Volume 1, Numero 1
gennaio 2014

ISSN 2280-9597

COSTRUTTIVISMI

Rivista semestrale edita dalla

Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

aippc

COSTRUTTIVISMI

RIVISTA SEMESTRALE EDITA DALLA

ASSOCIAZIONE ITALIANA DI PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA COSTRUTTIVISTA

AIPPC

Direttore Responsabile
Marina Morpurgo

Direttori
Gabriele Chiari e Lorenzo Cionini

Vicedirettore e Caporedattore
Clarice Ranfagni

Segreteria di Redazione
Karin Buzzegoli, Cristina Cerbini, Caril Miniati, Piergiorgio Mobrici, Cristina Sassi, Emanuele Trinchetti

Comitato dei Consulenti
Claudio Billi, Anna Celli, Alessandra Favaro, Andrea Fornari, Mara Ognibeni, M. Cristina Ortu, Alessandro Piattoli, Gianluca Provvedi, Elena Sagliocco, Claudia Sbrilli, Mariaemanuela Timpano, Ombretta Zoppi

Comitato Scientifico
Carla Antoniotti, *Italia*
Maria Armezzani, *Italia*
Bruno G. Bara, *Italia*
Richard Bell, *Australia*
Luis Botella, *Spagna*
Trevor Butt, *Regno Unito*
Marco Castiglioni, *Italia*
Sabrina Cipolletta, *Italia*
Peter Cummins, *Regno Unito*
Carmen Dell'Aversano, *Italia*
Maurizio Dodet, *Italia*
Guillem Feixas, *Spagna*
Antonio Fenelli, *Italia*
Fabio Giommi, *Italia*
Spencer McWilliams, *USA*
Robert A. Neimeyer, *USA*
Luca Orazzo, *Italia*
Adriana Pelliccia, *Italia*
Harry Procter, *Regno Unito*
Jonathan Raskin, *USA*
Giorgio Rezzonico, *Italia*
Jörn Scheer, *Germania*
Dusan Stojnov, *Serbia*
Valeria Ugazio, *Italia*
Cecilia Volpi, *Italia*
Beverly M. Walker, *Australia*
Bill Warren, *Australia*
David Winter, *Regno Unito*

Costruttivismi

Volume 1 Numero 1 2014

INDICE

1 Editoriale
Gabriele Chiari, Lorenzo Cionini

PROTAGONISTI DEL COSTRUTTIVISMO

3 Presentazione
Gabriele Chiari

5 The language of hypothesis: Man's psychological instrument
George A. Kelly

16 Il linguaggio dell'ipotesi: lo strumento psicologico dell'uomo
George A. Kelly

ARTICOLI

29 La persona del terapeuta come strumento del cambiamento: implicazioni per il processo formativo
Lorenzo Cionini

34 Lo psicoterapeuta e l'amore. L'amore non lo canto, è un canto di per sé
Mara Ognibeni, Ombretta Zoppi

42 Consapevolezza, intuizione e costruttivismo
Fabio Giommi

CASI CLINICI

58 Da un mosaico andato in pezzi all'arte del "Kintsugi": un percorso verso nuove integrità
Monica de Marchis, Laura Barca

Indice

ESPERIENZE

67 Nuove possibili narrazioni. L'esperienza di un percorso con genitori
Raquel Lenzi, Samanta Magni

73 L'importanza di chiamarsi mamma
Caril Miniati

RECENSIONI

83 Un viaggio di scoperta: come orientarsi tra differenti modelli di psicoterapia
Recensione del libro *Modelli di psicoterapia* a cura di L. Cionini, Carocci, 2013
Claudia Casini

88 Cinema, tra costruttivismo e role playing
Recensione del film *Shutter Island*, regia di M. Scorsese, USA 2009
Elisabetta Bresciani, Marco Ceccarini

Costruttivismi, 1: 1-2, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

Editoriale

Le psicologie e le psicoterapie che si rifanno ad una concezione costruttivista della conoscenza stanno andando incontro ormai da diversi anni ad una rapida diffusione, sia in ambito internazionale sia in ambito nazionale. Tale diffusione appare ancora più evidente e significativa se si tiene conto del fatto che alcuni orientamenti possono legittimamente essere considerati "costruttivisti" anche se non utilizzano direttamente tale denominazione. È questo il caso della psicologia e della psicoterapia dei costrutti personali, del movimento del costruzionismo sociale, della psicologia culturale, della psicologia discorsiva, dell'interazionismo simbolico, della terapia cognitiva post-razionalista, tanto per citare gli orientamenti più noti e affermati. Si consideri inoltre che al costruttivismo fanno attualmente riferimento anche alcuni recenti sviluppi di approcci psicoterapeutici "classici" (la psicoanalisi ad esempio, per citare il caso più significativo, ma anche la terapia della Gestalt), che nelle loro formulazioni originarie si basavano su epistemologie diverse.

Fu proprio con lo scopo di promuovere la diffusione dell'orientamento costruttivista in Italia che nel 1997, con alcuni colleghi facenti parte della Scuola di Specializzazione in psicoterapia cognitiva ad indirizzo costruttivista del CESIPc di Firenze, fondammo l'*Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista* (AIPPC), probabilmente la prima a porsi tale obiettivo a livello statutario.

Degli strumenti utilizzati dall'AIPPC per perseguire il suo scopo, oltre alla organizzazione di congressi, convegni e seminari, ha fatto parte fin dal primo anno della fondazione una *newsletter*, che nel 2003 prese il nome di *Costruttivismi* e la cui pubblicazione, in formato cartaceo e diffusa ai soli soci, si è interrotta nel 2006. Ora il comitato direttivo dell'AIPPC ritiene che i tempi siano maturi per una rivista vera e propria, ed è stato scelto il formato elettronico per la possibilità che offre di raggiungere un più ampio pubblico di lettori.

Lo scopo principale della rivista – che continuerà a chiamarsi *Costruttivismi* per sottolineare la presenza delle diverse facce che si rifanno al costruttivismo psicologico – è quello della diffusione dell'orientamento costruttivista in Italia, per cui i lavori pubblicati saranno prevalentemente in italiano (con un *abstract* in inglese); ma la rivista è aperta anche alla pubblicazione occasionale di lavori in lingua inglese, che saranno proposti nel formato originario e in traduzione italiana integrale. La rivista è *peer-reviewed*: i lavori sottoposti alla redazione verranno valutati in forma anonima da un gruppo di esperti che ne considereranno la pubblicabilità o meno sulla rivista e che forniranno agli autori un feedback su eventuali revisioni da apportare al manoscritto.

Oltre a lavori originali, che saranno pubblicati nella sezione “Articoli”, la rivista si propone di pubblicare la traduzione italiana di scritti di "Protagonisti del costruttivismo” internazionale. Una sezione della rivista sarà dedicata a resoconti di “Casi clinici” trattati in psicoterapia, dei quali gli autori hanno ottenuto il permesso alla pubblicazione dalle persone direttamente interessate, garantendone l’anonimato. Le “Esperienze” nell’applicazione dell’orientamento co-

struttivista in setting diversi da quello strettamente psicoterapeutico sono raccolte in una apposita sezione.

L'abbonamento alla rivista, che è gratuita e avrà una cadenza semestrale, consentirà di leggere e/o scaricare gli articoli. Per abbonarsi è sufficiente registrarsi e utilizzare la password di accesso fornita.

Il Comitato Scientifico di *Costruttivismi* comprende alcuni dei più importanti nomi del costruttivismo psicologico internazionale e nazionale. Tra questi ultimi, molti sono i rappresentanti della maggior parte delle Scuole italiane di specializzazione in psicoterapia costruttivista. La loro entusiastica adesione al nostro invito a farne parte rappresenta per noi e per il comitato di redazione tutto un forte incoraggiamento ad intraprendere questa avventura.

I Direttori di *Costruttivismi*

Gabriele Chiari e Lorenzo Cionini

Costruttivismi, 1: 3-4, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

PROTAGONISTI DEL COSTRUTTIVISMO

Presentazione

Una delle prime decisioni prese dalla Redazione di *Costruttivismi* quando ha cominciato ad immaginare la struttura da dare alla nuova rivista è stata quella di inserire in ogni numero un lavoro di un protagonista della letteratura costruttivista in psicologia e in psicoterapia. Abbiamo pensato di privilegiare lavori meno noti al grande pubblico, e mai pubblicati nella traduzione italiana, presentandone la versione originale seguita dalla traduzione.

Questo primo numero della rivista si apre, direi doverosamente, con uno scritto di George A. Kelly. Ne presento una breve biografia, seguita da una presentazione del lavoro che abbiamo scelto di pubblicare.

L'Autore

George A. Kelly (1905-1967) è considerato il primo psicologo della storia ad aver proposto un approccio costruttivista in psicoterapia, così come Jean Piaget è ritenuto il fondatore della psicologia costruttivista.

Nato in una sperduta comunità rurale del Kansas, Perth, figlio unico di una famiglia molto religiosa (il padre era stato un ministro presbiteriano prima di emigrare verso il West e lavorare come fattore), George – a causa della difficoltà di raggiungere la più vicina scuola elementare distante molte miglia – fece i suoi primi studi a casa con la madre. A sedici anni dovette allontanarsi dalla famiglia per frequentare la scuola superiore più vicina, la *Friends University* a Wichita (un'istituzione quacchera), per trasferirsi dopo tre anni al *Park College* in Missouri dove prende un baccalaureato in fisica e matematica. Si avvicina poi alla sociologia con un Master alla *University of Kansas*, e comincia ad insegnare psicologia dopo aver preso una laurea con abilitazione all'insegnamento alla *Edinburgh University* e un PhD in psicologia alla *Iowa University*.

Il suo primo lavoro d'insegnamento è al *Fort Hays Kansas State College* dove, nel 1932, scrive il suo primo manuale di psicologia, *Understandable Psychology*, mai pubblicato. È mentre lavora a Fort Hays che Kelly partorisce e realizza il progetto della "clinica viaggiante": un servizio di consulenza psicologica a domicilio per la popolazione rurale del Kansas impossibilitata, per la crisi economica e le distanze, a recarsi in città; ed è grazie a questa esperienza basata in gran parte su una conoscenza approssimativa della teoria psicoanalitica che Kelly comincia ad osservare che l'efficacia terapeutica delle interpretazioni fornite ai suoi clienti non dipendeva tanto dalla loro correttezza teorica, quanto dalla loro plausibilità agli occhi dei clien-

ti stessi. È il primo seme della teoria alla quale comincia a lavorare in quegli anni. Dopo un anno alla *University of Maryland*, Kelly ottiene nel 1945 una cattedra alla *Ohio State University*, a Columbus, dove ogni settimana discute a casa sua con alcuni dei suoi allievi (i *Thursday nighters*) la struttura della teoria che sta sviluppando. Il lavoro culminerà con la pubblicazione nel 1955 di *The Psychology of Personal Constructs*, un'opera in due volumi (il primo dedicato alla teoria della personalità, il secondo alla clinica e alla psicoterapia) per complessive 1218 pagine che la Norton di New York, pare con sorpresa dello stesso Kelly, accetta di pubblicare. Il libro viene recensito da due giovani psicologi destinati a diventare famosi, Carl Rogers e Jerome Bruner, i quali mostrano di apprezzarlo pur ritenendolo troppo "mentalista" e poco attento alla vita affettiva ed emozionale delle persone: un fraintendimento tuttora presente in alcuni critici della teoria e dovuto alla difficoltà di comprenderne il rigoroso presupposto epistemologico che oggi possiamo propriamente definire costruttivista.

Nel 1965 Kelly lascerà la *Ohio State University* per assumere la cattedra di psicologia teorica alla *Brandeis University* su invito di Abraham Maslow. Di lì a poco Kelly morirà, a 62 anni, per un infarto cardiaco.

L'influenza del suo lavoro è andata aumentando dopo la sua morte, grazie al diffondersi degli approcci costruttivisti in psicologia e in psicoterapia. Dal 1975 si tengono ogni due anni congressi internazionali di psicologia dei costrutti personali, intervallati da congressi continentali. Sono centinaia i libri e migliaia gli articoli pubblicati sulla PCP, soprattutto dopo la pubblicazione dal 1988 dell'*International Journal of Personal Construct Psychology*, poi ampliatosi nel 1994 in *Journal of Constructivist Psychology*.

L'opera

Lo scritto di Kelly che abbiamo deciso di presentare in questo numero – grazie al permesso a pubblicare le opere del padre che Jackie Kelly Aldridge mi ha concesso – è una relazione dal titolo *The language of hypothesis: Man's psychological instrument*. La relazione fu letta da Kelly come intervento di apertura alla *American Society of Adlerian Psychology* a New York il 16 marzo 1964, e venne pubblicata nel *Journal of Individual Psychology* (1964, *20*, pp. 137-152). È stata poi ripubblicata nella raccolta postuma di scritti di Kelly curata da Brendan Maher ed edita da Wiley nel 1969, *Clinical Psychology and Personality: The Selected Papers of George Kelly* (pp. 147-162). Quella che presentiamo qui è la prima traduzione italiana.

Siamo nel 1964, a nove anni dalla pubblicazione della sua *magnum opus*. Kelly in questi anni è stato invitato a partecipare a diversi congressi, uscendo così dall'isolamento degli anni precedenti, e allargando il suo sguardo alle idee di altri autori, psicologi ma anche filosofi. Nel 1961 era stato invitato addirittura a Mosca dalla *Moscow Psychological Society*. Forse questa visita ha avuto un ruolo nel permettere a Kelly di mostrare una coraggiosa "apertura" nei confronti del sistema sovietico, a pochi anni dalla fine del maccartismo, e in un'America ancora fortemente anticomunista.

Questa "apertura" si inserisce, a titolo di esempio, all'interno dell'argomento che Kelly sceglie di elaborare nella sua relazione: il cosiddetto "linguaggio dell'ipotesi", e la proposta di un nuovo modo verbale: il "modo invitazionale". Kelly fa risalire entrambi al pensiero espresso dal filosofo tedesco Hans Vaihinger nell'opera *La filosofia del 'come se'*, una versione radicale del pragmatismo. Vaihinger ha influenzato lo sviluppo della psicologia individuale di Adler, e la teoria di Kelly ha le sue radici filosofiche nel pragmatismo americano. Kelly sceglie quindi di presentarsi ad una platea di psicoterapeuti adleriani sviluppando un aspetto che accomuna le due prospettive, e che rimanda ad una concezione costruttivista della conoscenza.

Gabriele Chiari

Costruttivismi, 1: 5-15, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.005.015

aippc COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

The Language of Hypothesis: Man's Psychological Instrument

George A. Kelly
Ohio State University

For about three centuries now Anglo-Saxon man has labored under the somewhat misleading assumption that knowledge is transmitted through the senses. This was John Locke's great notion in 1690' In expressing it, he provided the essential spade work for both modern experimental psychology and the courageous empiricism of Sigmund Freud. But great ideas, like great men, sometimes have a way of eventually blocking the very progress they once so courageously initiated.

Thus it is, even after continued experience in psychotherapy, most of us still hold doggedly to the belief that one man's understanding of the universe can be somehow encoded within a signal system and then transmitted intact to another man via the senses. The signal system is often called "language." Indeed, Pavlov's psychological term for "language" was simply "the second signal system." And it is interesting to note in this connection that today much of Soviet education, psychotherapy, and prisoner rehabilitation – as well as the dreaded "brain washing" routine – is supposedly directed at the installation of an accurately tuned signal system for the undistorted reception of messages.

But, senses notwithstanding, we are coming at last to realize that language occupies a puzzling and paradoxical position between man and his circumstances. On the one hand, it is a device he uses to represent his circumstances, and, on the other, it may interpose itself as a compromise between tender phantasies and harsh realities. It enables man to understand what is going on around him, but it is equally useful in helping him put out of mind what he fears to understand. It provides both the sensitivity for following subtle events and the rigidity for standing against the tides of human affairs. It is a vehicle for communicating with other men, but it often serves us effectively when we want to distort the communications others seek to have with us.

Nowhere are these contradictory usages of language more apparent than in the realm of psychology. A parent, for example, may use language to gain some insight into the mind of his child. But he may also use diagnostic labels and verbal rationalizations to avoid being enmeshed in the magic of child-like perceptions. The experimental psychologist often betrays his ambivalence about having an intimate understanding of other persons by erecting a complex

system of categories between himself and his subjects. Even a psychotherapist may employ verbal interpretations of his client's remarks to keep from being taken in by them.

This evening I would like to talk about language in a very special sense. I would like to talk about it as a human device for anticipating the events that are about to happen to us. This is to say I shall not be talking about it so much as a means of representing reality, or of shielding us from it, nor so much as a means of communication between persons, but more as an instrument for probing the future and, at the same time, maintaining our composure in the face of onrushing events.

If I say "the floor is hard," I employ a language system in which the subject-predicate relationship inheres in the subject itself. It is the floor which is hard, and that is its nature, regardless of who says so. The statement stands, not because the speaker said it, but because the floor happened to be what it is. The sentence's validity stems from the floor and not from the speaker.

Contrast with this the phenomenological use of language in which it is presumed that such a statement portrays a state of mind of the speaker and does not necessarily represent anything more than that. While our common language forms are not constructed so as to designate this kind of interpretation specifically, phenomenology has begun to enter the thinking of psychologists at least, and this kind of meaning is much less difficult to understand and live with than it was twenty or thirty years ago. Moreover, this use of language has proved to have some utility in the psychotherapeutic exchange, though many psychologists are skeptical of its ultimate value and find themselves quite uncomfortable when they try to use it.

But suppose we consider the possibility of using language in a third way – neither objectively nor phenomenologically. Suppose our verbs could be cast in the *invitational mood*. This is to say that instead of being used in the popular *indicative mood* of objective speech, or in one of the other moods recognized by our language – *conditional*, *subjunctive*, or *imperative* – a verb could be cast in a form which would suggest to the listener that a certain novel interpretation of an object might be entertained. For example, I might say, "Suppose we regard the floor as if it were hard."

If I make such a statement I immediately find myself in an interesting position. The statement leaves both the speaker and the listener, not with a conclusion on their hands, but in a posture of expectancy suppose we do regard the floor as if it were hard, what then? A verb employed in the invitational mood, assuming our language had such a mood, would have the effect of orienting one to the future, not merely to the present or to the past. It would set the stage for prediction of what is to ensue. It suggests that the floor is open to a variety of interpretations or constructions. It invites the listener to cope with his circumstances – in this case the floor – in new ways. But more than this, it suggests that the view of the floor as something hard is one that is not imposed upon us from without, nor is it isolated from external evidence, as a phenomenological proposition would be, but is one that can be pursued, tested, abandoned, or reconsidered at a later time. "Suppose we regard the floor as it if were hard; what follows and what do we do about it?"

Toward the end of the last century a German philosopher, Hans Vaihinger began to develop a system of philosophy he called the "philosophy of 'as if'."[1] In it he offered a system of thought in which God and reality might best be represented as paradigms. This was not to say that either God or reality was any less certain than anything else in the realm of man's awareness, but only that all matters confronting man might best be regarded in hypothetical ways. In

[1] 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.

some measure, I suppose, I am suggesting that Vaihinger's position has particular value for psychology.[2] At least, let us pursue the topic – which is probably just the way Vaihinger would have proposed that we go at it.

Make-believe as an essential feature of science

Science is often understood by students as a way of avoiding subjective judgments and getting down to the hard facts of reality. But I am suggesting that the avoidance of subjectivity is not the way to get down to hard realities. Subjective thinking is, rather, an essential step in the process the scientist must follow in grasping the nature of the universe. Let me see if I can make this point clear.

When we know something, or think we do, we make up sentences about it, using verbs cast in the indicative mood. We talk about it in a way that appears to be objective. But science tends to make its progress by entertaining propositions which appear initially to be preposterous. Quite often this is done secretly, the scientist being careful not to let people know what he is imagining until after he has accumulated some evidence to support his position. After he has a foothold in evidence he can, of course, claim that he was simply a careful observer and that, being a careful observer, he "discovered" something. But unless he had been willing, at some point in the sequence, to open his mind to possibilities contrary to what was regarded as perfectly obvious, he would have been unable to come up with anything new.

The novelist starts his exploration of the world in much the same way. But there are two differences between him and the scientist; he is more willing to confide his make-believe – even publish it – and he is willing to postpone the accumulation of factual evidence to support the generality of characters and themes he has narrated.

But neither of these differences between the novelist and the scientist is very fundamental. Both men employ nonetheless typically human tactics. The fact that the scientist is ashamed to admit his phantasy probably accomplishes little more than to make it appear that he fits a popular notion of the way scientists think. And the fact that a novelist does not continue his project to the point of collecting data in support of his portrayals and generalizations suggests only that he hopes that the experiences of man will, in the end, prove him right without anyone's resorting to formal proof.

But the brilliant scientist and the brilliant writer are pretty likely to end up saying the same thing – given, of course, a lot of time to converge upon each other. The poor scientist and the poor writer, moreover, fail in much the same way – neither of them is able to transcend the obvious. Both fail in their make-believe.

---

[2] The writer is indebted to Dr. H. L. Ansbacher for calling attention to the important fact that Alfred Adler, who had studied Vaihinger and had grasped the psychological significance of "as if" philosophy, regarded such notions as "unconscious" and "inferiority complex" as inventions, rather than discoveries.

