La *John Birch Society* è un gruppo politico americano di estrema destra, particolarmente florido negli anni '60, che si identifica con i principi cristiani e combatte il comunismo e i movimenti dei diritti civili. [N.d.T.]

ti, e dubito che sarebbe utile far notare loro fatti del tipo che prima di un voto ad ogni livello del governo sovietico, dai cittadini individuali in su, viene fatto ogni sforzo perché venga discusso in situazioni faccia a faccia, e che tali riunioni cittadine di discussione coinvolgono circa l'80% dei votanti; né sarebbe utile far notare ad un tipo che pensa di essere stato invitato a buttarsi giù dalla nave che l'unanimità che il sistema sovietico richiede è una versione piuttosto moderata del nostro sistema giuridico nel quale l'unanimità è richiesta a tutti e dodici i giurati: un requisito che porta i membri di minoranza di una giuria a sottostare a pressioni quasi intollerabili affinché si mettano in linea con la fazione prevalente, proprio come succede in una elezione sovietica.

Se i nostri *Bircher friends* potessero permettersi di considerare fatti come questi potrebbero essere portati al punto di concludere che almeno alcuni aspetti del sistema sovietico sono più democratici dei corrispettivi aspetti del nostro sistema. Questo, ne sono sicuro, li porterebbe a quel momento di minaccia al quale le loro limitate nozioni sulla democrazia li hanno lasciati molto vulnerabili. Il linguaggio dell'ipotesi permetterà ai nostri amici di superare questa barriera intellettuale ed esaminare le questioni ulteriormente? Beh, non lo so. Forse ho scelto un esempio troppo difficile; suggerire ad uno sciovinista incallito di usare il linguaggio dell'ipotesi allo scopo di raggiungere una migliore comprensione delle questioni internazionali forse sarebbe chiedere troppo.

Una cosa, naturalmente, non chiederemo al *Bircher* di ammettere: non gli chiederemo di negare che il sistema sovietico sia basato sulla dittatura. E questo è il punto. Non è necessario che quella ipotesi venga disconfermata prima che un'altra venga considerata; né chiediamo a lui, o a noi stessi, di accettare che il sistema sovietico è *essenzialmente* democratico. Questo non sarebbe usare il linguaggio dell'ipotesi. Tutto ciò che chiediamo è di applicare i criteri della democrazia a ciò che succede in quella società ed esaminare i risultati di una tale onesta indagine per quanto riguarda la nostra parte.

Non ne deriva che dobbiamo alla fine scegliere fra l'ipotesi della dittatura e l'ipotesi della democrazia. Come nel caso delle nostre affermazioni sul pavimento, le esplorazioni che derivano dalle due proposizioni ipotetiche possono condurci a formularne altre migliori: alcune di esse potrebbero gettare molta luce sulle direzioni che la nostra società può prendere, così come sull'atteggiamento appropriato da tenere nei confronti dell'Unione Sovietica. Diversamente da Cartesio, ci aspettiamo una migliore definizione delle problematiche anziché qualche decisione in seguito a lotte furibonde su temi che possono essere mal posti. Sembra molto più probabile che nelle relazioni sovietico-americane, se il conflitto potrà essere risolto del tutto con mezzi diversi dalla guerra, risulterà che la storia non considererà nessuna delle due parti come la perfetta incarnazione della democrazia, e generazioni più riflessive troveranno dei modi migliori per porre le questioni che noi, nel nostro timore della confusione politica, abbiamo finora trovato. Ancora, gli sciovinisti da una parte o dall'altra possono alla fine averla vinta, e gli uomini, qui o altrove, che si oppongono ad essi dovranno morire in difesa del loro diritto a perseguire le loro proposte e a ricercare l'illuminazione per tutti.

## Conclusioni

Sul linguaggio dell'ipotesi ci sarebbe molto di più da dire di quanto ho cercato di fare finora in questa discussione. Avrei potuto far notare che si tratta di un linguaggio dimensionale anziché di un linguaggio di attributi. Con ciò intendo che quando dico "Supponete di considerare il pavimento come se fosse duro", sto invitando chi mi ascolta a considerare una dimensione o un parametro che non è una parte del pavimento, ma che si presume che esista indipendente-

### *Il linguaggio dell'ipotesi: lo strumento psicologico dell'uomo*

mente dal pavimento. Avendo costruito una tale dimensione, o costruito personale, chi ascolta è invitato a tracciare la posizione del pavimento rispetto a tale dimensione ipotetica. Questo per dire che il linguaggio ha il suo particolare modo di usare i sostantivi e gli aggettivi così come i verbi. Nel caso del pavimento, del quale parlo in questo linguaggio, il sostantivo di base ha a che fare con una dimensione o linea guida eretta da me stesso, che io spero mi permetterà di tracciare la posizione del “pavimento” nel mio spazio psicologico. I miei aggettivi non sono tanto aggettivi relativistici, quanto affermazioni di dove un dato evento deve essere tracciato rispetto alla dimensione simboleggiata dal mio sostantivo.

Ma adesso basta: l'obiettivo di questo discorso è solo quello di suggerire come un certo tipo di forma linguistica può permetterci di liberarci dal tipo di realismo al quale il nostro sistema di linguaggio cosiddetto oggettivo ci ha legati. In nessun posto questa schiavitù semantica è più chiara che nella stanza della psicoterapia. È lì che si può vedere più chiaramente come l'uomo possa essere intrappolato dai suoi verbi indicativi e come, a sua volta, possa essere condotto a credere di dover scegliere fra versioni della realtà reciprocamente escludentisi. Non solo trova di dover rischiare il caos dell'ansia allo scopo di arrivare a qualcosa di nuovo, ma scopre anche che una volta che è riuscito ad arrivare ad una nuova versione delle questioni importanti della sua vita deve far fronte ad un momento di terribile alienazione da tutto ciò che è stato se vuole fare il balzo esistenziale. È qui – al momento che ho chiamato il momento della minaccia – che il linguaggio dell'ipotesi permette al suo terapeuta di dire, “Ma supponiamo soltanto che il pavimento possa essere considerato come se fosse duro”, o, “Ma supponiamo soltanto che il suo atteggiamento abbia lo scopo di proteggerla dall'aver di nuovo delle sensazioni come quelle che una volta aveva per sua madre”.

Spero che, oltre ad avervi invitato a considerare l'uso di un altro linguaggio per far fronte ai problemi dell'uomo sia nella stanza della terapia che negli affari internazionali, vi abbia condotto ad esplorare le implicazioni di una particolare affermazione, quella piuttosto eterodossa del tipo “Supponiamo di considerare la psicologia clinica come se fosse la più pura delle scienze”.

*Traduzione di Gabriele Chiari con il gentile permesso di Jackie Kelly Aldridge*

#### **Citazione (APA)**

Kelly, G. A. (2014). Il linguaggio dell'ipotesi: lo strumento psicologico dell'uomo. *Costruttivismi, 1*, 16-27. doi: 10.23826/2014.01.016.027. Disponibile da <http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.01.016.027.pdf>.