In 1937 Adler wrote, "I, myself, as the inventor of the 'inferiority complex' have never thought of it as of a spirit, knowing that it has never been in the consciousness or unconsciousness of the patient but only in my own consciousness, and have used it rather for illumination so that the patient could see his attitude in the right coherence" (Psychiatric aspects regarding individual and social disorganization. *Amer. J. Sociol.,* 1937, 42, 773-780).

Thus Adler's philosophy of science differed sharply from that of Freud, who, in the now-fading nineteenth century tradition, regarded the scientific enterprise as an effort to discover bits of truth or to uncover things in the mind heretofore concealed.

Make-believe as a way of coping with threat

There are few experiences in the biography of a man more distressing than that of feeling himself utterly confused. How disturbing the person finds this confusion in his life depends somewhat on the area in which he experiences it. For example, it does not disturb me greatly when a student says things I cannot understand – I am rather used to that. But when my wife starts saying things I cannot understand I get the feeling that my world is beginning to wobble on its axis. And when I myself start saying things I cannot understand I am likely to become downright upset. Actually, however, all of these add up to about the same thing; the more deeply the confusion enters into my life the more alarmed I become.

Yet almost everything new starts in some moment of confusion. In fact, I cannot imagine just now how it could be otherwise. But this is not to say that confusion always serves to produce something new. It can just as well have the opposite effect, especially if the person finds the confusion so intolerable that he reverts to some older interpretation of what is going on. Here then is the element of risk for the person who ventures confusion in order to create something; he may end up regressing in order to control his panic.

But there is another stage in the creative process that stands midway between the confusion that we try to dispel by seeking either something new or regressing to something old, and the structured view of our surroundings that makes it appear that we know what's what. It is that transitional moment when the confusion has partly cleared and we catch a glimpse of what is emerging, but with it are confronted with the stark realization that we are to be profoundly affected if we continue on course. This is the moment of threat. It is the threshold between confusion and certainty, between anxiety and boredom. It is precisely at this moment when we are most tempted to turn back.

Let us concentrate on this moment of threat – or these moments of threat – in the life of man. Let me suggest that if we can find some way of helping man pass this kind of crisis we will have helped him in one of the most important ways imaginable. It is here that we can employ that part of the language of hypothesis that I have called "the invitational mood." Instead of insisting that old truths are about to give way to new, that we are shifting from one indicative to another, we can take the view that it is not the truth that is changing, but rather that we are tentatively exploring the possibilities of a new approach to the truth. "Suppose we regard the floor as if it were hard." We approach the truth through the door of make-believe.

Probably nothing has contributed so much to the adventuresome development of scientific thinking as the understanding of hypothetical reasoning. A hypothesis is not to be asserted as a fact, for if it is it immediately ceases to serve its purpose. It does not even need to be regarded as an inference, although some scientists, still easily embarrassed at being caught in their unrealistic moments, prefer to limit themselves to what they call the hypothetico-deductive method. At least that makes them appear rational, if not realistic.

The point that needs emphasis, it seems to me, is that the hypothesis serves to make an unrealistic conclusion tenable, or tenable for a sufficient period of time for the person to pursue its implications as if it were true. The fact that it is regarded as a hypothesis, and as a hypothesis only, has great psychological importance in man, for it enables him to break through his moment of threat. It is, after all, only make-believe.

Hypotheses for the psychologist, client, and graduate student

Let me turn our discussion from abstractions to certain problems in psychology. It is supposed to be good for psychologists to act like scientists and many of us, I fear, spend more time acting like scientists than we do trying to understand persons. Suppose, instead of trying to apply scientific methods, as we know them, to psychological problems, we embark on an altogether different undertaking. Suppose we attempt to understand the psychology of scientific endeavor.

I have hinted at what such an inquiry might cover – the dread of confusion, the obstacle the scientist confronts at the moment of threat, the psychological role of the hypothesis, and the possible use of verbs in an invitational mood. I have also suggested that people who fancy themselves as scientists are very much afraid of being caught doing anything that is not recognized as scientific, and especially so, if what they are doing has anything to do with their professional field. I suppose it would be very upsetting to a good many of our colleagues if it were seriously suggested to them that they might stop trying to be scientific and get on with the job of understanding man. Yet I am confident that such an abandonment of what we now know as "science" would, in the end, be a good thing both for psychology and for science. In fact I suspect that as the results began to be known the Sigma Xi cult might be only too happy to claim psychology as a "basic science."

For a good many years I have been impressed with the similarities between psychotherapeutic and research activities. The difficulties the client seems to confront in his psychotherapeutic experience seem much like those the graduate student finds most frustrating. Let me illustrate.

Both have difficulty formulating testable hypotheses, and, even when they do, they hesitate to lay them on the line experimentally. Sometimes it appears that they dread to test them lest they be disconfirmed, though often I suspect it is because they fear the evidence *will* confirm the hypotheses and they will be threatened with a new set of verbs, all cast, of course, in the indicative mood. A person, whether in his scientist role or in his patient role, can be threatened by finding himself on the brink of a changed outlook, even though it may be regarded as a rewarding one.

Moreover, both in the client and in the graduate student, the remedy seems to lie in pointing out that what is being tested is, after all, only a hypothesis. The ultimate truth, it is important to recognize, lies far beyond the immediate experiment. It is when the student realizes this that he begins to feel more comfortable investing his efforts in something less than a *magnum opus* and can get some satisfaction out of making progress rather than coming up with a major achievement. The same is true of the client. What he is, or what he is to be, does not stand or fall by what he does today or tomorrow, he needs only to make some kind of progress, not transform his life into some final state of perfection all at once.

Probably there is nothing more exciting in the whole field of clinical psychology than the notion that persons in distress can couch their problems in the language of hypothesis, and that one can think with verbs in the invitational mood, even though our language has no structural form for designating such verbs. A client who regards himself as a victim of his unfortunate youth may, of course, mobilize all sorts of evidence in support of his conclusion. He may talk of himself objectively, marshalling evidence in interview after interview to support the indicative mood of the verbs he uses in describing himself.

As long as this goes on he himself is likely to be *immobilized*. We can call it intellectualization on his part, if we like, but, whatever it is, the outlook he expresses seems to him to be realistic. Sometimes we try to break up the rigid pattern of his self-perception by inviting him to be

incoherent, as in the loosening efforts psychoanalysts often employ. Out of the confusion that ensues there may come some new construction of himself and his circumstances – particularly of his future. But confusion is anxiety and he may simply regress. Indeed certain patients are quite likely to regress to more primitive constructions when loosened psychoanalytically.

Sometimes the psychotherapist meets his greatest resistance just when his client is on the threshold of some important new insight. This, of course, is the moment of threat that I have been mentioning. And, of course, there are many other obstacles to be overcome in psychotherapy that have their parallels in other forms of human endeavor, as in art and in science.

Clinical psychology as pure science

I suppose this is as good a time as any for me to say that I have very little interest in applied psychology, and that is why I think clinical psychology is so important! An applied scientist puts his verbs in the indicative mood, while the pure scientist uses the invitational mood. The psychologist is at his best when he speaks the language of hypothesis rather than imposes psychological certainties on his clients. There are, unfortunately, a large number of psychologists – the majority of them perhaps – who think they dare not use the language of hypothesis when talking directly to persons; it is, they think, a language to be employed only when dealing with more remote matters. Most of them regard themselves as experimental psychologists, or perhaps more accurately as *the* experimental psychologists. But for me the most exciting experimental situation is the therapy room, and the most stimulating colleague in the research enterprise is my client.

This is not to say I find psychotherapy always a comforting and rewarding experience. It is sometimes, but mostly it is anything but that. I said only that it was exciting and stimulating. My clients and I go through some difficult times together. Both of us find ourselves trapped by the subject-predicate error of so-called objective speech. Both of us experience confusion, or *anxiety* if you prefer a clinical term, in which we become a little frightened at our own incoherence. Sometimes out of this confusion comes something new; sometimes we only regress.

I can, of course, insist that only my client, and not I myself, shall be permitted to risk confusion; and sometimes I do just that. Neither of us can put up with too much chaos at anyone moment. But if I insist on risking no confusion in myself whatsoever I don't learn anything. I am only an applied psychologist. Without risking confusion, without venturing preposterous thoughts occasionally, I do not come to understand my client, I only diagnose him and I substitute my "interpretations" for the genuine experience of knowing him.

Of course I can make life easier if I entrench myself in some orthodoxy and, through repeated and patient interpretations, drill my client in my way of looking at things. When he agrees with me I tell him he has "insight" and when he doesn't I tell him he is "resisting" – both of these being terms that grow out of objective speech and the prestigeful use of the indicative mood in talking about psychological matters.

But clinical psychology does not have to be an applied discipline. It can, in the very best sense, be truly scientific. And when I say this I do not mean that the clinical psychologist uses his clients as unwitting guinea pigs in an experiment for which they have no responsibility. I mean that clinical psychology *can* be scientific in the therapy room, that the client *can* be – and indeed properly *is* – a colleague, and that the client and his therapist may come to talk to each other in the language of hypothesis.

The threat of profound change

But there is more than anxiety to be encouraged and used productively in the psychotherapeutic situation. There is threat, the experience that occurs at the moment when we stand on the brink of a profound change in ourselves and can see just enough of what lies ahead to know that so much of what we are now will be left behind forever, once we take that next step. It is here that the language of hypothesis can be of particular help, both to the psychotherapist who senses the warning that his own experience with the client will not leave him unchanged, and to the client who can see that he is about to invalidate much of what he has deeply believed over many years of his life. It is at this point that it becomes particularly useful to say, "Suppose – just suppose – we regard the floor as if it were hard." Except we shall probably be saying something like, "Suppose we regard your boss as if he were frightened," or "Suppose we regard your feelings as if they were a shield against the hazards of loving someone."

As I said before, the language of hypothesis invites one to get on with the task of understanding life, to test, to calculate new experiences, and to profit from mistakes, rather than to be overwhelmed with guilt on realizing that he has made them. There is something in stating a new outlook in the form of a hypothesis that leaves the person himself intact and whole. It implies that being has an integrity of its own and that we approach it, whether it is a truth about the external world or about ourselves, by successive approximations, each of which is subject to further examination. Truth, then, is regarded as something to be adventured and tested, not something that is revealed to us whole by God or nature – not even by one's psychotherapist.

This moment of threat, in which so many human enterprises are abandoned, is not found exclusively in psychotherapy. The scientist experiences it in his own life, and so does the novelist and the artist. It is, no doubt, what the existentialists have in mind when they talk about "the leap," although I would not want to pretend that I have a very clear idea of all the things existentialists talk about.

On the night of November loth, or shortly thereafter – the records are not altogether clear – in the year 1619, Rene Descartes had three dreams. In the first dream he was a cripple seeking shelter in a church; in the second he heard thunder and saw fire; and in the third he was reading the words, "What way of life shall I follow," a quotation from a poem that was currently popular. What is perhaps more important than his dream thoughts is the notion which he claimed preceded them. That notion was that the methods of analytic geometry might be broadly applied to other disciplines – hardly enough to scare one into church, we might suppose, but then Descartes was a very well educated man whose intellectual ventures penetrated far deeper than the superficial mimicry that ordinarily passes for cognition, and, besides, the year was 1619. So upset was Descartes at the notion of applying analytic geometrical solutions to a wide variety of man's problems that he discontinued his inquiries and went on a long trip, lasting several months, in order to escape the threat that confronted him.

Descartes was a man greatly concerned with the reality of existence – "*Cogito ergo sum*." He sought, moreover, to proceed in his intellectual endeavors by the exclusive use of objective language. The times did not provide him with a language of hypothesis, though he was clearly aware of alternative explanations for what he observed and he did experiment actively. For him, however, experimentation was a way of discovering which of several explanations was the true one. Thus he had not quite reached the point where he could use the language of hypothesis to its full advantage. If he had been able to use it, he might have saved himself a lot of discomfort and perhaps have accomplished some things that even his great mind fell short of achieving. Even a Descartes can experience his moment of threat and be disconcerted by it.

Being oneself is not enough

A good deal is said these days about being oneself. It is supposed to be healthy to be oneself. While it is a little hard for me to understand how one could be anything else, I suppose what is meant is that one should not strive to become anything other than what he is. This strikes me as a very dull way of living; in fact, I would be inclined to argue that all of us would be better off if we set out to be something other than what we are. Well, I'm not so sure we would all be *better* off – perhaps it would be more accurate to say life would be a lot more interesting.

There is another meaning that might be attached to this admonition to be oneself; that one should not try to disguise himself. I suspect this comes nearer to what psychologists mean when they urge people to be themselves. It is presumed that the person who faces the world barefaced is more spontaneous, that he expresses himself more fully, and that he has a better chance of developing all his resources if he assumes no disguises.

But this doctrine of psychological nakedness in human affairs, so much talked about today and which allows the self neither make-up nor costume, leaves very little to the imagination. Nor does it invite one to be venturesome. I suspect, for example, that in the Garden of Eden it might have occurred to Adam to take a chance much sooner than he did if Eve had been paying a little more attention to her wardrobe. As it was I hear she had to bribe him with an apple. Later on they say she contrived a saucy little something out of fig leaves.

What I am saying is that it is not so much what man is that counts as it is what he ventures to make of himself. To make the leap he must do more than disclose himself; he must risk a certain amount of confusion. Then, as soon as he does catch a glimpse of a different kind of life, he needs to find some way of overcoming the paralyzing moment of threat, for this is the instant when he wonders what he really is – whether he is what he just was or is what he is about to be. Adam must have experienced such a moment. With him perhaps, as with modern Anglo-Saxon man, the indicative mood of his verbs might have put him in a quandary, forced him upon the horns of his own dilemma, rendered him ambivalent, perhaps even impotent.

It may be helpful at this point to ask ourselves a question about children at Halloween. Is the little youngster who comes to your door on the night of October 30th, all dressed up in his costume and behind a mask, piping "trick or treat, trick or treat" – is that youngster *disguising* himself or is he *revealing* himself? Is he failing to be spontaneous? Is he *not* being himself? Which is the *real* child – the child behind the mask or the barefaced child who must stand up in front of adults and say "please" and "thank you?" I suspect costumes and masks worn at Halloween time, as well as uniforms worn by officers on duty, doctoral degrees, and the other devices we employ to avoid being seen as we are, are all ways we have of extricating ourselves from predicaments into which we have been cast by the language of objectivity. They represent devices for coping with the world in the language of hypothesis.

But masks have a way of sticking to our faces when worn too long. Verbs cease to express the invitational mood after the invitation has been accepted and experience has left its mark. To suggest to a person that he be what he has already become is not much of an invitation. Thus it is that the man who has worn a uniform long enough to explore all its possibilities begins to think that he really is an officer. Once this happens he may have to go through a lot of chaos before he can make anything more of himself. A student who is awarded a Ph.D. degree can find a lot of adventure in being called "doctor" and the academic mask may enable him to experiment with his life in ways that would have seemed much too preposterous before his dissertation was accepted. But trouble sets in when he begins to think that he really is a doctor, or a professor, or a scholar. When that happens he will have to spend most of his time making

noises like doctors, professors, or scholars, with the resultant failure from that time on to undertake anything interesting. He becomes trapped by verbs that have lapsed into the indicative mood when he wasn't looking.

After confirmation, what?

It may seem that I am advocating the use of a language in which nothing is ever confirmed. In a sense this is true – I am! The moment we find it practicable to regard the floor as if it were hard we don't walk away from it leaving it hard, but we always tack a little note on it that says, "But maybe it's something else too – or instead; I'll be back later to see."

One of the most amusing yet baffling experiences in psychotherapy is the way today's "insight" can become tomorrow's "resistance." Psychotherapists often stand on their heads to retain what they once hailed as a remarkable insight in their patient's step-by-step analysis. A few weeks later they may find themselves saying, "But that isn't exactly what I thought you meant." The therapist ends up trying to dress up his client's insight to fit the current circumstances and the new stage to which they – he and his client – have progressed in their mutual enterprise. And before he knows it his own dilemma has tricked him into lecturing his colleague in ways no respectable therapist is supposed to do. If he had regarded the client's new construction as a hypothesis rather than an insight in the first place, he could have saved himself a lot of anxiety once it became clear to both of them that the therapy must move on to other levels of construction. Moreover, it is precisely at this point in the psychotherapeutic progression that the language of hypothesis must be re-employed.

There is more to this than tactics in psychotherapy. It is very commonly believed by people who should know better that one is obligated to disconfirm one explanation before he dares entertain seriously the possibilities of any other. Scholars waste a great deal of time trying to disprove what others have claimed in order to make room for their own alternative explanations. If the floor is hard – really is – I am not going to get to first base with any notion of its being soft. Therefore, it seems that I must first prove that those who say it is hard are dead wrong. This is all a terrible waste of time, in my opinion.

Suppose, instead, we employ the language of hypothesis. We say, in effect, "To be sure the floor may be regarded as hard, and we know something of what ensues when we cope with it in the light of such an assumption. Not bad! But now let us see what happens when we regard it as soft." Out of this further exploration may come, not so much confirmation that it really is hard or that it really is soft – as Descartes would have reasoned – but a sequence of fresh experiences that invite the formulation of new hypotheses. For example, one may come up with a notion of relativism, that is to say, the floor is harder than some things and softer than others. Or he may come up with a notion of properties, the hardness aspect of the floor and its softness aspect. Or he may come to regard hardness not as anything that inheres in the floor, but as a dimension of appraisal useful in understanding floors. From this position he may launch out and contrive the notions of resilience and plasticity to account for what happened when he treated the floor as if it were soft.

The invitational mood in international affairs

Here then we have a language which can be employed in many situations, not the least of which are in the realm of international affairs. Suppose we regard the Soviet Union as "a de-

mocracy." Sounds heretical, doesn't it! But why not see what comes out of such a hypothesis? Now we are going to have a problem on our hands if we ask our John Bircher friends to explore this issue. To most of them, I suspect, such a proposal sounds like an invitation to jump off the edge of the world. As long as it sounds this way to them I doubt that they will be much tempted, and I doubt that it would do much good to point out such facts as that before a vote is taken at any echelon of Soviet government, from individual citizens on up, every effort is made to have it discussed in a face to face situation, and that such town meeting discussions involve about eighty per cent of the voters. Nor would it do much good to point out to a fellow who thinks he has been invited to walk the plank that the unanimity the Soviet system demands is a rather mild version of our jury system in which unanimity is demanded of all twelve jurymen – a requirement that brings the minority members of a jury under almost intolerable pressure to go along with the vocal faction, just as it does in a Soviet election.

If our Bircher friends did allow themselves to consider facts such as these they might be brought to the brink of concluding that some features, at least, of the Soviet system are more democratic than the corresponding features in our own system. This, I am sure, would bring them to that moment of threat to which their limited notions of democracy have left them so vulnerable. Will the language of hypothesis enable our friends to surmount this intellectual barrier and examine matters further? Well, I don't know. Perhaps I have chosen too difficult an illustration; it may be asking too much of a sworn chauvinist to suggest that he employ the language of hypothesis in order to reach a better understanding of international issues.

One thing, of course, we shall not ask the Bircher to concede; we shall not ask him to deny that the Soviet system is based on dictatorship. And here is my point. It is not necessary for that hypothesis to be disconfirmed before another is entertained. Nor do we ask him, or ourselves, to agree that the Soviet system is *essentially* democratic. That would not be using the language of hypothesis. All we ask is that we apply the criteria of democracy to what goes on in that society and examine the outcomes of such an honest inquiry on our own part.

It does not follow that we must eventually choose between the hypothesis of dictatorship and the hypothesis of democracy. As in the case of our propositions about the floor, the explorations that ensue from the two hypothetical propositions may lead us to formulate some much better ones – ones that may throw as much light upon directions our own society may take as upon our proper posture toward the Soviet Union. Unlike Descartes, we shall look forward to a better statement of issues rather than to some knock-down-drag-out decision on issues that may be badly posed. It seems much more likely in Soviet-American relations that, if the conflict can be settled at all by means other than war, it will turn out that history will regard neither side as the perfect embodiment of democracy, and more thoughtful generations will find better ways to pose the issues than we, in our dread of political confusion, have yet found. Still, the chauvinists on one side or the other may finally have their way, and men, here or elsewhere, who oppose them will have to die in defense of their right to pursue their own propositions and to seek enlightenment for all.

Conclusion

There is a good deal more to the language of hypothesis than what I have tried to cover thus far in this discussion. I might have pointed out that it is a dimensional language rather than a language of attributes. By that I mean that when I say, "Suppose we regard the floor as if it were hard," I am inviting my listener to envision a dimension or parameter that is not a part of the floor, but exists supposedly independently of the floor. Having constructed such a dimen-

sion, or personal construct, the listener is invited to plot the position of the floor with respect to such a hypothetical dimension. This is to say that the language has its particular way of using nouns and adjectives as well as its verbs. In the case of the floor, about which I talk in this language, the basic noun has to do with a dimension or guide line erected by myself, one which I hope will enable me to plot the position of "floor" in my own psychological space. My adjectives are not so much relativistic adjectives as they are statements of where a given event is to be plotted with respect to the dimension symbolized by my noun.

But enough of this; the object of this discourse is only to suggest how a certain kind of language form can enable us to extricate ourselves from the kind of realism to which our so-called objective language system has bound us. Nowhere is this semantic enslavement clearer than in the psychotherapy room. It is there one can see most clearly how man can be trapped by his indicative verbs and how, in turn, he has been led to believe that he must choose between mutually exclusive versions of reality. Not only does he find that he must risk the chaos of anxiety in order to come up with something new, but also he discovers that once he has managed a new version of the important issues in his life he must face a moment of terrible estrangement from all that he has been if he is to make the existential leap. It is here – at the moment I have called the moment of threat – that the language of hypothesis enables his therapist to say, "But only suppose the floor is to be regarded as if it were hard," or, "But only suppose your posture is designed to protect you from ever again having feelings like those you once had for your mother."

I hope that, as well as inviting you to consider the use of another language for coping with man's problems both in the therapy room and in international affairs, I have led you to explore the implications of a particular proposition, the somewhat unorthodox one of, "Suppose we regard clinical psychology as if it were the purest of sciences."

Published with the kind permission of Jackie Kelly Aldridge

Reference (APA)

Kelly, G. A. (2014). The language of hypothesis: Man's psychological instrument. *Costruttivismi*, *1*, 5-15. doi: 10.23826/2014.01.005.015. Retrieved from http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.01.005-015.pdf

Costruttivismi, 1: 16-27, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.016.027

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

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 interporsi 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 maree 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. Suggerisce 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'"[1]. 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[2]. 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.

---

1 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.]*)

2 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 speri 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[3] 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-

3 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 immodificato, 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 oggigiorno 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. Suggerire 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 sua sofficità. 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 sofficità; 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[4] (*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-

4 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.

Conclusione

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-

mente dal pavimento. Avendo costruito una tale dimensione, o costrutto 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'avere 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.

Costruttivismi, 1: 29-33, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.029.033

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

ARTICOLI

La persona del terapeuta come strumento del cambiamento: implicazioni per il processo formativo

Lorenzo Cionini

Scuola di Psicologia, Università degli Studi di Firenze
Centro Studi in Psicoterapia Cognitiva, CESIPc, Firenze

Partendo da un interrogativo relativo alla formazione specialistica in psicoterapia vengono esplorate le differenze tra una formazione centrata sul paziente ed una centrata sul terapeuta, soffermandosi sui motivi per i quali i principi epistemologici e metodologici del modello clinico cognitivo-costruttivista portano a privilegiare nettamente la seconda opzione.

Parole chiave: *psicoterapia cognitivo-costruttivista, formazione in psicoterapia, formazione centrata sul paziente, formazione centrata sul terapeuta*

Starting with a question relating to specialist training in psychotherapy the differences between a patient-centered training and a therapist-centered one are explored, focusing on the reasons for which the epistemological and methodological principles of clinical cognitive-constructivism clearly favor the latter.

Keywords: *cognitive-constructivist psychotherapy, training in psychotherapy, patient-centered training, therapist-centered training*

Uno stimolante dibattito d'attualità negli scambi scientifici a cui assisto nei congressi o di cui leggo nelle riviste sembra vertere su un dilemma: la formazione dovrebbe essere "centrata sul paziente" o piuttosto "centrata sul terapeuta". Nel riflettere su questa contrapposizione, mi sono in un primo momento soffermato sul significato che possono avere le parole "centrato sul paziente" versus "centrato sul terapeuta" non solo rispetto alla formazione ma anche pensando alla psicoterapia stessa. Le parole richiedono infatti di essere interpretate e il contesto nel quale sono inserite ne modifica il significato.

Se calata nel contesto della psicoterapia, questa distinzione mi appare come un "non senso" poiché uno dei presupposti di base del modello che utilizzo adotta in pieno la definizione fenomenologica della relazione terapeutica considerandola un fenomeno intersoggettivo che si crea nel setting in quella dimensione del "Tra" o del "Noi", ovvero in quello spazio tra l'Io e il Tu che non appartiene a nessuno dei due membri della relazione ma solo ed esclusivamente alla relazione stessa in termini di complementarietà; in quella che Martin Buber (1947) definisce *the sphere of between*. Da questo punto di vista quindi non è possibile distinguere il contributo portato al processo da parte del terapeuta e da parte del paziente sia pur nella diversità dei ruoli e delle responsabilità.

Pensando invece al processo formativo, i contorni del dilemma mi appaiono immediatamente diversi.

Nella mia lettura, una formazione centrata sul paziente significa una formazione che pone un'attenzione prevalente alle categorie diagnostiche e all'uso delle tecniche e che quindi propone al terapeuta un modello centrato sul "fare" consistente nella necessità di imparare a effettuare una serie di operazioni diagnostiche che permettano di inquadrare le problematiche del paziente all'interno di specifiche categorie e, successivamente, in funzione di questa operazione preliminare, di adottare e porre in essere una serie di tecniche adeguate ai problemi presentati dal paziente; tecniche per le quali viene spesso usato il termine "efficaci", come se si potesse definire l'efficacia di una tecnica in sé, a prescindere dal momento e dal contesto intersoggettivo nel quale viene calata.

Viceversa, coerentemente col modello clinico cognitivo-costruttivista in base al quale declino la mia attività professionale (Cionini, 1991, 2013), una formazione centrata sul terapeuta significa una formazione che parte dall'idea che la relazione terapeutica rappresenti lo strumento più rilevante ai fini del cambiamento. Questa affermazione non implica sottovalutare l'importanza delle procedure terapeutiche utilizzate sia per la valutazione clinica sia nel processo terapeutico, quanto quello di partire dall'idea che qualsiasi procedura vada considerata come un "atto relazionale" (Safran, Muran & Proskurov, 2008) e che la sua maggiore o minore efficacia vada necessariamente ben oltre la sua "corretta esecuzione", poiché dipende dalle modalità relazionali con le quali viene posta in atto ovvero dalla qualità degli scambi diadici tra paziente e terapeuta e dai significati impliciti che si scambiano.

Chiarisco meglio qual è, dal mio punto di vista, la differenza fra il parlare di tecniche e il parlare di procedure. Una tecnica terapeutica – per quanto possa essere più o meno strutturata – implica comunque una sequenza di azioni tendenzialmente definita che il terapeuta deve seguire in maniera, appunto, corretta. Parlando di procedure intendo invece una modalità di porsi nella relazione con l'altro secondo certi principi che, pur chiaramente definiti, non sono traducibili in alcuna precisa sequenza di azioni poiché, come dicevo prima, non è il "fare" una determinata cosa che produce un determinato effetto ma l'effetto viene a legarsi al significato – prevalentemente implicito – che quell'atto assume all'interno della comunicazione, nella diade paziente-terapeuta.

Nell'attività didattica con futuri psicoterapeuti, mi capita spesso di fare un'affermazione apparentemente paradossale: "Tenete sempre presente che il terapeuta non guarisce nessuno" (Cionini e Ranfagni, 2009). Questo paradosso ha il senso di sottolineare essenzialmente due aspetti. In primo luogo è un invito a guardarsi dalla tendenza comune, in chi inizia a cimentarsi in questa professione, ad assumere implicitamente un'ottica deterministica di "cura" di tipo medico con l'idea di dover "fare" qualcosa affinché il paziente cambi, focalizzando così l'attenzione sulla propria performance e mettendo da parte il proprio essere e sentire. Tendenza implicita che può essere tradotta in un pensiero del tipo: "Se userò le tecniche o le procedure in modo corretto, riuscirò a essere un bravo terapeuta, avrò successo, riuscirò a far star meglio il paziente e a ridurre il suo disagio". In secondo luogo (ma questi due aspetti sono strettamente

connessi), per sottolineare che comunque l'esito del processo implica necessariamente l'apporto di due persone, dipende dalla qualità del "Tra" o del "Noi" e che ogni intervento dell'uno influenza la direzione e il successivo contributo dell'altro e, infine, che il progresso si verifica nella misura in cui i suoni si accordano creando e facendo avanzare il campo di una "relazione implicita condivisa" (Boston Change Process Study Group, 2010).

A partire da questi presupposti l'azione formativa diviene necessariamente centrata su un "saper fare" che consegue al "saper essere" del terapeuta nella relazione e non viceversa.

In quanto persona alla quale il paziente si rivolge in un momento di particolare difficoltà della sua vita, il terapeuta può essere considerato a pieno titolo una potenziale, importante, figura di attaccamento rispetto alla quale, il paziente tenderà a riprodurre quei processi di attribuzione di significato e a vivere quelle emozioni che caratterizzano tipicamente, "nell'oggi", le relazioni con le sue figure di attaccamento. Contemporaneamente, però, il terapeuta deve essere ben consapevole del fatto che non è, e non può essere, un "osservatore neutrale" di ciò che avviene nella relazione ma, all'opposto, che egli vi partecipa – e la co-determina – con la sua soggettività; in quanto osservatore partecipante, deve analizzare la propria interazione con il paziente, nel momento in cui vi partecipa, ponendo una costante attenzione sia ai sentimenti e alle tendenze all'azione evocate in lui dal paziente in quel momento sia all'effetto che questi possono avere nella regolazione interattiva della relazione (Safran & Muran, 2000). Deve essere in contatto con sé anche grazie a una sufficiente consapevolezza delle proprie modalità di funzionamento cognitivo e soprattutto affettivo-emotivo, quindi in grado di discriminare quanto ciò che sta sentendo possa essere ricondotto prevalentemente a proprie modalità stereotipiche di reagire, in determinate situazioni interpersonali, e quanto a ciò che sta avvenendo nel "Noi" della relazione (Cionini, 2013).

Nel condurre gli scambi conversazionali, nell'uso del silenzio, nelle microregolazioni del campo intersoggettivo in ogni "momento presente" (Stern, 2004) e nell'utilizzare le procedure terapeutiche, il terapeuta deve quindi porre un'attenzione costante al significato relazionale, esplicito ma soprattutto implicito, delle proprie mosse (verbali, paraverbali e non verbali), per promuovere momenti di incontro – costruiti congiuntamente con l'apporto di qualcosa di unico e personale da parte di entrambi – nei quali si realizzi un reciproco riconoscimento di sensazioni, motivazioni, intenzioni e scopi creando così occasioni per esperienze nuove, e trasformative, in una situazione, quella del setting, protetta ma comunque "reale".

Le mosse del terapeuta nella relazione possono essere giocate con modalità diverse. Un primo modo può passare attraverso un intervento metacomunicativo. Si tratta, in questo caso, di orientare l'attenzione del paziente sui processi intersoggettivi in corso e su una loro possibile lettura; in questo caso la comunicazione è esplicita e il linguaggio è più vicino a quello della prosa. In altri casi, il terapeuta può decidere di comunicare – talvolta anche in termini metaforici – proprie personali sensazioni rispetto a ciò che ha sentito/sta sentendo nella relazione, in quello spazio e in quella dimensione che anche prima – utilizzando il linguaggio fenomenologico – ho definito del "Noi" o del "Tra" . In altri casi ancora la comunicazione può passare solo attraverso i livelli impliciti di gesti e sguardi (ovvero il dialogo fra i corpi) o attraverso mosse relazionali strategicamente orientate (Cionini, 2011).

Le sensazioni e le emozioni del terapeuta (la cosiddetta dimensione controtransferale) non sono così considerate un ostacolo, un qualcosa da evitare ma al contrario una componente essenziale dell'intervento. Le sensazioni e le emozioni del terapeuta sono alla base della sua possibilità di comprensione dell'altro e forniscono una direzione nella scelta delle sue "mosse relazionali" finalizzate a un avanzamento del processo di regolazione reciproca della relazione, alla creazione di momenti affettivi intensi e di altri momenti di incontro nonché alla riparazione delle rotture che possono verificarsi nell'interazione.

Per questa ragione alla base del processo formativo degli psicoterapeuti, al di là dell'addestramento alle procedure terapeutiche, ritengo prioritaria l'attenzione alla formazione personale degli allievi. Formazione personale finalizzata non tanto a "guarire dalle proprie nevrosi" (obiettivo certamente auspicabile ma non indispensabile) quanto a permettere una sufficiente consapevolezza di sé e delle proprie dinamiche affettivo-emotive che consenta di distinguere sé dall'altro nel processo e nella relazione terapeutica (Cionini e Ranfagni, 2009).

La formazione personale, coerentemente con questa visione del processo terapeutico, può essere gestita in vari modi e momenti sia nel setting del gruppo di formazione sia in un setting individuale.

Nel gruppo di formazione, soprattutto nei primi due anni, buona parte del tempo viene dedicato a un lavoro nel quale un allievo assume il ruolo di terapeuta nei confronti di un collega di gruppo che porta una propria problematica personale; non si tratta quindi di simulare, ma di porre in atto vere e proprie sedute su tematiche che l'allievo-paziente si sente di portare all'interno del setting gruppale. Questo lavoro viene svolto talvolta in aula, talvolta in un'altra stanza collegata all'aula tramite apparecchiature audio-video che permettano di vedere-sentire in diretta ciò che accade nella "seduta" e successivamente ridiscuterlo (non tanto centrando il focus sui contenuti personali portati dall'allievo paziente ma privilegiando l'analisi delle scelte esplorative e della modalità di conduzione dell'allievo-terapeuta), con l'apporto di tutti; anche rianalizzando, se necessario, brani della video-registrazione.

Nel terzo e quarto anno di formazione è la supervisione stessa a offrire occasioni di lavoro sulla persona del terapeuta, nella misura in cui la supervisione non è finalizzata alla valutazione della correttezza tecnica delle mosse impiegate dall'allievo in supervisione con il suo paziente, quanto all'analisi delle difficoltà che egli ha incontrato, in particolari momenti del processo, e che – sistematicamente – hanno a che fare con proprie dimensioni personali di significato.

Non è un caso che i primi pazienti che gli allievi incontrano nelle loro psicoterapie sembrano presentare sempre (o quasi) problematiche simili a quelle del terapeuta stesso. Questa apparente stranezza dipende dal fatto che è proprio quando il terapeuta alle prime armi ha la sensazione di trovarsi di fronte a un problema che "assomiglia" a una propria difficoltà personale (indipendentemente dalla "verità" o meno di questa somiglianza), che si creano i momenti di maggiore difficoltà. La supervisione viene quindi dedicata principalmente a aiutare l'allievo-terapeuta a comprendere il significato della propria difficoltà e questo porta al fatto che comunemente il focus della supervisione, che inizialmente parte dal paziente, si sposti decisamente sulla persona del terapeuta.

La formazione personale in gruppo, pur essenziale, ha tuttavia anche alcuni limiti poiché comunque il gruppo deve mantenere le sue caratteristiche di gruppo formativo e non deve e non può diventare un gruppo terapeutico. Per tale ragione si ritiene necessario e opportuno che l'allievo abbia (soprattutto in questo secondo biennio della formazione) uno spazio individuale, un setting individuale, all'interno del quale poter approfondire le tematiche personali emerse nell'attività formativa e di supervisione.

Viene quindi reso obbligatorio un numero minimo di ore di lavoro personale individuale durante il terzo e quarto anno di corso. Sono però pochi gli allievi che si limitano a ottemperare a questo obbligo, poiché la maggior parte di loro coglie perfettamente l'utilità e la necessità di una vera e propria psicoterapia personale (senza limiti temporali) che accompagni il percorso formativo e consenta loro di acquisire una maggiore capacità e libertà per "essere", "sentirsi" e "sentire l'altro" nella relazione nel rivestire il proprio ruolo professionale.

Riferimenti bibliografici

Buber, M. (1947). *Between man and man*. London: Kegan Paul, Trench, Trubner & Co.

Cionini, L. (1991). *Psicoterapia cognitiva: teoria e metodo dell'intervento terapeutico*. Roma: Carocci.

Cionini, L. (2011). Transfert e controtransfert: le emozioni in psicoterapia. L'ottica cognitivo-costruttivista. In P. Moselli (a cura di), *Il nostro mare affettivo: la psicoterapia come viaggio* (pp. 15-22). Roma: Alpes.

Cionini, L. (2013). La psicoterapia cognitivo-costruttivista. In L. Cionini (a cura di), *Modelli di psicoterapia* (pp. 133-213). Roma: Carocci.

Cionini, L., e Ranfagni, C. (2009). Dire, fare, imparare: un modello di formazione alla psicoterapia in ottica cognitivo-costruttivista. *Rivista di Psicologia Clinica*, *2*: 1-21 (English version: Say, do, learn: A cognitive-constructivist psychotherapy training model. Retrieved from http://www.rivistadipsicologiaclinica.it/italiano/numero2_09/Cionini_Ranfagni.htm)

Safran, J. D., Muran, J. C., & Proskurov, B. (2009). Alliance, negotiation, and rupture resolution. In R. A. Levy, & J. S. Ablon (Eds.), *Handbook of evidence-based psychodynamic psychotherapy* (pp. 201-225). New York: Humana Press/Springer.

The Boston Change Process Study Group (2010). *Change in psychotherapy: A unifying paradigm*. New York: Norton. (trad. it. *Il cambiamento in psicoterapia*. Milano: Cortina, 2012)

Stern, D. (2004). *The present moment in psychotherapy and everyday life*. New York: Norton. (trad. it. *Il momento presente*. Milano: Cortina, 2005)

Safran, J. D., & Muran, J. C. (2000). *Negotiating the therapeutic alliance: A relational treatment guide*. New York: Guilford. (trad. it. *Teoria e pratica dell'alleanza terapeutica*. Roma-Bari: Laterza, 2003)

L'Autore

Lorenzo Cionini è Professore associato presso la Scuola di Psicologia dell'Università degli Studi di Firenze e codirettore della Scuola di specializzazione ad indirizzo costruttivista del CESIPc di Firenze. È autore e curatore di numerosi articoli e volumi sulla psicologia e la psicoterapia cognitivo-costruttivista, l'ultimo dei quali, pubblicato da Carocci nel 2013, è *Modelli di psicoterapia*.

Email: lorenzo.cionini@unifi.it

Citazione (APA)

Cionini, L. (2014). La persona del terapeuta come strumento del cambiamento: implicazioni per il processo formativo. *Costruttivismi*, *1*, 29-33. doi: 10.23826/2014.01.029.033. Disponibile da http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/06/2014.01.029.033.pdf

Costruttivismi, 1: 34-41, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.034.041

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

Lo psicoterapeuta e l'amore

L'amore non lo canto, è un canto di per sé[1]

Mara Ognibeni, Ombretta Zoppi
Centro Studi in Psicoterapia Cognitiva, CESIPc, Firenze

In questo lavoro intendiamo soffermarci sulla figura dello psicoterapeuta. La nostra vuole essere una ricerca di un'identità coerente con la TCP che sussuma l'essere terapeuti come un aspetto di una più ampia rete di possibilità come persone. Partiamo da un'interpretazione dell'Amore: una costruzione sovraordinata all'essere terapeuti. Ispirandoci alla concezione di Maturana, intendiamo impegnarci in una teorizzazione della figura dello psicoterapeuta. Ci piace pensarci viaggiatori tra mondi possibili. Permeati di umanità nella misura in cui, se siamo qui, è perché abbiamo deciso di amare.

Parole chiave: *psicoterapeuta, ruolo dello psicoterapeuta, amor*e

The aim of this paper is to focus on the role of the psychotherapist. Our efforts are towards an identity, coherent with the PCT, which may subsume "being a psychotherapist" as a feature of a wider network of possibilities as human beings. We begin with an interpretation of love, a superordinate construction to being a psychotherapist. Following Maturana, we propose a theorization of the therapist's role. We like to consider ourselves travellers amidst possible worlds. We are endowed with humanity, to the extent that, if we are here, it is because we have chosen to love.

Keywords: *psychotherapist, psychotherapist's role, love*

In una prima seduta la signora che ho di fronte, infermiera professionale, mi racconta una storia: da qualche anno per motivi di salute è stata trasferita dal lavoro in corsia, da lei molto amato, al reparto di radiologia. La sua nuova mansione consiste nell'imbustare referti.

"È un lavoro tedioso e io voglio continuare a pensare che siamo persone e non foglietti, così leggo tutti i referti e quando sono di esito nefasto leggo il nome, l'età, la professione e provo a immaginare chi siano le persone che riceveranno la busta, come reagiranno, cosa li aspetta e come cambieranno le loro vite…".

[1] La citazione "L'amore non lo canto, è un canto di per sé" è di Giovanni Lindo Ferretti.

Il discorso che vorremmo sviluppare in questo nostro lavoro ha radici comuni con il racconto appena citato: cosa distingue un gesto d'Amore da Altro? Dove possiamo trovare e con che cosa possiamo identificare dei significati sovraordinati di riferimento definibili come Amore di cui il nostro "fare" ed "essere" terapeutico possa essere elemento coerente?

In che modo poi possiamo essere effettivamente coerenti con le nostre premesse?

Analizzando brevemente il pensiero di vari autori e proponendo il nostro modo di "essere" in terapia cercheremo di dare alcune risposte a tali domande.

Biswanger: se ti amo ti contemplo

Nella teoria di Binswanger (1956, 1963) quello che riteniamo maggiormente importante ai nostri fini è il concetto di "essere insieme nell'amore".

Con questa espressione l'Autore si riferisce al modo di essere insieme nel "noi", nella dualità dell'amore, al come il "noi due" sia nell'amore, nell'essere insieme "di me e di te".

L'amore, secondo Binswanger, è idea, è affetto, è volontà nello stesso tempo, ma è soprattutto qualche cosa che trascende ogni funzione.

L'amore non può essere un oggetto di disamina psicologica; l'essere insieme nell'amore è un essere nel mondo e contemporaneamente un esserne al di sopra.

In amore non vi è "*do ut des*" poiché nell'amore l'atto di donare è provato come un ricevere, giacché l'io non dà qualche cosa a un altro, ma propriamente si dona.

L'io dell'amore non è un io altruista o egoista: è un io che semplicemente attua e rivela se stesso.

Binswanger teorizza che al contenuto fenomenico dell'essere assieme nell'amore appartenga anche l'equivalenza tra solitudine ed essere insieme. Solo nella solitudine dell'amore è pienamente vissuto "l'io sono", senza limitazioni e senza determinazioni.

D'altro canto soltanto nell'amore il pronome "tu" assume il completo valore di "mio tu": invece nei rapporti di potenza, anche se tale pronome viene correttamente adoperato dal linguaggio, esso tende a ridursi al valore neutro di terza persona, di cosa-da-usare.

B. ci dice che l'esserci nell'amore è una dimensione trascendente che non conosce i confini del tempo e dello spazio; si dà nel momento in cui si crea un "noi due" in cui ci sia l'insieme di "te e di me". Questo modo di esserci riguarda singole relazioni elettive e può permetterci di vivere nel mondo in modo "ricco e pieno" e non "alienato"; per contro sembra suggerirci poche indicazioni su come l'esserci nell'amore si applichi all'esperienza. Abbiamo una definizione ma non una descrizione processuale, l'amore si ha non si persegue.

In altri termini B. nulla ci dice sulla natura della relazione che lega "l'io" al "tu". "Noi" siamo, ma non sappiamo come siamo.

Maturana: se ti amo ti lascio libero

In tempi assai più recenti Maturana (Maturana & Davila, 2006; Maturana & Varela, 1987) ci dà una sua particolare visione dell'Amore: in sintesi l'amore è l'emozione che costituisce le azioni di accettazione dell'altro come legittimo nella convivenza; pertanto amare è aprire uno spazio di interazioni ricorrenti con l'altro nel quale la sua presenza è legittima.

Nella visione di Maturana le interazioni che non sono all'interno dell'Amore non sono interazioni sociali. Se l'Amore è definito come accettazione dell'altro in quanto legittimo nella convivenza, non sono relazioni d'Amore le relazioni gerarchiche che prevedono

un'ubbidienza, le relazioni in cui ci siano rabbia, competizione (ovvero quando il possedere ciò che l'altro non ha è di per sé una modalità relazionale), manipolazione, negazione dell'altro.

Maturana fonda la sua teoria dell'Amore sul rispetto e sull'accettazione dell'altro. Non vi è mai un esplicito riferimento alla COMPRENSIONE dell'altro se non nei termini in cui è facile uscire dal dominio dell'Amore se si ignora chi l'Altro sia.

In altre parole non vi è riferimento alla struttura personale dell'altro: l'Altro è legittimo in quanto esistente.

Pur condividendo appieno la teoria di Maturana vorremo poterla integrare con delle riflessioni su come si possa incarnare nell'esperienza la possibilità di considerare l'Altro legittimo.

Chiari e Nuzzo: se ci amiamo siamo in due

Sia Maturana che Binswanger concordano nel ritenere le relazioni di potere come relazioni non d'Amore, ma non considerano la comprensione dell'altro come elemento fondamentale del rispetto. Così come non fanno un chiaro riferimento alla natura della relazione, come possiamo trovare invece nella teoria di Kelly e nel pensiero di Buber (così come analizzato da Chiari e Nuzzo, 2006).

Il costruttivismo ermeneutico

Nel loro scritto "*Exploring the shere of between*", Chiari e Nuzzo riportano il pensiero di Buber (1937) secondo cui la personalità non è semplicemente una questione individuale, né semplicemente un prodotto sociale, ma una funzione di relazione che avviene nella "sfera del tra" (Chiari & Nuzzo, 2006, 2010). La concezione di Buber è fatta propria dal costruttivismo ermeneutico, che pone la relazione come dimensione centrale e sovraordinata che trascende i due soggetti in essa impegnati.

La relazione avviene nella sfera del tra: cioè nella viva relazione tra persone, sullo stretto crinale dove Io e Tu si incontrano… In tal caso i due termini della relazione non sono più interagenti separatamente: essi si complementano. Amare quindi, coerentemente con queste premesse, ci sembra possibile nella misura in cui entriamo in una relazione svolgendo un ruolo in cui la comprensione dell'altro si attua nell'assumere il suo punto di vista e la ragione del suo pensare, nell'indossare i suoi panni, nel considerare legittima non solo la sua esistenza, ma anche la sua natura.

Comprendere richiede
mettersi nella posizione
di lasciarsi insegnare
di apprendere
di esperire
di essere influenzati e cambiati
di essere umili
di stare sotto
Di non restare in disparte
di non essere differenti
superiori
separati
altezzosi
distanti

remoti
professionalmente intoccabili
Comprendere
è essere inzuppati
e lavati
e sommersi
È prendere la forma
dell'altro
disfarsi della propria forma
è assumere in sé
la forma dell'altro
così da poter essere
a seguito a ciò informati
È diventare un allievo
È interessarsi tanto
da dare all'altro
il potere.
(Mair, 1989)

Kelly: cercheremo assieme il nostro senso nel mondo

Siamo partite da lontano per introdurre la seconda parte del nostro lavoro, in cui vorremmmo dare voce a uno dei tanti percorsi che possiamo scegliere in terapia per "incarnare" quell'Amore di cui sin qui si è trattato. Vogliamo fare questo partendo dalla teoria dei costrutti personali (TCP) di Kelly (1955) che a nostro avviso sembra onorare più di altre l'Amore stesso.

Le implicazioni in psicoterapia di quanto detto in precedenza sono espressioni molteplici e significative di come si possa incarnare nell'esperienza relazionale la concezione e considerazione dell'Altro come legittimo ed esistente.

Secondo quanto sostenuto da Maturana, ci troviamo nella cornice di un fenomeno sociale in cui ciascuno dei due membri della relazione psicoterapeutica accetta l'altro come altro legittimo nella convivenza. L'accettazione reciproca rappresenta la base per la creazione di un modo di convivere che non porta al sopruso e in cui il terapeuta s'interroga sui cambiamenti avvenuti nel paziente, sul significato dei suoi comportamenti e sull'eventualità di successivi cambiamenti da favorire o da operare perché cambi la dinamica del funzionamento della persona in modo da permettere la dissoluzione del sintomo.

Vogliamo soffermarci a riflettere sui due attori principali della psicoterapia: psicoterapeuta e cliente.

Lo psicoterapeuta è principalmente una persona. Il termine persona prende la sua derivazione dal latino "persona-ae" che significa maschera teatrale, personaggio, figura, personalità, carattere. In che modo la persona del terapeuta può essere un personaggio o può, in altri termini, essere visto come chi recita una parte? Il terapeuta non si comporta col cliente in una modalità casuale o genuinamente rispettosa delle sue caratteristiche personali. Il terapeuta, infatti "crea" il suo personaggio, sceglie di presentarsi ed esporsi col cliente secondo una precisa modalità. Il terapeuta crea la parte con cui si espone col cliente. Secondo quali criteri il terapeuta sceglie la modalità con cui presentarsi al cliente? Lo fa in modo creativo permettendo al cliente

di elaborare e sperimentare, nella stanza con lui, modi alternativi di costruire se stesso, gli altri e la sua relazione con gli altri.

Una nuova esperienza

A nostro parere ci sono delle domande che il terapeuta comincia a porsi fin dal primo incontro col cliente: "Come posso presentarmi all'altro, per essere terapeuticamente utile?", "Come posso presentarmi all'altro per permettergli di fare un'esperienza diversa?", "Su cosa o su quali elementi posso focalizzarmi?", "Che cosa posso far emergere?". Ci piace pensare alla figura del terapeuta come un "personaggio che recita una parte declinata nelle proprie corde", un personaggio che ogni volta cambia in base al cliente. Ogni volta la nostra sfida, come persone e come psicoterapeuti, consiste nello sceneggiare e recitare, nella relazione terapeutica, la parte di un "personaggio" che sia funzionale al cliente per permettergli di costruire una storia nuova e diversa su di sé, storia che possa poi essere applicata nel contesto relazionale esterno.

Nella scelta del personaggio da interpretare un elemento fondamentale è dato dalla comprensione del cliente, così come essa è presupposta da quello che rappresenta l'apice e il centro della TCP, il corollario della socialità. Se ipotizzo che, "nella misura in cui una persona costruisce i processi di costruzione di un'altra, può interpretare un ruolo in un processo sociale che coinvolge un'altra persona", ne discende che l'interazione interpersonale esista solo nei termini della comprensione reciproca; nel nostro caso nei termini della comprensione del cliente da parte dello psicoterapeuta.

Il terapeuta nella TCP, sulla base della comprensione dell'altro, usa se stesso per permettere lo spostamento del cliente dal suo punto di osservazione abituale.

Inoltre sospende il giudizio sulla natura determinata delle cose, per declinare il mondo al condizionale e lasciare aperte un gran numero di differenti possibilità per il cliente.

Noi pensiamo che la grande ricchezza del nostro lavoro sia collegata con l'avere solo noi stessi come strumento che favorisce un cambiamento; tutto quello che abbiamo in noi stessi quindi può essere usato, purché riletto all'interno della cornice teorica professionale. In questo senso anche le emozioni del terapeuta, e ogni costruzione personale in genere, possono trovare spazio nella terapia e rivelarsi utili nella misura in cui siano rilette all'interno di costruzioni professionali e diventino quindi professionali.

Abbiamo solo noi stessi… ma non siamo soli.

Ritenendo l'Altro legittimo, abbiamo pieno e profondo rispetto per lui e per la sua unicità. Nella nostra tensione a comprendere partiamo da lì, dall'Altro, e intraprendiamo un'avventura che inevitabilmente implicherà dei significativi cambiamenti, dati dall'avere stabilito una relazione di conoscenza e mutazione col cliente, fatta di coinvolgimento e di investimento.

Vogliamo soffermarci su questo, sull'impossibilità di trascendere il cliente nella creazione del "personaggio" che servirà nella relazione terapeutica, e sul fatto che dare spazio al cliente e ai suoi temi implicherà dei cambiamenti nel terapeuta. Rileviamo che tutto questo rappresenta un modo per incarnare l'Amore.

Abbiamo detto in precedenza che il nostro compito, come psicoterapeuti, consiste principalmente nell'agire con il cliente in modo da permettergli di costruire una storia nuova e diversa su di sé, tale che possa poi essere applicata nel suo contesto relazionale e sociale. In questa direzione ogni argomento "dotato di senso" per il cliente, rappresenta un possibile terreno fertile per la creazione di ipotesi alternative sulla relazione con gli altri. Nella terapia nuovi significati e quindi nuove azioni sono sperimentati come cambiamenti dell'organizzazione individuale e sociale. Ogni persona che noi accettiamo come legittima nel nostro spazio di convivenza ha curiosità e interessi diversi. Le strade che favoriscono nuove esperienze relazionali del

cliente sono molteplici e diverse in base alle attitudini, inclinazioni e interessi personali. Sta alla curiosità, all'intraprendenza e all'interesse del terapeuta usarle.

L'Altro è il punto di partenza

Così come nella psicoterapia possiamo usare tanti aspetti di noi stessi, purché li riteniamo terapeuticamente utili e inquadrati in una cornice professionale di riferimento, allo stesso modo si può parlare di tutto e di tutti quegli argomenti che siano, a qualche livello, rilevanti per la persona.

Il terapeuta persegue l'obiettivo di sottolineare ed enfatizzare i canali di movimento che la persona può aprire per se stessa e dato che "il cliente è l'esperto", grande spazio può essere dedicato alle attività spontanee e alle aree vocazionali, aree in cui ipotizziamo che risiedano le costruzioni maggiormente permeabili nel sistema del cliente.

Amare in questo caso significa conferire all'altro la scelta delle aree da cui partire e accettare di sussumere nel nostro sistema di costrutti le dimensioni di significato più elaborative su cui ruota il sistema di costruzione personale del cliente. In questo modo ci poniamo l'obiettivo di partire da aree sottoponibili a evoluzione ed elaborazione per favorire un cambiamento psicoterapeutico che consenta un migliore adattamento relazionale. L'analisi delle attività spontanee permette la comprensione dei costrutti personali maggiormente permeabili e indica quell'area in cui con più facilità la persona è disponibile a fare esperienza e ad applicare nuove costruzioni su sé e sugli altri. In questo modo lo studio degli interessi e delle attività spontanee diventa lo studio dell'intera gamma e varietà dei processi psicologici di una persona, e non solo lo studio di un tipo speciale di attività.

L'attività spontanea è intimamente connessa con la scelta vocazionale che rappresenta anch'essa un'area di costruzioni permeabili. La vocazione occupazionale, infatti, rappresenta un preciso campo di esperienza e ci permette di avere accesso ai costrutti personali più significativi e proposizionali. L'area della vocazione occupazionale è un'area in cui la persona possiede molti costrutti che sono sufficientemente permeabili da permettere che avvenga una cospicua evoluzione successiva. Capire la scelta vocazionale significa sapere qualcosa dei tipi di cambiamento che la persona è preparata ad attuare e di quelle aree che considera un felice compromesso tra sfida e sicurezza. La scelta della vocazione occupazionale, infatti, può essere qualcosa di nuovo e interessante ma non così strano da confondere; è sempre un compromesso tra avventura e protezione. La scelta vocazionale può comunicare anche notizie sul sistema di elementi cui una persona fa riferimento per validare le sue costruzioni (appunto occupazione e colleghi) e questo rappresenta un passo importante nella decisione di quali nuove idee dovrebbero essere sviluppate dal cliente. La vocazione occupazionale quindi è uno dei mezzi principali con cui al ruolo di vita è data chiarezza e significato. Serve come supporto e stabilizzazione contro caos e confusione.

Quando sentiamo i nostri pazienti parlare dei loro interessi e delle loro passioni e di cosa esse significhino per loro cominciamo a immaginarli (proprio come la signora di cui abbiamo parlato nell'introduzione). Li vediamo al lavoro, nelle attività di volontariato, a casa, immersi in ciò che a loro piace di più, dediti a consolarsi, a rilassarsi, a proteggersi dall'ansia e dalla minaccia, a isolarsi, a socializzare. Se siamo disponibili a fare un atto d'Amore, ci lasciamo incuriosire e partiamo da questo terreno sicuro per scoprire nuovi mondi avendo nuovi occhi.

Quello di cui siamo più grate ai nostri pazienti è di averci raccontato pezzi della loro vita, facendoci avventurare in culture personali e mondi diversi. Abbiamo imparato tanto dai nostri clienti affrontando a volte temi e argomenti sconosciuti nei quali loro stessi, ci hanno accompagnato, altre volte soffermandoci su temi che anche noi conoscevamo personalmente e che

sono diventate in comune, e con questi temi abbiamo ritagliato spazi di collaborazione, esempi e metafore utili per il processo terapeutico in corso.

Un esempio per tutti di come l'Amore del terapeuta per il cliente incontri l'Amore del cliente per qualcosa e crei una speciale magia.

Un paziente appassionato di calcio mi parla di una partita cui aveva assistito, da solo davanti al televisore, in una serata di particolare disagio personale. La sua squadra aveva perso (come spesso succedeva), ma aveva giocato bene. La squadra per cui tifava era la stessa per cui anch'io tifo e anch'io avevo assistito a quella partita. Mi è venuto "spontaneo" (pensando che fosse terapeuticamente utile per la costruzione professionale che avevo di lui) condividere le impressioni sulla partita e arrivare insieme alla conclusione che in fondo andava bene così, per noi tifosi della Fiorentina non era importante vincere le coppe, ma era importante identificarsi in un colore, in un simbolo, in una fede e in una lotta contro l'impossibile. D'altra parte, ci siamo chiesti, che cosa ci succederebbe se si vincesse qualcosa? Che ne sarebbe di noi e del nostro ruolo nel campionato di calcio italiano? Questi ragionamenti ci hanno permesso di trovare delle analogie con l'esperienza del mio paziente e con il suo desiderio di comportarsi in modo più egoista, di pensare di più a sé. Che ne sarebbe stato di lui, ci siamo chiesti, se fosse stato radicalmente diverso? Che ne sarebbe stato della sua vita e delle sue relazioni? Forse il punto non era diventare egoista o pensare a sé, ma trovare il modo per rispettare le sue esigenze all'interno di un vivo e profondo interesse per le persone intorno a lui. Allo stesso modo per noi sostenitori della Fiorentina non era necessario vincere ma avere soddisfazioni che ci gratificavano di volta in volta e dell'attaccamento a un colore e a un simbolo. "Nella prossima vita", ci siamo detti "facciamo il tifo per la Juve ed io rinasco egoista e strafottente".

Alla fine della terapia il mio paziente ha riparlato di quella volta rilevando quanto gli fosse stata utile l'analogia con la squadra di calcio per sperimentare modi alternativi e non opposti di relazione con gli altri e ha concluso così: "Lo sapevo che la mia squadra mi sarebbe servita anche per questo problema personale!".

Un atteggiamento comune di "amore" per una squadra di calcio e l'"amore" verso una persona, un cliente, mi hanno permesso di costruire con lui una relazione di ruolo, volta a sperimentare un modo diverso di vedersi nel pieno rispetto delle proprie caratteristiche principali. Le costruzioni permeabili quali l'amore per una squadra "destinata a non vincere" ma oggetto di amore proprio per questo, hanno permesso il crearsi di nuove costruzioni e dimensioni di significato che sono state subito applicate alla persona del cliente offrendo nuove sfumature e aprendo nuovi scenari di relazione.

Il cliente è l'esperto. A noi il compito di lasciarsi affascinare e di scegliere contenuti e direzioni che sembrano utili per il cambiamento. Ognuno ha la magia dentro di sé…

Un ringraziamento speciale ai nostri pazienti che ci hanno raccontato delle loro vite e che ci permettono di conoscere, imparare, fare esperienza e di viaggiare verso luoghi meravigliosi.

Riferimenti bibliografici

Binswanger, L. (1956). *Drei Formen missglückten Daseins: Verstiegenheit, Verschrobenheit, Manieriertheit*. Tubingen: Max Niemeyer. (trad. it. *Tre forme di esistenza mancata. Esaltazione fissata, stramberia, manierismo*. Milano: Il Saggiatore, 1964)

Binswanger, L. (1963). *Being-in-the world: Selected papers of Ludwig Binswanger*. New York: Basic Books.

Buber, M. (1937). *I and thou* (trans. R.G. Smith), Edinburgh: T. & T. Clark. (Original work published 1923)

Chiari, G., & Nuzzo, M.L., (2006) Exploring the sphere of between: The adoption of a framework of complementarity and its implications for a constructivist psychotherapy. *Theory & Psychology*, *16*, 257-275.

Chiari, G., & Nuzzo, M.L., (2010). *Constructivist psychotherapy: A narrative hermeneutic approach*. London: Routledge.

Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton. (Reprinted by Routledge, London, 1991) (trad. it. parz. *La psicologia dei costrutti personali. Teoria e personalità*. Milano: Cortina, 2004)

Maturana, H.R., & Varela, F. J. (1987). *The tree of knowledge: The biological roots of human understanding*. Boston: New Science Library. (Original work published 1984)

Maturana, H.R., & Davila, X. (2006). *Emozioni e linguaggio in educazione e politica*. Milano: Eleuthera.

Gli Autori

Mara Ognibeni è psicologa, psicoterapeuta, didatta dell'AIPPC e della SITCC, e lavora come Didatta alla Scuola di specializzazione del CESIPc di Firenze e come terapeuta individuale e di coppia sia ad Ancona che a Firenze. Da tempo considera la relazione terapeutica un suo specifico campo di interesse cui ha dedicato diverse pubblicazioni.
Si occupa altresì di formazione, sia individuale che di gruppo, con attività di supervisione e di didattica in Corsi ministeriali di Formazione per psicoterapeuti.

Email: m.ognibeni@fastnet.it

Ombretta Zoppi, psicologo e psicoterapeuta, lavora come libero professionista nell'ambito clinico e collabora come consulente con agenzie formative. Didatta dell'AIPPC nell'ambito della formazione pratica nella Scuola di specializzazione del CESIPc di Firenze. I suoi interessi si focalizzano sulla teoria dei costrutti personali applicata ad interventi di formazione di gruppi che operano nel settore turistico e sulla formazione e supervisione degli allievi nei vari campi della psicoterapia.

Email: omzoppi@tin.it

Citazione (APA)

Ognibeni, M., e Zoppi, O. (2014). Lo psicoterapeuta e l'amore. L'amore non lo canto, è un canto di per sé. *Costruttivismi*, *1*, 34-41. doi: 10.23826/2014.01.034.041. Disponibile da http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.01.034.041.pdf.

Costruttivismi, 1: 42-57, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.042.057

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

Consapevolezza, intuizione e costruttivismo[1]

Fabio Giommi

Direttore della Scuola di Psicoterapia Cognitivo-Costruttivista NOUS di Milano; fondatore e presidente di AIM, Associazione Italiana per la Mindfulness

Lo scopo è favorire l'apertura di una riflessione comune attorno a un fondamentale presupposto epistemologico, che vincola i modi in cui concepiamo la mente umana. *Intuizione*, *Insight*, *Vipassana* sono parole che originano in culture lontane separate dallo spazio e dal tempo, ma che condividono la stesso preciso significato etimologico e si riferiscono alla effettiva potenzialità per la mente umana di una forma superiore di intuizione. La psicologia scientifica è sempre stata riluttante a riconoscere l'intuizione in quanto modalità radicalmente diversa di conoscenza, concependola invece come il prodotto di processi inconsapevoli bottom-up. Le pur diverse visioni della filosofia classica occidentale, che le tradizioni meditative buddhiste hanno riconosciuto e riconoscono la conoscenza intuitiva. Oggi l'idea di una forma superiore di insight è percepita come irrazionale. Questo in verità è paradossale perché l'intuizione è il fondamento della logica e della matematica e sta alla base del pensiero razionale rigoroso. Cosa accade se iniziamo a esplorare l'ipotesi della effettiva esistenza dell'intuizione? Ciò comporterebbe un profondo riorientamento del focus della psicoterapia, dei processi trasformativi in generale e quindi della formazione degli psicoterapeuti.

Parole chiave: *intuizione, insight, mindfulness, epistemologia, conoscenza tacita, costruttivismo*

The aim is to open in our community a shared reflection about a fundamental and almost hidden epistemological assumption, that constrains the ways we conceive human mind. *Intuition, Insight, Vipassana* are words derived from cultures separated in time and space, but share the very same etymological meaning and refer to the actual possibility for human mind of a higher form of intuition. Scientific Psychology has been reluctant to acknowledge intuition, conceiving it instead as the product of unconscious bottom-up processes. Both Western classical philosophical views and Buddhist traditions recognize this intuitive knowing. Nowadays, a higher form of insight is perceived as irrational. This is ironic because intuition is at the foundation of logic and mathematics, at the base of rigorous rational thinking. What if we start exploring the hypothesis of the actual existence of intuition? It would imply a deep reorientation of the focus of psychotherapy, of transformative processes in general, and therefore of psychotherapist training.

Keywords : *intuition, insight, mindfulness, epistemology, tacit knowledge, constructivism*

---

[1] Questo articolo è una ripresa e uno sviluppo del capitolo di F. Giommi e H. Barendregt (2014), Vipassana, insight and intuition: Seeing things as they are, *Psychology of Meditation* (Ed. by N. Singh), Nova Publ., New York.

È concepibile una modalità di conoscenza che sia oltre il pensiero?

Questa stessa domanda apriva il saggio introduttivo che mi era stato chiesto dall'editore per presentare e inquadrare la traduzione del libro che introduceva le applicazioni cliniche della mindfulness in Italia (Giommi, 2006).

La domanda era seguita da una risposta. Sì, esiste la possibilità di una conoscenza che si manifesta quando l'attività discorsiva ininterrotta della mente si placa creando lo spazio perché emerga, spontaneamente, una consapevolezza silente, una *presenza* al di là delle parole, dei concetti, del pensare, dell'intendere, del significare; una modalità di comprensione non concettuale, facilitata dalla semplice presenza mentale, dalla semplice attenzione cosciente a ciò che appare nell'esperienza. Un modo concreto di accedere, di coltivare e stabilizzare questa forma di conoscenza lo troviamo nelle pratiche di meditazione di consapevolezza (mindfulness), ma non è né il solo né l'unico approccio.

Una modalità descritta come *non concettuale* e *non discorsiva* è lo stesso che dire *intuitiva*.

L'identica domanda può dunque essere formulata anche in questo modo: è concepibile la conoscenza intuitiva? Questo è il tema che vorrei proporre alla consapevolezza comune e alla riflessione attraverso questo intervento.

Prima di iniziare, due brevi premesse

Gli autori cognitivo-costruttivisti, soprattutto quelli italiani, sono da sempre caratterizzati da un alto livello di competenze e sofisticatezza epistemologica; si può anzi affermare che il fondare la pratica clinica sulla riflessione epistemologica sia stato uno dei nostri principali fattori di avanzamento e di innovazione, una sorta di marchio di fabbrica . Per questo motivo ritengo che grazie al background scientifico e culturale la comunità dei costruttivisti sia tra le poche in grado di ricevere e porsi ancora domande sui fondamenti, di non aver paura di temi epistemologici, di questioni filosofiche che vanno alle radici della pratica clinica, invece di aderire in modo inconsapevole (e spesso semplicemente ignorante) alle cornici concettuali dominanti. Cornici che comunque sono esse stesse, in ultima analisi, posizioni filosofiche, opzioni epistemologiche; solo che non lo sanno più, lo hanno dimenticato e, in quanto dominanti, si auto-ingannano scambiando sé stesse per l'ovvio buon senso scientifico. Una nota di chiarimento: non mi considero per nulla antiscientifico (antiscientista sì) e dico questo con la presunzione di avere un minimo di cognizione di causa[2].

In questo testo non intendo prendere in esame i risultati pertinenti attualmente disponibili della ricerca neuroscientifica e clinica sulla consapevolezza non discorsiva, perché finirebbero

[2] Un breve accenno ad alcuni momenti biografici per giustificare la presunzione (e la vanità) e per evitare il rischio di essere arruolato a mia insaputa tra gli irrazionalisti *new age* ("romantici"?), anche in riferimento alla tesi che intendo proporre nel testo. Prima della Specializzazione in Psicologia Clinica alla Facoltà di Medicina di Milano, mi ero laureato in Logica Matematica, indirizzo logico-epistemologico di Filosofia, con Corrado Mangione, il quale con gli allievi di Geymonat aveva riportato in Italia la filosofia della scienza e la logica. Dal 1998, per un parte rilevante del mio tempo ho praticato la ricerca scientifica – sia sul versante clinico che su quello neuroscientifico – come *senior researcher* presso l'Università Cattolica di Nijmegen in Olanda, in un gruppo di ricerca che mi ha allenato a standard scientifici elevati. Ho avuto la fortuna di lavorare in un clima di ricerca intellettuale esigente, aperto ma anche produttivo, che ci ha portato a pubblicare su *Journals* di primo piano in termini di *impact factor*. Metto questo in evidenza per legittimare, sulla base di un minimo di cognizione di causa, la personale astensione dall'idolatria dell'*evidence-based* come solo criterio concepibile di riflessione teorica.

per rappresentare una distrazione e frammentazione del discorso, che invece vorrei mantenere sul piano epistemologico.

I significati di intuizione

Ciò detto, iniziamo dal significato delle parole che usiamo, così come ci è consegnato dalla lingua che parliamo.

Il dizionario Treccani della lingua italiana riporta due principali e distinti significati di "intuizione":

1. Conoscenza diretta e immediata di una verità, che si manifesta allo spirito senza bisogno di ricorrere al ragionamento, considerata talora come forma privilegiata di conoscenza che consente, superando gli schemi dell'intelletto, una più vera e profonda comprensione dell'oggetto.

2. Con accezione più generica, pronta e acuta percezione di una realtà: ebbe subito l'i. di ciò che stava succedendo; anche come presentimento di fatti futuri o imminenti: l'i. del pericolo che ci minacciava ci salvò dalla catastrofe.

I due significati riportati sembrano riferirsi a due forme ben diverse di conoscenza. Ma il primo significato può facilmente lasciarci perplessi: "conoscenza diretta e immediata di una verità"?

Anche il significato riportato del verbo "intuire" sottolinea soprattutto l' aspetto di immediatezza e la differenza da processi induttivi o deduttivi: *Cogliere nella sua essenza e realtà un oggetto di pensiero avvertendolo presente alla coscienza; conoscere per avvertenza immediata ciò che non è di per sé manifesto, senza quindi l'aiuto della riflessione o di un processo razionale induttivo o deduttivo*.

A questo punto è facile confondersi e passare oltre, facendo riferimento esclusivamente al secondo significato di intuizione riportato dal dizionario Treccani, col quale ci ritroviamo concettualmente più a nostro agio dal momento che, tanto il senso comune contemporaneo che i saperi scientifici dominanti, sembrano escludere categoricamente la possibilità di una modalità di conoscenza "diretta", la possibilità di intuire/vedere, almeno in parte, "le cose così come sono".

L'insieme degli assunti culturali (e le implicite assunzioni filosofiche) in cui siamo immersi ci plasma e ci porta a identificare i due possibili livelli dell'intuizione, che pure la lingua italiana tradizionalmente distingueva.

Nell'attuale cultura scientifica e nel senso comune con la parola intuizione si intende quasi esclusivamente il genere più comune di intuizione, quella indicata dal secondo significato riferito alla capacità di percepire, di cogliere in modo veloce e selettivo aspetti poco visibili o impliciti presenti nell'esperienza empirica, sensibile. Non è un caso che il dizionario usi il verbo "percepire" per il secondo caso, mentre sceglie "conoscenza" per descrivere l'altro genere di intuizione.

Anche nelle scienze della mente la visione prevalente tende ad associare in modo quasi automatico la nozione di intuizione a processi che, in ultima analisi, si fondano sulla capacità della mente/cervello di elaborare informazione in modo non cosciente a partire da input percettivi. E questo vale anche nel caso di processi che danno luogo a funzioni cognitive molto elevate. Nella pur grande varietà di teorie che sono in circolazione, la conoscenza intuitiva – la quale è caratterizzata dall'assenza di mediazione linguistica, così come dall'assenza di processi induttivi o deduttivi consci – finisce invariabilmente per essere collegata a processi automatici, pre-riflessivi, pre-linguistici, taciti ecc.

Intuizione e psicologia scientifica

In generale la psicologia occidentale, nelle sue pur varie e contrastanti ramificazioni, è nata dallo *Zeitgeist* empirista e si è sviluppata e ramificata all'interno di questa grande cornice filosofica di riferimento. L'intuizione, in generale, è rimasta un tema tanto vissuto e non raro a livello di esperienze individuali, quanto periferico in termini di ricerca e imbarazzante teoricamente.

Se prendiamo come esempio una recente *review* del concetto e degli studi sperimentali sull'intuizione nel campo della psicologia gli autori, Hodgkinson, Langan-Fox, e Sadler-Smith (2008) hanno notato come essa abbia ricevuto fino a tempi recenti scarsa attenzione dagli studiosi, peraltro sia dentro che fuori le scienze psicologiche, e che storicamente gli psicologi sono stati riluttanti a riconoscere all'intuizione lo status di costrutto concettuale utilizzabile e legittimo, dubitando persino della sua effettiva realtà e associandola spesso a un tipo di pensiero da esoterismo *New Age*. Recentemente ci sono stati sviluppi in quest'area ma, concludono Hodgkinson e colleghi (2008), la letteratura sull'intuizione rimane concettualmente sottosviluppata e dispersa in un vasto numero di dominii di applicazione, e continua ad essere in qualche modo trascurata e svalutata all'interno delle principali correnti della disciplina.

Tuttavia la *review* mostra anche come, a prescindere dalla dispersione, le molte diverse concettualizzazioni rientrano tutte all'interno di un'unica cornice di presupposti epistemologici. Possiamo indicarla come il *paradigma dell'intuizione come processo inferenziale tacito/implicito/inconscio.* L'intuizione è vista in un modo o nell'altro come prodotto di *learning process* di tipo *bottom up*, un risultato di processi impliciti di elaborazione di informazione che, raggiunta una soglia, diventa esplicito. "Grande importanza è attribuita al ruolo dei processi di elaborazione inconsapevoli. Le intuizioni sono tacitamente formate da considerazioni che non sono notate a livello consapevole. È difficile articolarle perché si verificano al di fuori della coscienza consapevole e includono conoscenze che sono acquisite dall'esperienza e memorizzate in modo tacito. […] L'abilità intuitiva è derivata anche dalla capacità di riconoscere segnali ambientali salienti e di fare rapidi match con pattern ricorrenti, rispondendo agli stimoli in modi che conducono a un efficace problem-solving e decision-making" (Hodgkinson, Langan-Fox & Sadler-Smith, 2008).

Se ci rivolgiamo, per fare un solo altro esempio, a un filone di ricerca sviluppatosi molto di recente, ritroviamo sullo sfondo lo stesso paradigma. Scrive Matthew Libermann di Harvard, autore della *review* dal titolo *Intuition: A social cognitive neuroscience approach*: "This review proposes that implicit learning processes are the cognitive substrate of social intuition", in cui sono compresi e contribuiscono anche processi emozionali, motivazionali e relazionali (Libermann, 2000).

La convergenza di tutta quest'area di ricerca sotto l'ombrello di un unico e univoco paradigma epistemologico ha una storia e una ragione precisa e identificabile: il pensiero di Hermann von Helmholtz (1821-1894), il grande scienziato e filosofo che diede contributi fondamentali all'ottica, all'elettrodinamica, alla fisiologia. Helmholtz fu un campione dell'empirismo e insistette sempre sull'idea che la conoscenza ci giunge solo attraverso i sensi; sosteneva inoltre che tutte le scienze potessero e dovessero essere ridotte alle leggi fondamentali della meccanica classica, che considera come dati fondamentali e comprensivi dell'intera realtà solo materia, forza ed energia.

A partire da questo contesto Helmholtz introduce la nozione di *processi di inferenza inconsci,* destinata ad avere un'enorme influenza. I processi attraverso cui apprendiamo automaticamente a utilizzare un linguaggio o a suonare uno strumento musicale sono analoghi a quelli attraverso cui un tempo abbiamo imparato a riconoscere un oggetto. È attraverso questi processi

che la mente genera normalmente percezioni e idee a partire dalle sensazioni. In particolare spiega anche l'intuizione/insight come risultato di un processo inferenziale inconsapevole attraverso cui la mente interpreta e valuta le sensazioni.

Ora, l'aspetto concettuale cruciale della nuova nozione consisteva nel ritenere e sostenere che questi processi largamente inconsci realizzassero vere e proprie *inferenze,* ossia che questi processi fossero pienamente razionali ed esattamente analoghi alle inferenze consapevoli della normale logica induttiva, e quindi altrettanto valide (Turner, 1977). Questa nozione si diffuse al punto da trasformarsi nei decenni successivi in *common sense* scientifico.

La conoscenza intuitiva

Il paradigma dell'intuizione come processo tacito di elaborazione dell'informazione si è mostrato utile e fruttuoso nell'indagare e nel dare (faticosa) legittimità all'idea stessa di intuizione, ed è importante che continui a dare impulso alla ricerca. Ma è anche chiaro che il genere o il livello di intuizione che è stato indagato è quasi esclusivamente quello che corrisponde complessivamente al secondo significato riportato dal dizionario. Il risultato di processi inferenziali, di passi discreti, seriali e paralleli, che si svolgono nel tempo.

Ma quanto al primo significato della parola e del verbo?

Esiste anche una conoscenza intuitiva immediata, non discorsiva? È concepibile?

La domanda rimane aperta e rappresenta il tema specifico di questo intervento.

Un'ipotesi che forse molti valuteranno "irrazionale", "prescientifica". Tuttavia ci sono sostegni non gracili a supporto della fondatezza e della legittimità di questa ipotesi, almeno come tesi da esplorare.

1) Un primo sostegno viene, paradossalmente, proprio dalla disciplina che definisce gli standard scientifici di razionalità, di rigore, di inferenza, di evidenza, ecc.: la matematica, in particolare la logica matematica. Infatti per chi si sentisse confidente e sicuro nell'attribuire l'etichetta di irrazionale e di irrazionalità, di assurdità, all'idea di una conoscenza intuitiva immediata che operi al di là del paradigma della mente/cervello inteso come "sistema complesso che elabora informazioni", può essere interessante sapere che questa era esattamente l'idea di alcuni dei più importanti e influenti tra i logici e i matematici che hanno fondato la logica moderna e sviluppato le teorie e gli strumenti concettuali su cui si fondano la *computer science*, gli approcci teorici dei modelli cognitivisti computazionali e della scienza cognitiva. E qui includo tanto gli approcci computazionali "classici" quanto gli approcci delle reti neurali o delle neuroscienze, perché – che sia un computer, una rete neurale artificiale o una rete cerebrale vera e propria – dal punto di vista del paradigma dell'"elaborazione" sempre di un medium per implementare algoritmi che calcolano funzioni (computabili) si tratta.

Sebbene il tema sia stato oggetto di intenso dibattito, essi hanno sostenuto con fermezza l'antica e classica idea che esiste realmente – almeno nel dominio della matematica – una forma "superiore" di intuizione, una modalità di conoscenza di natura diversa, e che tale facoltà sia il fondamento della logica e quindi della matematica. Per Gottobl Frege, il fondatore della moderna logica matematica, le proposizioni fondamentali, gli assiomi e le regole di inferenza non dovevano contenere alcun pensiero che non fosse totalmente evidente e indubitabile. Come? Questa qualità di immediata auto-evidenza e di assoluta certezza *nell'atto* di conoscere si *manifesta* proprio grazie all'intuizione (superiore) (Frege, 1988, p. 14).

È importante sottolineare che Frege fu un avversario severo e strenuo di Helmholtz: dell'idea di inferenza inconscia in generale, e dell'idea dell'intuizione matematica come uno dei possibili esiti di questi processi "bottom up" in particolare. Secondo Frege dalla prospettiva della

moderna logica matematica, qualunque processo inferenziale induttivo, conscio (John Stuart Mill) o inconscio (Helmholtz) non può, *in linea di principio*, spiegare la certezza assoluta che caratterizza la conoscenza delle proposizioni fondamentali della logica e della matematica. L'induzione non può mai rendere valida, cioè assolutamente certa, una proposizione matematica. Questa certezza può essere fornita solo da una diversa fonte, una forma di intuizione, superiore precisamente nel senso che non può dipendere da processi inferenziali.

Nel caso di Kurt Gödel, forse il più grande logico del '900, il ruolo esplicito attribuito all'intuizione o insight è ancora più centrale; proprio come abbiamo la percezione sensoriale nel caso dei fatti empirici, così abbiamo l'intuizione nel caso dei fatti matematici. L'intuizione è una sorta di percezione diretta delle verità universali nel dominio della matematica (Tait, 2010). Secondo Gödel l'attività conoscitiva dell'intuizione va oltre la sfera del "senso comune", oltre l'usuale pensiero discorsivo e razionale. La conoscenza intuitiva è contemporaneamente un atto di percezione, di scoperta e di creazione di nuova conoscenza.

Soprattutto sia per Frege che per Gödel l'atto di conoscenza intuitivo non è riducibile a un processo algoritmico: in linea di principio, e non solo di fatto. In altre parole si tratta di una forma di conoscenza non computazionale, non riproducibile da un "sistema che elabora informazioni", se "elabora" è inteso in un qualunque senso di "calcolabile/computazionale". L'evidenza immediata con cui si danno le verità fondamentali della matematica e della logica non è derivabile da altro né per via induttiva, né per via deduttiva, e quindi nessuna "macchina" artificiale o biologica può riprodurla: "è proprio il farsi evidenti, via via, di assiomi nuovi a partire dalle nozioni primitive di base, ciò che una macchina non può imitare" (Gödel, 1985, p. 385).

Anche tra molti matematici contemporanei la realtà dell'esistenza di un'intuizione di genere superiore è considerata semplicemente un fatto. L'olandese Henk Barendregt è uno dei più autorevoli logici viventi, uno dei "guru" mondiale del cosiddetto λ-calculus, che ha grande rilevanza per l'informatica teorica[3]. Sostiene che tanto la razionalità che l'intuizione "sono state coltivate all'interno della pratica della matematica fino al livello di una forma di alto artigianato o di arte. […] L'intuizione o insight è la capacità di cogliere in un modo *diretto e immediato* la verità e la realtà di un oggetto matematico, e poi di introdurre/creare concetti, formule, congetture adatti a esprimerli e trovare dimostrazioni. La razionalità o pensiero razionale, discorsivo è la capacità di verificare poi se questi concetti, dimostrazioni ecc. sono corretti. Nel corso degli studi universitari di matematica un allievo apprende come padroneggiare la propria razionalità. Ma è richiesto molto più talento e sforzo per crescere nella propria capacità di intuizione, che è necessaria per sviluppare la nostra disciplina" (Giommi & Barendregt , 2014).

In sintesi: tra i matematici, ovvero la comunità scientifica che si presuppone abbia a che fare con l'essenza del pensiero razionalmente rigoroso, c'è una ricca e nutrita tradizione che riconosce da sempre l'esistenza di una forma superiore di intuizione e la pone addirittura come fondamento del pensiero razionale. Per questa visione, *almeno nel dominio degli "oggetti" matematici*, la mente umana esprime una forma di conoscenza intuitiva che permette un accesso diretto, una sorta di percezione diretta, alla verità, alle "cose così come sono". Questa forma di conoscenza è una consapevolezza/percezione immediata, la cui natura è radicalmente diversa dal pensare razionale discorsivo esplicito ma anche dai processi inferenziali "taciti", "procedu-

[3] Il λ-calculus è teoria formale che in logica matematica e *computer science* permette di esprimere e descrivere le proprietà di qualsiasi computazione; un modello universale e concettualmente semplice di "computabilità" equivalente a quello della "macchina di Turing". Un aspetto di Barendregt che ha una certa rilevanza per il nostro tema (vedi più avanti) è che Henk oltre che matematico è da quasi quaranta anni un praticante di meditazione di consapevolezza (mindfulness) e insegnante autorizzato in un lignaggio birmano. E presso l'Università di Nijmegen in Olanda guida da quasi vent'anni ricerche di vario tipo sulla mindfulness.

rali"; in quanto essa non è riducibile, *in linea di principio*, a processi inferenziali, induttivi o deduttivi che siano. Per questa stessa ragione la facoltà di conoscenza intuitiva non è riducibile a processi computazionali.

2) Un secondo sostegno viene dal rilevare che l'esistenza di questa facoltà intuitiva è stata riconosciuta come fenomeno indiscutibile dalla gran parte della tradizione filosofica occidentale, con l'eccezione (parziale) degli ultimi tre secoli. La filosofia classica greca teneva l'"intuizione intellettuale" nella massima considerazione. La conoscenza intuitiva era vista come la forma più alta di conoscenza umana in generale, non solo nel dominio delle verità matematiche. La maggioranza dei grandi filosofi e pensatori classici concordavano su questo, a dispetto di tutte le loro differenze e divergenze. Per fare un solo stringatissimo esempio, "Aristotele seguiva Platone nel distinguere 'conoscenza' e 'opinione'. Conoscenza, o scienza, secondo Aristotele, può essere di due generi, dimostrativa o intuitiva. La conoscenza dimostrativa è conoscenza di "cause". […] La conoscenza intuitiva consiste nell'afferrare, com-prendere, la 'forma indivisibile, semplice' o 'essenza', 'natura essenziale' di un fenomeno, di una realtà." In ciò Aristotele seguiva Platone, con una maggiore enfasi sul ruolo delle osservazioni empiriche e della conoscenza "dimostrativa" (induttive e deduttiva), "ma in ultima analisi anch'egli faceva forte affidamento a questa facoltà intellettuale che ci rende capaci di comprendere le 'essenze' dei fenomeni, delle 'cose'. […] Aristotele riteneva come Platone che noi possediamo una facoltà chiamata 'intuizione intellettuale'" (Popper, 1962, p. 213).

Al tempo stesso la tradizione classica occidentale riconosceva l'esistenza di un'intuizione di genere diverso, una forma di conoscenza "tacita", "procedurale" strettamente associata alla percezione sensoriale. Questa forma più comune e diffusa di insight era indicata con la parola *metis,* l'intelligenza intuitiva che si manifesta come abilità, ingegno, accortezza, scaltrezza, astuzia: nel cacciatore esperto, nel politico dotato, nell'istinto diagnostico del bravo medico (Detienne & Vernant, 1974).

In seguito la prima è spesso stata indicata con il termine "intuizione intellettuale", la seconda con "intuizione empirica". Però per la nostra prospettiva contemporanea "intellettuale" è sinonimo di razionale, concettuale. In che senso dunque?

Il termine "intelletto" nel suo significato filosofico lo si trova per la prima volta nella scolastica medievale che lo introduce per tradurre in latino la parola greca νοῦς (*noûs)* che indicava la conoscenza intuitiva per distinguerla dalla διάηοια (*diànoia)*, la ragione discorsiva. "Intelletto" dal latino *intellectus*, che deriva dal verbo *intelligere*, composto di *intus* "dentro, all'interno, attraverso" e di *legere*, che significa "cogliere con lo sguardo, osservare, scorgere, raccogliere".

Dunque nel significato originario intelletto e intellettuale hanno a che fare con un "vedere dentro, vedere attraverso, in profondità", una conoscenza intuitiva, immediata, capace di penetrare.

Solo negli ultimi tre o quattro secoli, con il progressivo diffondersi della filosofia razionalista dell'Empirismo, la precedente condivisa certezza di una forma superiore di conoscenza intuitiva si è via via dissolta nel pensiero occidentale dominante, fino a confondersi e identificarsi, nel migliore dei casi, con l'intuizione "empirica" per un verso, e a diventare un'idea incomprensibile, strana, se non manifestamente "irrazionale" per l'altro.

La confusione e i capovolgimenti in filosofia e più tardi anche nel linguaggio comune testimonia questo declino. "La tradizione classica ha sempre mantenuto la distinzione fondamentale, sottostante tutte le altre, tra il greco *nous*, il latino *intellectus*, il tedesco *Vernuft* e l'inglese *reason* da un lato, e il greco *dianoia*, il latino *ratio*, il tedesco *Verstand* e l'inglese *rationality* dall'altro. Il primo si riferisce a un più alto conoscere intuitivo e il secondo al conoscere concettuale, analitico. Kant è comunemente ritenuto colui che ha invertito queste priorità, per lui *Verstand*, la razionalità, giocava un ruolo costitutivo, mentre *Vernuft,* la ragione/intelletto, gio-

cava un ruolo regolatorio" (McGilchrist, 2010, p. 330). Meno di un secolo più tardi John S. Mill negava qualunque status reale non solo all'intuizione intellettuale in generale, ma anche alla certezza intuitiva fondante la deduzione logica, e considerava entrambe come il risultato di inferenze induttive derivate dai dati empirici.

Se nel caso degli oggetti matematici ci è forse possibile, anche senza un training avanzato di matematica, accedere almeno a una vaga nozione di cosa mai possa essere l'esperienza dell'intuizione "superiore", dobbiamo invece ammettere che in riferimento all'idea, propria della tradizione classica, di una conoscenza intuitiva capace di cogliere con un atto di comprensione immediato la natura essenziale di un fenomeno, le "cose così come sono", ci ritroviamo confusi, disorientati, incapaci anche solo di fare supposizioni, congetture, di indovinare cosa mai possa intendersi con questa facoltà, con la possibilità di penetrare la "natura essenziale" di qualcosa.

Il nostro imbarazzo può forse essere mitigato dal renderci conto e dal riconoscere che, in effetti, ormai da tempo non abbiamo più una reale comprensione, un effettivo accesso al senso profondo della nostra stessa tradizione filosofica. Per esempio, tendenzialmente la concepiamo solo come un insieme di risultati concettuali, di conquiste razionali, quando invece si tratta di una tradizione che aveva come fine e aspirazione ultima un processo trasformativo mirato a cambiare lo stato di coscienza dell'allievo. Oggi ci sfugge che la filosofia era (è) una *pratica filosofica*, un'esperienza personale che coinvolgeva l'intera vita (Hadot, 2002).

3) Nel mondo contemporaneo è possibile ritrovare ambiti e approcci alla conoscenza – sia a livello di prospettiva teorica che a livello operativo ed esperienziale – che riconoscono e coltivano la potenzialità di una "conoscenza intuitiva" o "intuizione intellettuale" (al di fuori del dominio della matematica)? La risposta è sì: nella tradizione vivente delle pratiche di meditazione di consapevolezza (mindfulness). Mindfulness e insight, consapevolezza e intuizione sono infatti due facce della stessa medaglia. "*Mindfulness meditation* è spesso denominata in inglese con un'espressione sinonima che è *insight meditation,* che significa un vedere in profondità, in modo penetrante e non-concettuale dentro la natura della mente e della realtà" **(**Kabat-Zinn, 2003, p. 146).

Nella tradizione del buddhismo classico Theravada sulla quale si fonda la meditazione di consapevolezza "i due principali metodi praticati, e gli stati mentali da conseguire, sono *samatha* o "stabilità/concentrazione/serenità" e v*ipassanā* o "insight/visione"; il primo metodo conduce a *samādhi* o "concentrazione profonda", il secondo a *pañña* o "conoscenza intuitiva/saggezza". […] Secondo gli insegnamenti del Buddha lo sviluppo della mente consiste proprio nello sviluppo di stabilità profonda e quindi di insight. […] Quando l'insight è sviluppato, porta alla conoscenza più alta, la saggezza che consiste nella visione intuitiva della reale natura dei fenomeni" (Bhikkhu Bodhi, 2005).

Il linguaggio e le etimologie sono una ricca miniera di nessi e paralleli sorprendenti tra culture molto distanti nello spazio e nel tempo. *Vipassanā* è una parola della lingua pali (quella utilizzata dal Bhudda per insegnare) costituita da *vi* + *passati. Vi* significa "attraverso, dentro" e anche "chiaro, distinto"; *passati* significa "vedere". Il significato etimologico *vipassanā* è "vedere dentro, vedere con chiarezza" (Rhys Davids & William, 1966). La medesima etimologia dunque del latino *intuitio* e dell'inglese *insight.* La parola *Vipassanā* fu tradotta in inglese con "*mindfulness meditation*" e in italiano con "meditazione di consapevolezza", ma potrebbe essere tradotta in modo altrettanto legittimo con "meditazione di visione (intuitiva) profonda".

Possiamo constatare allora che tanto la tradizione classica occidentale che le tradizioni buddhiste condividono la convinzione dell'esistenza di un conoscere non discorsivo che ha il potere di sperimentare direttamente la realtà dei fenomeni, "le cose così come sono" . Un conoscere cosciente, esplicito ma non concettuale. Non mediato dal linguaggio ma neppure da significati taciti, emozionali, personali. Di natura radicalmente differente dal conoscere che "at-

tribuisce significati", che "crea senso". Non è neppure la mente simbolica, che lavora per immagini. È la chiara immediata evidenza con cui la realtà (qualche frammento) emerge quando la mente discorsiva tace, quando la nostra ininterrotta e compulsiva "creazione di senso", di coerenza autoreferenziale, va per un attimo in sordina.

Il riconoscimento di questo livello della mente e della coscienza è proprio di praticamente tutte le diverse tradizioni buddhiste, non solo di quella Theravada, ed è un presupposto assolutamente centrale e cruciale dell'epistemologia e dei processi trasformativi. Analogamente è un'assunzione fondamentale nella grande maggioranza delle altre visioni e tradizioni filosofiche (contemplative) indiane, cinesi, persiane, arabe rivolte alla comprensione della natura della mente umana e alla sua trasformazione.

Come ha osservato McGilchrist (2009), il fatto che questa fondamentale distinzione tra livelli di conoscenza sia stata espressa nei linguaggi e nelle culture tanto occidentali che orientali e in ogni tempo, implica che probabilmente essa riflette un sostrato reale, una effettiva realtà.

Ci sono dunque ragioni non facilmente ignorabili, se non per *petitio principii* ovvero per assunzione pregiudiziale, che sostengono l'ipotesi dell'esistenza di una forma di intuizione "superiore" (conoscenza intuitiva, intuizione "intellettuale"...), che è di natura diversa sia dall'intuizione più comunemente sperimentata (conoscenza tacita, intuizione "empirica", corporea-emozionale...), sia dal conoscere discorsivo, concettuale, semantico.

Descrivere ciò che non è descrivibile

Ora, è intrinsecamente paradossale provare a descrivere attraverso parole, a concettualizzare una forma di conoscenza che indichiamo come non discorsiva e non concettuale. Anche se in effetti sarebbe più appropriato e preciso indicarla come a-discorsiva e a-razionale: non è infatti in contraddizione o contro la mente discorsiva, ma *oltre*, operante a un altro livello, a un diverso stato di coscienza. Al contrario l'operare della mente discorsiva è molto importante e necessario, al suo livello, per creare le condizioni che rendono possibile la conoscenza intuitiva. Questo paradosso è sempre presente nelle tradizioni che ne riconoscono l'esistenza, ed è affrontato con approcci diversi e a volte opposti, dal simbolismo alle negazioni apofatiche.

Per aggirare per quanto possibile (non molto) questo paradosso e rispondere alla domanda con cui abbiamo iniziato questo contributo, c'è un fatto importante che ci viene in aiuto, ossia che la tradizione della pratiche di consapevolezza è viva e "operativa" anche oggi. Il che significa ricca di insegnanti che hanno sperimentato e realizzato, almeno in parte, l'esperienza della conoscenza intuitiva.

Se è quasi impossibile descrivere e trasferire in modo adeguato l'*esperienza dell'intuire*, è tuttavia possibile delineare alcune delle condizioni concomitanti e degli aspetti che le sono associati.

Il primo aspetto è che si tratta di una potenzialità innata della mente umana che però va coltivata e stabilizzata, "attivata", in quanto è quasi sempre oscurata, coperta, inibita dal "normale" funzionamento mentale, dalla pervasività invasiva e proliferante della mente discorsiva e dalla natura reattiva e automatica dei nostri pattern taciti emotivi-corporei-cognitivi. Ci sono momenti nella vita in cui quasi tutti hanno sperimentato il suo tralucere, ma renderla stabilmente disponibile richiede ben altro. Richiede un training, una coltivazione graduale, continuativa, intenzionale guidati da una visione, da una teoria che la contempli. Non si impara solo dai libri e richiede quindi un tirocinio presso degli insegnanti, dei maestri. Un aspetto essenziale dell'apprendimento è la relazione diretta con una mente che, almeno in parte, si sia già trasformata e lavori a quel livello di consapevolezza. C'è in gioco dunque anche una fondamentale

dimensione relazionale e spesso comunitaria (la comunità di coloro che condividono quel training). Questo può sembrare più o meno plausibile e prevedibile nel caso delle pratiche di meditazione; può essere curioso scoprire che per esempio vale esattamente lo stesso per la matematica. È solo una mente in un certo stato di coscienza che può comprendere se un'altra mente è in quel medesimo stato. E questo accade ogni volta che è in gioco la conoscenza intuitiva, compresa la formazione dei matematici. Barendregt sottolinea che le pratiche meditative e la matematica, in domini diversi, "sono due forme di training dell'introspezione: entrambe richiedono una pratica intensiva per ottenere qualche risultato significativo, entrambe richiedono un istruttore/insegnante che conosce già per esperienza personale diretta, entrambe, soprattutto, sono fondato sullo sviluppo dell'insight. Tanto la meditazione di consapevolezza (*insight meditation*) che la matematica sembrano avere il potere di dare accesso a una sorta di percezione diretta, un conoscere immediato diretto e autoevidente, che è possibile proprio in virtù della conoscenza intuitiva" (Giommi & Barendregt, 2014).

Il secondo aspetto è che attraverso un training si creano condizioni che facilitano il manifestarsi della conoscenza intuitiva, ma essa non dipende da un atto di volontà, opera a un livello della mente che è fuori dal controllo diretto dell'io (dell'*executive system*, se preferite). Gli insight profondi rimangono momenti al di fuori dell'usuale, anche se meno infrequenti e casuali. Come scrive Einstein (non un filosofo *new age*) si tratta di un "dono". Questo rimane vero per quasi tutti i praticanti. In ambito meditativo solo maestri di altissimo livello, secondo quanto attesta la tradizione, operano continuativamente con la mente intuitiva e, al bisogno, attivano quella discorsiva.

Il terzo aspetto è il più difficile da descrivere e da comprendere senza esperienza personale. Il conoscere intuitivo è caratterizzato dalle qualità di immediatezza, auto-evidenza, certezza, indubitabilità.

L'essenziale di questa forma più elevata di intuizione attiene a un conoscere capace di "vedere" attraverso i fenomeni sperimentati, presenti qui e ora, di cogliere la realtà in modo più nitido e profondo. Non tanto un concetto, una rappresentazione, quanto una consapevolezza che penetra e comprende in modo immediato.

Consapevolezza intuitiva è la facoltà della mente umana di conoscere (se e quando si manifesta), meglio riconoscere, l'evidenza di frammenti di verità, di invarianti della realtà, a un livello più profondo e più universale. Aspetti della realtà che si impongono nella forma di evidenza non-mediata. La consapevolezza intuitiva constata questo "farsi evidente".

Non è un "contenuto" cognitivo o di altro genere. Potrebbe anche essere descritta come una forma di conoscenza non-rappresentativa, che accade nel qui e ora in quanto riconosce un'auto-evidenza che si presenta necessariamente solo nel qui e ora. Altrimenti si tratta del ricordo di questa evidenza, ma allora è un concetto, una rappresentazione, una ri-presentazione appunto.

Un esempio nel dominio degli oggetti matematici è quello di un assioma della geometria euclidea, la verità espressa poi nella proposizione: l'intero è maggiore della parte.

Un altro esempio derivato dalle pratiche di consapevolezza, e quindi nel dominio della realtà dei fenomeni mentali, potrebbe essere l'insight che si verifica non di rado in diversi partecipanti già nell'arco di un protocollo MBSR (*Mindfulness Based Stress Reduction*: due mesi di pratica), quando accade loro di sperimentare uno stato di coscienza in cui si è pienamente consci e vigili e nella mente non ci sono, per un breve intervallo, pensieri. L'insight è l'evidenza immediata che consapevolezza e pensare non coincidono, che si può essere coscienti senza necessariamente star pensando e senza essere "assorbiti" nel livello della percezione.

Per indicare questa modalità di conoscere, un grande maestro contemporaneo theravada, occidentale e con un PhD in psicologia, utilizza l'espressione *intuitive awareness*, "consapevolezza intuitiva" (Ajahn Sumedho, 2004).

Ampliare il paradigma epistemologico

Lo scopo ultimo di questo intervento è gettare un sasso nello stagno e iniziare a smuovere le acque dei nostri comuni presupposti epistemologici.

In generale infatti, al di là di tutte le differenze epistemologiche, metodologiche e di approccio clinico, all'interno del mondo cognitivo-costruttivista mi sembra che ci siano alcuni presupposti realmente fondamentali che delimitano una cornice comune complessiva, alcuni pilastri epistemologici che reggono l'intera struttura architettonica nelle sue varie (e spesso disordinate) articolazioni.

Mi pare che uno dei principali pilastri sia la visione della conoscenza umana come costituita da due grandi dimensioni. Ciascuna di queste due dimensioni è poi articolata e suddivisa in ulteriori processi e livelli che differiscono a seconda delle teorie e delle correnti di pensiero, ma la distinzione fondamentale in due dimensioni accomuna tutte o quasi le diverse posizioni.

La dimensione dei processi e della conoscenza tacita, procedurale, bottom-up, emozionale, corporea, percettiva (sensoriale e propriocettiva)...

La dimensione della conoscenza esplicita, semantica, discorsiva. La quale in generale può poi prendere una accezione più razionalistica (logico-linguistica, analisi e scelte funzionali); o più ermeneutica (attribuzione di significati personali connessi alla rappresentazione di sé e dell'altro, includendo aspetti della dimensione tacita: significati emozionali e relazionali).

Da questa dicotomia di fondo non si esce. Una terza possibilità non è data. Soprattutto non è concepibile all'interno di questa cornice, una forma di conoscenza cosciente esplicita ma non discorsiva. L'influenza e le conseguenze di questa assunzione epistemologica, mai messa in questione, sono molto profonde sulla teoria cognitivista e costruttivista e quindi sulla prassi clinica.

Come sempre accade, le assunzioni epistemologiche di fondo plasmano tutto quello che ne segue.

Non c'è modo in questa sede di articolare più in dettaglio questi punti e mi limito quindi, a scopo esplicativo, all'esempio di un solo influente autore, proposto in modo estremamente sintetico e con lo scopo di suggerire le implicazioni più che di argomentare. Mi riferisco a Vittorio Guidano.

Come è noto, per Guidano (seguendo William James) alla fin fine l'attività mentale (e la salute psicologica) si gioca attorno al rapporto tra l'*esperire* e lo *spiegare*: "entrambe le polarità sono presenti senza fine nel nostro comprendere, sia che abbiamo a che fare con la realtà o con noi stessi. L'interdipendenza fra esperire e spiegare che sottende la conoscenza di sé corrisponde a un processo di circolarità senza fine (l'‘Io’ che agisce ed esperisce) e il senso di sé più astratto ed esplicito che deriva dal riferire a sé quell'esperienza (il ‘Me’ che osserva e valuta). La conoscenza prende forma attraverso il continuo svolgimento di questo processo circolare nel quale un’esperienza immediata e globale di sé e del mondo data ‘a priori’ nella prassi del mondo è riordinata attraverso abilità logico-linguistiche in termini di proposizioni esplicite distribuite in un’impalcatura concettuale. […] Così l'‘Io’ che agisce ed esperisce è sempre un passo avanti rispetto alla valutazione della situazione in corso , trasformando il ‘Me’ in un processo di rimodellamento del senso consapevole di sé. […] Sebbene la coscienza di sé si manifesti nella nostra prassi del vivere come evento legato, simultaneamente all'esperire e allo spiegare, essa è sempre coscienza degli altri e può esistere solo in un linguaggio e in un contesto storico" (Guidano, 1992, p. 9).

Per Guidano non è concepibile la possibilità di una coscienza-consapevolezza riflessiva ma non discorsiva. Senza il contributo dei processi semantici e del linguaggio la coscienza sembra possa solo collassare al livello più primitivo dell'esperire, ossia una coscienza percettiva e non

riflessiva, una semi-coscienza, fusa nell'esperienza. Ma i processi di valutazione della situazione e di elaborazione esplicita richiedono tempo e quindi la coscienza riflessiva è sempre in ritardo, un passo indietro. Soprattutto "snatura" nell'astrazione e nell'inevitabile distanziamento il senso vitale ed emozionalmente ricco dell'esperire "inconsapevole" (o consapevole il giusto necessario).

Guidano, è importante rimarcarlo, è solo uno degli innumerevoli esempi di questo sfondo epistemologico condiviso e presupposto come indiscutibile. Un altro esempio, a caso, potrebbe essere rappresentato dal modello dei livelli di conoscenza/coscienza proposti da Damasio.

La visione e l'esperienza in prima persona delle pratiche di mindfulness (consapevolezza non discorsiva) sostengono invece con forza la possibilità di una terza modalità di conoscenza, diversa dalle precedenti e specificamente, forse unicamente, umana. Uno stato di coscienza in cui si manifesta una consapevolezza (ancor più) pienamente esplicita e riflessiva, che opera a prescindere dalla elaborazione discorsiva e quindi a) è sincrona (o molto più sincrona) al fluire dell'esperienza, b) non riduce e impoverisce l'*esperire* astraendo, ma anzi permette un contatto più intimo e ricco rispetto all'usuale, c) in certe condizioni dà luogo a insight, ossia a una visione profonda che coglie l'evidenza immediata di aspetti strutturali, invarianti dell'esperienza. Forse a questo punto è il caso di richiamare la "classica" descrizione di mindfulness proposta anni fa da Jon Kabat-Zinn e diventata una citazione spesso abusata, per rileggerla in una luce diversa: "la consapevolezza che sorge quando prestiamo attenzione in un modo particolare: con intenzione, nel momento presente, in modo non giudicante (non valutativo)".

Una legittima e forse inevitabile conseguenza del modo di intendere tutta la conoscenza come "schiacciata" tra tacito e discorsivo è il ben noto sospetto di Guidano verso la consapevolezza: un farmaco che va usato solo per necessità e alle dosi minime necessarie, cautelandosi dai seri effetti collaterali. "La consapevolezza è incompatibile con l'immediatezza della vita così come noi la percepiamo, quindi è una medicina molto pericolosa […] è vero che ti passa l'angoscia per una certa cosa, ma poi quella cosa non la vivi più con l'immediatezza con cui la vivevi prima. […] C'è una correlazione inversa tra immediatezza e consapevolezza, nel senso che una esclude l'altra; una cosa la puoi vivere con consapevolezza in quanto non ne sei consapevole, se ne sei consapevole ne apprezzi la logica, l'essenzialità ma non hai più entusiasmo. […] Secondo, la percezione di ambiguità aumenta con la consapevolezza. […] Quando la stessa cosa te la vivi dall'esterno (questa è la consapevolezza), quello che prima ti appariva come necessario e obbligatorio, diventa assoluta arbitrarietà. Questo è il senso dell'assurdo esistenziale che è collegato alla consapevolezza" (Guidano, 2008, pp. 92-93).

In effetti, se la conoscenza consapevole e riflessiva può esistere solo in questa modalità "esterna", in forma discorsiva, mediata, astratta, come può l'esito dell'attività della coscienza sfuggire a questo destino?

La domanda che possiamo porci è se questa sia o meno l'unica possibilità di concepire la conoscenza consapevole.

L'ipotesi qui proposta è che non sia così, che potrebbe esistere una terza dimensione di conoscenza, capace di portarci oltre questa posizione epistemologica, la quale induce una dicotomia riduttiva, che non riesce a dar conto – anzi non riesce neppure a nominare, a registrare – la presenza di un aspetto essenziale per la nostra esperienza. Una posizione che rischia di soffocare in noi qualcosa di enormemente prezioso per la nostra vita.

Implicazioni

Le implicazioni derivanti dal riconoscimento della possibilità della conoscenza intuitiva sono profondissime e in tutte le direzioni. Lo scopo di questo contributo è quello di porre la domanda, rendendola una domanda almeno legittima. L'approfondimento articolato delle implicazioni per il nostro modo di concepire la natura della mente, e quindi per esempio la psicoterapia, potrebbero essere il tema di un successivo contributo.

Qui mi limito ad alcuni cenni.

Circa la terapia.

In aggiunta a quanto già sappiamo e abbiamo tematizzato in prospettiva costruttivista, sarebbe di grande interesse mettere a fuoco i momenti, forse rari ma difficili da dimenticare, in cui si manifesta la conoscenza intuitiva "superiore". Va precisato superiore perché invece come cognitivo-costruttivisti conosciamo bene l'operare dell'intuizione "empirica", tacita; e credo siamo stati capaci di dar nome, di riflettere e, in parte, di concettualizzare e rendere parte rilevante della pratica clinica e della formazione dei terapeuti la capacità di ascoltare e di far uso di informazioni che ci arrivano da questo livello di conoscenza, quello emozionale, cui spesso ci si riferisce come "la pancia".

Nelle pratiche di consapevolezza c'è un training sistematico per predisporre le condizioni per la conoscenza intuitiva.

Ma la consapevolezza intuitiva è una potenzialità della mente umana, non una prerogativa delle pratiche di mindfulness, e credo che assai più spesso di quanto non si dica o non ci si renda conto, molti terapeuti ne abbiano fatto esperienza e, seppure senza metodi sistematici e piena coscienza, abbiano trovato strade per favorirla.

D'altra parte l'occasione che ha generato la scrittura di questo contributo è stato proprio un breve confronto su questo tema, durante un recente congresso costruttivista, che ha generato nei presenti il senso di un riconoscimento comune di qualcosa che non era del tutto a fuoco ma tuttavia ben noto.

Ci sono alcune precise circostanze, che molti di noi incontrano in certi momenti della terapia, e rappresentano una delle condizioni che favoriscono l'accadere dell'intuizione. Sono circostanze riconosciute e ricercate nei training di consapevolezza non discorsiva, ma che si possono produrre in molte altre attività..

Si tratta dei momenti in cui sentiamo, spesso perché siamo in un momento di difficoltà o incerti, che nell'interazione con l'altro la cosa da fare è stare fermi. Momenti di autentico "non-sapere", *not-knowing* come si dice nell'ambito della mindfulness, e di *suspence* nel senso di stato mentale di sospensione in cui non sappiamo: non sappiamo cosa fare, non sappiamo cosa possa accadere. Però stiamo fermi, in attesa, in silenzio, senza garanzie o certezza che qualcosa possa accadere, e resistiamo al desiderio, all'impulso, di toglierci da questo stato di incertezza, vissuto spesso come passività o inadeguatezza. Resistiamo alla tendenza compulsiva a "fare qualcosa": a dire qualcosa, a pensare a una soluzione, a mettere in atto una manovra diversiva, una distrazione reciproca; a uscire da questa situazione in cui non sappiamo prevedere cosa possa seguire.

In questa condizione, *se riusciamo a stare fermi*, si apre un silenzio, un silenzio prima di tutto mentale, in noi e tra noi e l'altro, in cui ci ritroviamo a confidare, a confidare in ciò che può emergere, senza anticiparlo e senza forzare. Si apre un campo di consapevolezza aperta, silente, in ascolto e non autoreferenziale. In questo campo di consapevolezza può manifestarsi la conoscenza intuitiva.

In questa condizione, anche se non abbiamo esperienza di pratica di meditazione di consapevolezza, la sospensione mette, almeno per un attimo, almeno per un po', il pensiero discorsi-

vo fuori gioco o in sordina e diventiamo puro ascolto. Un punto essenziale: in un contesto terapeutico è nell'altro che si manifesta l'intuizione, almeno tanto quanto in noi. Non si tratta tanto di nostra intuizione poi rimandata come interpretazione, quanto di aver creato le condizione che nell'altro generano insight. La consapevolezza si apre e crea un campo che favorisce quasi per risonanza la consapevolezza nell'altro, uno specchio terso e fermo che invita uno stato di coscienza analogo nell'altro e crea le condizioni perché in lui, non tanto in noi, si manifesti la mente intuitiva.

Naturalmente questi momenti non si producono meccanicamente e a comando; al tempo stesso però non sono neppure del tutto casuali. Sono predisposti da tutto il lavoro che facciamo prima e dopo insieme all'altro in terapia, utilizzando pienamente le modalità di conoscenza discorsiva e tacita. Un buon esempio di questa effettiva e concreta possibilità sono i protocolli mindfulness-based, come l'MBSR (*Mindfulness Based Stress Reduction*) o l'MBCT (*Mindfulness Based Cognitive Therapy*), posto che siano condotti come training di consapevolezza non discorsiva e non come semplici tecniche di rilassamento o decentramento cognitivo. Si tratta di protocolli, quindi di attività "rigidamente" strutturate, dove però si creano le circostanze adatte; nel corso di un protocollo basato sulla consapevolezza non sempre e non tutti sperimentano insight significativi ma nondimeno questi si presentano con una frequenza e con una profondità stupefacenti.

Un tema della massima rilevanza è se sia possibile, e come, ideare modalità per facilitare il manifestarsi della consapevolezza intuitiva e il suo potere liberatorio durante la terapia. Personalmente ritengo che questo dovrebbe essere uno dei fini ultimi, se non il fine ultimo, dell'attività terapeutica.

La formazione dei terapeuti

Circa la formazione dei terapeuti, diventa secondo me cruciale la coltivazione intenzionale, continuativa e approfondita di questa facoltà della mente, in aggiunta alle altre competenze.

Il solo modo sistematico che io conosca di allenare la consapevolezza non discorsiva, e quindi la conoscenza intuitiva, sono le pratiche di consapevolezza. *In primis* le pratiche di meditazione di consapevolezza (mindfulness) in senso stretto, ma esistono altri metodi e tecniche di "presenza" complementari molto utili per questa finalità. Questo lavoro non può essere sporadico o episodico, limitarsi a esposizioni occasionali; la progressione nella conoscenza e nell'esercizio di queste pratiche dovrebbe essere parte integrante e continuativa del programma didattico. Questo, per inciso, è quello che stiamo cercando di realizzare a Nous-Scuola di Psicoterapia cognitivo-costruttivista di Milano (il cui nome ora risulterà forse più comprensibile).

Conclusione

Come conclusione di questo intervento vorrei per prima cosa proporre un compito pratico: il coinvolgimento e il contributo dei colleghi costruttivisti nel mettere insieme e condividere una raccolta comune di quelle esperienze cliniche in cui è stato possibile riconoscere, magari confusamente, l'accadere di "qualcosa" che risuona con l'idea qui proposta di conoscenza intuitiva. E verificare se ci sono modalità, accorgimenti, pratiche, cose da fare o da non fare, che forse ciascuno ha messo a fuoco per favorire questo stato mentale e il manifestarsi di conoscenza intuitiva.

È possibile pensare di organizzare una raccolta di resoconti?

Poi un'osservazione di Albert Einstein, spesso citata, ma particolarmente pertinente e pregnante nel contesto del nostro intervento: “La mente intuitiva è un dono sacro e la mente razionale è un fedele servo. Noi abbiamo creato una società che onora il servo e ha dimenticato il dono”.

È facile prevedere un’obiezione di fondo alla tesi proposta, ovvero che un principio di base della ricerca scientifica è quello del “rasoio di Occam” che richiede di limitare l' introduzione di ulteriori nuovi concetti e nozioni per spiegare i fenomeni osservati.

Se però leggiamo per intero l'enunciazione del principio di Guglielmo di Occam scopriamo che recita “Entia non sunt multiplicanda praeter necessitatem", non si devono moltiplicare gli enti, senza necessità. Appunto, senza necessità... La tesi che viene qui proposta è che ci sono ragioni sufficienti per porre la necessità di ampliare i nostri presupposti epistemologici e riconoscere la possibilità della conoscenza intuitiva. Perché, per citare di nuovo Einstein: “Bisogna rendere ogni cosa il più semplice possibile, ma non più semplice di quanto sia possibile!".

Riferimenti bibliografici

Ajahn Sumedho (2004). *Intuitive awareness.* Hertfordshire, UK: Amaravati Buddhist Monastery Publications.

Bodhi Bhikkhu (2005). *In the Buddha's words.* Sommerville, MA: Wisdom.

Detienne, M., & Vernant, J-P. (1974). *Les ruses de l'intelligence: la metis des Grecs*. Paris: Flammarion.

Frege, G. (1969). *Nachgelassene schriften*. Hamburg: Meiner.

Frege, G. (1988). *Die grundlagen der arithmetik*. Hamburg: Meiner.

Giommi, F. (2006). *Al di là del pensiero attraverso il pensiero*. In Z. V. Segal, J. M. G. Williams, & J. D. Teasdale (a cura di), *Mindfulness*. Torino: Bollati-Boringhieri.

Giommi, F., & Barendregt, H. (2014). *Vipassana, insight and intuition: Seeing things as they are.* In N. Singh (Ed.), *Psychology of meditation*. New York: Nova.

Gödel, K. (1985). *Collected works: Vol. III.* Oxford, UK: Oxford University Press.

Guidano, V. (1992). *Il sé nel suo divenire*. Torino: Bollati-Boringhieri.

Guidano, V. (2008). *La psicoterapia tra arte e scienza*. Milano: Franco Angeli.

Hadot, P. (2002). *What is ancient philosophy?* Cambridge, MA: Belknap.

Hodgkinson, G., Langan-Fox, J., & Sadler-Smith, E. (2008). Intuition: A fundamental bridging construct in the behavioral sciences. *British Journal of Psychology*, *99*, 1–27.

Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, *10*, 144-156.

Libermann, M. D. (2000). Intuition: A social cognitive neuroscience approach. *Psychological Bulletin*, *126*, 109-137.

McGilchrist, I. (2010). *The master and his emissary.* New Haven, CT: Yale University Press.

Popper, K. R. (1962). *The open society and its enemies*. http://www.inf.fu-berlin.de/lehre/WS06/pmo/eng/Popper-OpenSociety.pdf

Rhys Davids, W., & Stede, W. (1966). *The Pali Text Society’s Pali–English dictionary*. London: Chipstead.

Tait, W. (2010). Gödel’s unpublished papers on foundations of mathematics. *Philosophia Mathematica*, *9*, 87-126.

Turner, S. (1977). Hermann von Helmholtz and the empiricist vision. *Journal of the History of the Behavioural Sciences*, *13*, 48-68.

L'Autore

Fabio Giommi, psicologo clinico, psicoterapeuta. Come *senior researcher* presso la *Radboud University* di Nijmegen in Olanda dal 1998 ha lavorato insieme a H. Barendregt a un progetto multidisciplinare (clinico, neuroscientifico, filosofico) sulla meditazione di consapevolezza (mindfulness). Si è formato alle applicazioni cliniche della mindfulness presso il *Center for Mindfulness* di J. Kabat-Zinn alla *Medical School* della *University of Massachusetts*, USA, e presso gli altri pionieri internazionali di questa disciplina quali M. Williams, J. Teasdale, Z. Segal. Insegnante di *Insight Dialogue* (meditazione relazionale), è allievo diretto di G. Kramer. È Direttore di Nous - Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva-Costruttivista di Milano. Socio fondatore e presidente di AIM - Associazione Italiana per la Mindfulness.

Email: fabiomario.giommi@gmail.com

Citazione (APA)

Giommi, F. (2014). Consapevolezza, intuizione e costruttivismo. *Costruttivismi*, *1*, 42-57. doi: 10.23826/2014.01.042.057. Disponibile da http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.01.042.057.pdf.

Costruttivismi, 1: 58-66, 2013
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.058.066

aippc COSTRUTTIVISMI
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista
ISNN 2280-9597

CASI CLINICI

Da un mosaico andato in pezzi all'arte del "Kintsugi[1]": un percorso verso nuove integrità

Monica de Marchis
Docente Associazione Terapia Cognitiva, Centro Multiverso, Roma

Laura Barca
Ricercatrice dell'Istituto di Scienze e Tecnologie della Cognizione, ISTC-CNR, Roma

In un intervento costruttivista, qui declinato da un approccio cognitivo post-razionalista, il cuore pulsante di ogni intervento clinico/formativo riguarda l'attenzione alla relazione con l'Altro e al suo modo di dar significato nell'incontro con il mondo. L'esposizione del caso clinico è volto a delineare alcuni snodi affrontati dal paziente, dal terapeuta e dal supervisore all'interno di un "multiverso" di contesti coesistenti. I diversi attori di questo processo, ognuno portatore di una irripetibile visione e percezione della realtà, si sono misurati nella co-costruzione di una relazione nella quale il clima di reciproca legittimazione ha favorito l'emergere dei rispettivi significati e di esperienze personali, in una continua rilettura degli uni e degli altri.

Parole chiave: *contesto, supervisione, relazione terapeutica, isomorfismo*

From a constructivist, post-rationalist cognitive perspective, the core of any clinical intervention (or training) is the attention to the relationship with the other and his/her way to assign meaning to the world. We present a clinical case outlining some of the key "decision points" faced jointly by patient, therapist, and supervisor. Each actor in this process carries a unique perception of reality, but all faced the joint construction of a (therapeutic) relationship. In this process, the reciprocal legitimation and the continuous flow between the actors' mindstates, helped the emergence of individual meanings and experiences.

Keywords: *treatment setting, supervision, therapeutic relationship, isomorphism*

In una posizione classicamente razionalista (terapie di matrice comportamentista e cognitivista) caratterizzata da una lunga tradizione di ricerca di modellizzazione sempre più precisa e "scientifica" dell'essere umano inteso come "macchina pensante", si esclude come scelta metodologica la comprensione dell'esperienza soggettiva, sia appunto essa del paziente, del terapeuta, del supervisore/formatore.

L'impostazione riduzionistica vede nella cure mediche una scienza naturale applicata da cui deriva l'illusione che il curatore entri in scena per sopprimere, eliminare, cancellare in qualche

[1] Letteralmente "riparare con l'oro", è una pratica giapponese che consiste nell'utilizzo di oro o argento liquido o lacca con polvere d'oro per la riparazione di oggetti in ceramica (in genere vasellame), usando il prezioso metallo per saldare assieme i frammenti.

modo la malattia. Diversamente, nell'approccio costruttivista, uno dei grandi terreni di confronto riguarda come è fatta la soggettività umana, come si produce il disagio, come ce ne possiamo prendere cura (Guidano, 2007, 2008, 2010). In questa ottica l'osservatore è considerato parte integrante e indispensabile dell'evento osservato, e seguendo tale fondamentale premessa si può giungere ad una prospettiva ancora più ampia, dove curare l'Altro è anche manifestare qualcosa del proprio essere.

> L'agire del medico (come dei curatori in genere) per tutto il processo terapeutico, comporta sempre anche l'esporsi personale a un rischio, il manifestare qualcosa del proprio essere, il rendere testimonianza di ciò che si è e, inevitabilmente, la coscienza di essere partecipi e immersi nel contesto in cui si agisce, attraversati da interrogativi che aprono all'altro e alla comunità. […] Questo modo di guardare alla cura degli uomini implica essere consapevoli che non può darsi una condizione di estraneità, e di immunità, rispetto al campo in cui si opera, che non si può essere, per conseguenza, oggettivi e impartecipi. (Gasparetti Landolfi, 2013)

Nella pratica clinica sperimentiamo quotidianamente quanto anche il curatore sia soggetto di emozioni che si esprimono, in modo più o meno consapevole, durante il processo terapeutico. Saperle ri-conoscere, comprendere ed utilizzare fa parte della complessità, ma anche dell'arricchimento della relazione con l'Altro, poiché anche il disordine, il timore di sbagliare, l'incertezza, la frustrazione sono dimensioni costitutive della pratica della cura, e non solo all'inizio di una carriera clinica. Paziente, terapeuta e supervisore, nell'interfacciarsi tra loro, partecipano ad un progressivo svelamento e ad una riappropriazione della esperienza condivisa che contribuisce a determinare l'emergere di nuove domande, di diversi modi di sentirsi e comportarsi (Zaratti e De Marchis, 2007).

Il tema della formazione in psicoterapia è discusso in ambito internazionale (Rihacek, Danelova & Cermak, 2012; Watkins, 2013) ed è ormai entrato nel vivace dibattito delle Scuole di specializzazione più sensibili al tema della qualità delle offerte formative. Un aspetto riguarda anche il ruolo e le potenzialità didattiche della supervisione. In particolare le Autrici rintracciano un'anima costruttivista che considera fondamentali:

- una rinuncia alla determinazione di saperi oggettivi da parte dell' "esperto", sia esso terapeuta che formatore
- la ricerca di coerenza e continuità tra la teoria e la prassi clinica
- un sovvertimento di modalità dall'alto verso il basso per coltivare circolarità dei processi interattivi e coesistenti tra loro (Butera e Zaratti, 2002).

Il modo di svolgere la terapia e la supervisione richiama ad una continua verifica sulla circolarità del processo: come il terapeuta aumenta la sua competenza "tecnica" ed esperienziale del suo modo di percepirsi e di dar significato, così anche il supervisore/formatore si nutre e si orienta continuamente in ordine agli spunti che via via vengono dalla relazione tra il terapeuta e il paziente. Il caso clinico presentato evidenzia come la supervisione serva non solo ad una analisi degli elementi clinici del paziente, ma si arricchisca mettendo al centro della discussione anche il terapeuta con il suo vissuto, le sue direzioni, il suo stare nella relazione, mano a mano che giungono le contingenze del paziente, non trascurando, tra l'altro, gli effetti che procura al terapeuta, valorizzandosi della "eco" prodottasi nel contesto di supervisione.

Un insieme quindi di contesti che coesistono, che si nutrono a vicenda, in cui fratture, discontinuità, incertezze sono accolte e utilizzate per comprendere ogni possibile punto di forza[2].

Caso clinico: Sintesi descrittiva del caso, primi colloqui e problema portato

Luisa è una donna di circa 50 anni, nata a Roma, città dove vive attualmente. Diplomata come puericultrice, lavora presso una clinica romana con mansioni amministrative. La signora ha due sorelle, una più grande ed una più piccola. Il padre è deceduto dopo una lunga malattia nell'ottobre del 2007. La madre è ancora in vita. Luisa è sposata con Gianni, ed è madre di due figli: Andrea di 24 anni e Maria di 14. La paziente è stata inviata dall'ambulatorio di Psichiatria di un ospedale romano, dove è seguita con terapia farmacologica per disturbi dell'umore. Viene riferito un quadro clinico di "dis-regolazione della condotta alimentare", con un picco depressivo successivo alla morte del padre.

Nel primo colloquio (giugno 2010) il disagio viene espresso dalla paziente *"come sentirsi un mosaico che va in pezzi"*, un'esperienza che Luisa mette in relazione principalmente alla perdita del padre. Indica poi come ulteriore area problematica una difficoltà nel gestire le attivazioni emotive, dove le "emozioni forti" le provocano un insostenibile "*movimento dentro*" che viene placato solo tramite il cibo (anestetizzante di affetti ed emozioni). Altro piano problematico sono i rapporti interpersonali, vissuti spesso con un senso di intrusione degli altri e delle loro problematiche. Luisa vorrebbe cambiare alcuni suoi comportamenti, in particolare: "*penso sempre prima agli altri, quando poi penso prima a me mi viene il senso di colpa…vorrei mettere al centro Luisa!*". Relativamente alla famiglia di origine, Luisa descrive un padre autoritario, geloso e violento, cui la paziente non si oppose fino alla maggiore età; e una madre poco affettuosa, rigida, che si occupava solo delle cose pratiche e con dei tratti ossessivi per la pulizia della casa. Dei due genitori è il padre ad essere il punto di riferimento di Luisa per le "*cose importanti*", e negli anni della malattia racconta di una distensione dei rapporti e di una inversione di ruoli per cui *lei* diventa il punto di riferimento per lui, occupandosi della gestione del contesto clinico paterno. Del marito Gianni parla poco e non volentieri, quasi per non perdere il tempo del colloquio, mentre idealizza il rapporto con i figli descritto come un rapporto "*di massima fiducia e massimo rispetto*", soprattutto con il primogenito Andrea. In generale la paziente è ben orientata nel tempo e nello spazio, buono il contatto con la realtà. Tuttavia la ricostruzione degli eventi problematici (sia del passato che recenti) è estremamente frammentata e discontinua, con numerosi vuoti di memoria. La narrazione è poco lineare e spesso circostanziale, per cui la paziente tende a dilungarsi nella descrizione di fatti concreti e contingenti, perdendosi nel suo stesso racconto.

Utilizzando la cornice teorica costruttivista post-razionalista, la paziente può essere descritta in termini di un'*organizzazione di significato personale* tipo *Disturbo Alimentare Psicogeno (Dap).* Tra gli aspetti caratteristici di Luisa che fanno propendere per questo tipo di assetto, primo tra tutti è la sua difficoltà di gestione del **confine interpersonale**. Questa difficoltà si manifesta sia nelle relazioni con i familiari, dai quali Luisa si sente invasa, sia nella relazione con la terapeuta, con continue oscillazioni tra il "tu" e il "noi" e la necessità di creare anche una demarcazione fisica. Nei primi tre incontri, ad esempio, Luisa poggiava la borsa sulla scrivania, non utilizzando le sedie disponibili, creando in questo modo un confine concreto e tangibile tra lei e la terapeuta, per poi abbandonare questa necessità di demarcazione nello svilup-

[2] Allo stesso modo, mentre il supervisore "fa luce" al terapeuta sui possibili sentieri di comprensione e intervento, è inevitabilmente chiamato a verificare la viabilità della metodologia didattica svelandone le proprie sottese configurazioni emotive e identitarie.

po della relazione terapeutica. In maniera coerente con un assetto Dap *outward*, Luisa mette a fuoco i propri stati interni utilizzando un referente esterno, attraverso la continua sintonizzazione con l'altro. Questo implica per lei l'emergere di un *senso di inadeguatezza* quando non c'è corrispondenza tra le sue aspettative e la risposta dell'altro, un *senso di vuoto* e dissolvimento quando l'altro viene a mancare, ed un *senso di intrusione* quando l'altro è percepito come troppo definente e critico, e in questo caso la relazione viene regolata con atteggiamenti oppositivi al fine di demarcarsi (Zaratti e De Marchis, 2007).

Fin dai primi incontri emerge la difficoltà di Luisa nel definirsi con gli altri e nel regolare le emozioni discrepanti che ne derivano. Luisa cerca di dare ordine o di tacitare la confusione interna generata dall'attivazione emotiva discrepante attraverso un elemento esterno, il cibo. Coerentemente con il suo modo di organizzare esperienze e significati, l'utilizzo del cibo le permette di controllare l'attivazione emotiva appiattendola, eliminando di fatto le emozioni che risultano, ora, indefinite e non riconfigurabili (il "*movimento dentro*"). Il cibo viene utilizzato come anestetico per bloccare le emozioni (soprattutto ciò che individua come rabbia). Questa modalità di regolazione emotiva non è recente, ma utilizzata fin dagli anni delle scuole elementari. La storicità nel gestire il proprio sentire con questo stile, adottata fin dal periodo di sviluppo preadolescenziale, rende evidente già dai primi incontri la cronicità delle difficoltà e della fatica di Luisa, e di quanto siano radicate in lei queste modalità di gestione delle emozioni discrepanti. Questo porta la terapeuta a riflettere sul possibile esito della terapia e a ridimensionare le aspettative di cura. Nel tempo, all'utilizzo del cibo per gestire il senso di vuoto e un'attivazione emotiva indistinta, si affiancano interventi chirurgici di introduzione del palloncino intragastrico per cui la paziente era in lista di attesa da prima dell'inizio della terapia (interventi eseguiti al 2° ed al 7° mese di terapia). Il meccanismo alla base di tali comportamenti appare ridondante, un elemento esterno viene utilizzato (letteralmente introdotto) per controllare qualcosa di interno, una percezione indistinta e poco riconfigurabile. Riconoscendo gli interventi chirurgici come opportunità generative per il percorso di legittimazione di Luisa, l'azione terapeutica non è stata di tipo sanzionatorio o giudicante, ma volta a promuovere nella paziente una riflessione sulle sue modalità di decisione e di scelta. La terapeuta ha adottato una posizione di "rispettosa vigilanza", volta ad affiancare Luisa nel percorso di comprensione del senso di questi interventi chirurgici – come di altri interventi farmacologici e medici (che si sono susseguiti fin verso la metà del percorso terapeutico) – e cercando di ridimensionarne le aspettative.

L'assenza di continuità narrativa con una consistente difficoltà nel rievocare gli eventi sono aspetti caratteristici dei colloqui, soprattutto iniziali, con Luisa. Fin dai primi colloqui la terapeuta è impegnata a gettare le basi per una possibile e nuova unitarietà delle esperienze della paziente. Tali eventi iniziano così ad essere (parzialmente) ricostruiti, cercando di non lasciare pezzi del mosaico disseminati confusamente nella sua storia. Non poca è la fatica che la terapeuta si impegna ad affrontare in questa fase per supportare la paziente nel trattenere e immaginare un nesso tra gli eventi raccontati in modo disordinato e gli effetti che questi eventi producono in lei. La paziente comincia ad essere incuriosita e stimolata da questa nuova modalità di ri-contestualizzare gli eventi e gli stati d'animo, registrando positivamente il placarsi della confusione e dell'ansia. Si attrezza, ad esempio, ricorrendo spesso all'agenda del cellulare per ricollocare temporalmente quegli eventi o situazioni che le hanno provocato disagio e che potevano andare "persi" anche se accaduti solo pochi giorni prima della seduta.

S-nodi della terapia

Inizio della relazione

Uno snodo importante della terapia si è verificato proprio nell'avvio della stessa. L'azione del terapeuta era caratterizzata da una scarsa assertività, dovuta alla inesperienza nel coniugare

una posizione da un lato fruibile e rispettosa per la paziente, ma al tempo stesso incisiva sul piano dell'intervento clinico, in ordine alle caratteristiche emotive della paziente. Durante la supervisione si è potuto osservare ciò che caratterizzava il vissuto della terapeuta. Il timore di poter invadere troppo la paziente, così sensibile al tema del confine, e contemporaneamente la necessità di individuare una modalità per gestirne l'atteggiamento indefinito e ambiguo che si evidenziava non solo nei suoi temi di vita, ma anche e soprattutto nella relazione terapeutica che stava nascendo. Questi due aspetti hanno determinato una difficoltà nel circoscrivere e condividere il campo di azione/lavoro. Ma emergeva contemporaneamente anche che il tratto indefinito della paziente risultava per certi versi consono e armonico con quello della terapeuta, nel creare un clima agevole e "comodo" per entrambe le protagoniste del processo terapeutico: un certo grado di ambiguità confortevole per la terapeuta, che poteva così lasciare aperte diverse possibilità e strade di intervento mantenendo la percezione di poter limitare il campo d'errore. In altre parole, questo elemento garantiva la terapeuta dai rischi di una esposizione eccessiva, repentina e non graduale, e contemporaneamente proteggeva la paziente, così sensibile al riconoscimento/definizione da parte dell'altro, dal timore di uno svelamento completo. D'altra parte, emergeva nelle prime sedute anche una difficoltà per la terapeuta a creare-mantenere-ridefinire una rotta e una direttività su un terreno instabile. L'assenza di una posizione assertiva, in questa fase, rendeva difficile circoscrivere un contesto di setting terapeutico. Tale fenomeno, che potrebbe essere definito "isomorfico", fu trattato in supervisione: quello che accadeva in seduta forniva indicazioni non soltanto alla terapeuta, al suo stile di gestione della relazione e ai suoi temi personali, ma anche su ciò che accadeva alla paziente nelle sue relazioni. Così come la terapeuta (sensibile al riconoscimento/definizione con l'altro), così la paziente (concretamente dipendente dal riconoscimento/definizione da parte dell'altro) manteneva un certo grado di ambiguità e indefinizione come modalità per sostenere la vicinanza di un altro significativo con il coinvolgimento emotivo che ne deriva. Tali modalità permettevano, entro una certa misura, il mantenimento della relazione terapeutica, anche se, in situazioni critiche, questa modalità facilitava l'emergere di aspetti disarmonici poco riconfigurabili e poco utilizzabili nel processo terapeutico.

In questa fase, l'intervento del supervisore (osservatore privilegiato alla diade terapeuta-paziente e interno al contesto terapeutico allargato, parte integrante dell'insieme dei contesti terapeutici coesistenti) ha sollecitato delle riflessioni metaterapeutiche e degli insight per la terapeuta, che hanno permesso una maggiore assertività negli interventi, e una ridefinizione del problema portato nella quale si è potuto comprendere e legittimare la paziente, non scivolando su interventi di tipo giudicante, né tanto meno avviando pressioni (infruttuose) per far definire a tutti i costi la paziente, forzandola cioè ad utilizzare un codice, una modalità non propria, non utile a lei per rileggersi e riappropriarsi della sua esperienza soggettiva (De Marchis, Rognoni e Zaratti, 2012). Aspetto importante del lavoro di supervisione è stato quello della determinazione del ruolo di terapeuta, non come colui che pre-determina la struttura del colloquio e della relazione in maniera rigida, ma come un "perturbatore strategicamente orientato" (Guidano, 2007) che accompagna il paziente durante un processo di esplorazione dei suoi vissuti emotivi e delle sue esperienze, riorganizzandole al fine di arricchirle di nuovi sensi e significati.

Luisa e i farmaci

Nella fase centrale del percorso con Luisa si colloca un punto critico e di svolta nella terapia, legato ad importanti scelte di vita della paziente che hanno ripercussioni nella relazione terapeutica. Luisa decide di intraprendere un percorso farmacologico volto ad un repentino calo del peso ponderale. Nei mesi precedenti la paziente aveva mostrato dei miglioramenti segnalati dall'incremento nelle capacità autoriflessive e modificazioni relazionali (maggiore assertività

nei confronti dei figli e del marito) e sintomatologiche (minore ricorso al cibo come regolatore degli stati interni). Luisa accetta di seguire una terapia farmacologica a base di anfetaminici, assegnatale da un medico cardiologo cui si era rivolta senza previa consultazione con i clinici che la seguivano da tempo (anche per gli aspetti farmacologici legati al calo dell'umore).

A seguito dell'assunzione di questa terapia Luisa si ritrova catapultata in una fase di apparente rinascita e di nuove energie, ma allo stesso tempo diventa particolarmente difficoltosa la gestione della aggressività nei rapporti interpersonali. Luisa si sente più attiva, ma anche spaventata, confusa, rabbiosa. Avverte che queste nuove energie sono in qualche modo estranee a lei. La paziente, nella ricostruzione svolta con la terapeuta, non ha dubbi sul riferire che tale energia avulsa da sé si colloca a partire dall'inizio della terapia farmacologica, e nelle sedute di quel periodo riesce a ricostruire progressivamente il senso di dis-appropriazione del proprio sentire. Successivamente a quel momento critico, diventa prezioso e sintonico con la fase della terapia lavorare sulle motivazioni e sullo stile decisionale che guidano Luisa nelle proprie scelte di vita e di cura di sé, proprio a partire dalla dis-appropriazione del proprio sentire, scatenata in modo così acuto dall'assunzione della terapia medica assegnatale.[3]

La terapia anfetaminica ha costituito, quindi, un fattore di stress per la relazione psicoterapeutica, su diversi livelli. La paziente aveva ritenuto questi farmaci una fonte rapida e incisiva per il suo miglioramento, sottovalutando il lavoro svolto nei precedenti mesi e mettendosi nuovamente in una posizione passiva (il cambiamento è dovuto al farmaco, ad un fattore esterno). Questa attribuzione al contesto, al mondo esterno, è stato un piano di lavoro importante che ha sottolineato l'utilità del lavoro sul passaggio dall'esternalità all'internalità. Nel periodo in cui Luisa ha sperimentato gli effetti del ricorso a drastiche soluzioni esterne, e agli effetti negativi che lei stessa ha in qualche modo subito, si delinea meglio la direzione principale del progetto terapeutico. Si può orientare il lavoro affinché Luisa si equipaggi per diventare artefice del suo cambiamento, riappropriandosi della sua esperienza, cominciando a contemplarne i successi, i dubbi, i fallimenti, le speranze che ne potevano derivare. Inevitabilmente, gli effetti "attivanti" dei farmaci entrano di fatto nel colloquio, sono un problema da gestire poiché, come emerge anche in sede di supervisione, "attivano" anche la posizione della terapeuta. La narrazione della paziente non è caotica come nei primi incontri, ma estremamente schematica: deve seguire la sua sequenza logica, e se interrotta per approfondimenti si innervosisce. L'assunzione delle anfetamine da parte della paziente, inoltre, è stata un importante fattore di perturbazione per la terapeuta, con l'emergere di sentimenti di rabbia e frustrazione. Ed infine, un senso di delegittimazione della terapia e del lavoro terapeutico, in relazione a questa nuova figura clinica (il medico cardiologo) che si muove nel mondo della paziente. In una situazione in cui, dunque, la terapeuta si è trovata a fronteggiare/gestire non solo le inaspettate modalità comportamentali e aggressive della paziente, ma contemporaneamente le proprie attivazioni emotive discordanti legate alla perturbazione in atto, è dal suo contesto di vita (la supervisione) che è pervenuto l'elemento di riconfigurazione e ri-appropriazione della propria esperienza di terapeuta con quella paziente. Gli incontri di supervisione, infatti, sono divenuti l'occasione per puntare un riflettore sulla relazione in atto nella diade terapeutica. Il mettere a fuoco gli aspetti emotivi del terapeuta ha significato elaborare i sentimenti di rabbia e frustrazione, e quello meno evidente della paura di fronte all'aggressività della paziente con tutti i correlati legati al tema del controllo, ma anche la paura di un fallimento terapeutico e della delusione che ne poteva derivare. Questa

[3] Riteniamo sia doverosa una riflessione critica sulla (quanto meno) discutibile scelta del cardiologo di assegnare una terapia anfetaminica ad una paziente già seguita farmacologicamente presso altre strutture, senza prendere contatto e definire un piano condiviso con gli altri attori nel processo di cura di Luisa. Atteggiamento eticamente opinabile, che non ha tenuto conto di alcuna forma precauzionale per Luisa, certamente collusivo con la richiesta della paziente e di cui essa stessa si è trovata vittima.

fase di "attivazione" della paziente si associa anche ad una maggiore insicurezza sul proprio comportamento e sulle proprie scelte. Il cambiamento nel registro narrativo di Luisa crea difficoltà nel terapeuta che deve tessere nuovamente un piano condiviso dalla diade. Ad esempio, la campo-dipendenza di Luisa la portava spesso a chiedere consigli, come l'opportunità o meno di inviare dei messaggi al cellulare della figlia e sul loro contenuto. A queste richieste facevano specchio nella terapeuta sentimenti di irritazione, legati ad un senso di svilimento del lavoro terapeutico (la terapia come fonte di consigli). Una diversa lettura della situazione (ad esempio, considerando il comportamento di Luisa come fonte di informazione su Luisa, non sul terapeuta) ha permesso di arricchire di significati clinici le richieste di Luisa, indici di un sentimento di fiducia nella relazione in cui la terapeuta rappresenta un punto di riferimento a cui affidarsi per le proprie scelte. Sfruttando questa sintonizzazione è stato possibile iniziare un lavoro sulle modalità che ha Luisa di chiedere agli altri, ciò che significa per lei riconoscere tale bisogno, tema che verrà sviluppato successivamente sul significato che ha fidarsi ed affidarsi agli altri, su cosa accade e come si sente quando gli altri corrispondono totalmente alle sue richieste. E proprio su questo piano sono emersi in maniera più chiara ulteriori isomorfismi tra i vissuti personali della paziente e quelli della terapeuta.

Anche in questa circostanza, come nell'avvio della relazione terapeutica, è stato possibile intraprendere un percorso parallelo su cosa significasse per la terapeuta essere un punto di riferimento e rispondere non passivamente alle richieste di aiuto della paziente, pur seguendo il suo ritmo e le sue necessità, ma scegliendo di non utilizzare un piano di lavoro rigido e schematico. La terapeuta, che aveva temuto di veder andare in pezzi parti importanti delle sedute svolte fino a prima della "crisi anfetaminica", riesce a cogliere un rinnovato senso di competenza e responsabilità della presa in carico della paziente, comprendendo "in vivo" che questo non necessariamente implica l'imporre una linea di comportamento alla paziente. Comprendere che "essere nella relazione" con Luisa era già un atto terapeutico importante (Cipolletta, 2012), occasione per Luisa di mostrarsi ed essere vista nelle sue sfaccettature (forse) per la prima volta nella vita. Appariva ora utile affiancarla e sostenerla nelle fasi critiche di crescita e cambiamento, cercando di scoprire *insieme a lei* (e non *per lei*) quali fossero i suoi bisogni e come soddisfarli nel modo più funzionale possibile. Ed è con questo atteggiamento di rispettoso affiancamento che la terapeuta ha accompagnato Luisa nella scoperta che la terapia anfetaminica non era la risposta ai suoi bisogni, così che nell'arco di pochi mesi la paziente ne abbandonò l'assunzione.

Conclusioni

Una più attiva e autentica presenza della terapeuta, soprattutto nelle fasi critiche del processo terapeutico, hanno permesso di assumere un ruolo chiaro e definito nella gestione di intense perturbazioni interne ed esterne al setting. Questo sembra essere un elemento facilitatore per consentire alla paziente di individuare la terapeuta come l'interlocutore principale per il suo processo di cura, fidandosi ed affidandosi a lei ed "eleggendo" la psicoterapia, da quella fase in poi, come il suo contesto di cura principale.

Tali posizioni non erano scontate, né un punto di partenza, ma piuttosto un bagaglio di esperienze (per la terapeuta "fresca" di formazione e per la paziente) che si sono via via co-costruite durante il percorso terapeutico. Bagaglio sufficientemente spazioso da contenere quegli elementi di paure, incertezze, fragilità e difficoltà, trasformate in opportunità di preziosa ricomposizione. Così come nella pratica del Kintsugi (vedi Figura 1) nasce l'idea che dall'imperfezione e da una ferita possa nascere una forma ancora maggiore di perfezione e integrazione estetica e interiore, così si è cercata l'integrazione fra i vissuti della paziente, tra la paziente e la terapeuta, tra la terapeuta e il supervisore.

Figura 1. Esempio di Kintsugi. Fonte: H. Lawton, 2012

Seguendo la metafora di questa forma d'arte giapponese, i frammenti si ricongiungono, mettendo in evidenza quello che non è più un difetto, ma un nuovo tratto distintivo. Nel caso riportato le "fratture" si possono collocare a diversi livelli del sistema complesso. In Luisa, così abituata a percepirsi in relazione con l'altro da giungere in terapia sentendosi disgregata come un mosaico; dove la continuità narrativa e di auto-percezione lentamente costruite con il lavoro terapeutico sono state bruscamente interrotte dalle anfetamine e dal loro effetto dirompente. Nella terapeuta, che si è trovata bruscamente nella necessità di gestire una intensa perturbazione emotiva e di ri-definire un setting condiviso (precedentemente costruito con fatica). Nella diade terapeuta-paziente, che ha sofferto una (seppur parziale) de-sincronizzazione. L'integrazione dei vari frammenti è avvenuta tramite la supervisione e i processi di rielaborazione da essa promossi nei diversi livelli del sistema. Il cercare l'unione tra i contrasti e le armonie tra le parti ha permesso a questo sistema complesso di assumere una nuova forma, simile alla precedente, ma inaspettata ed originale nella sua unicità, ricca di venature che rimandano al valore irrinunciabile dell'esperienza.

Riferimenti bibliografici

Butera, N., e Zaratti, R. (2002). Un modello di supervisione sistemico-processuale. *Psicobiettivo*, *22*, 13-28.

Cipolletta, S. (2012). La relazione di cura: perché è importante "esserci". *Riflessioni Sistemiche*, *8*, 101-110.

De Marchis, M., Rognoni, E., e Zaratti, R. (2012). Aspetti dell'amore contemporaneo in una organizzazione di significato di tipo Disturbi Alimentari Psicogeni. In *Atti del XIII Convegno di Psicologia e Psicopatologia post-razionalista*, Siena, maggio 2012.

Fauth, J., Gaes, S., Vinca, M. A., Boles, S., e Hayes, J. A. (2013). Big ideas in psychotherapy training. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, *44*, 389-391.

Gasparetti Landolfi, S. (2012). Le *Medical Humanities* nella formazione alla relazione terapeutica. *Riflessioni Sistemiche*, *7*, 172-182.

Guidano, V. F. (2007). *Psicoterapia cognitiva post-razionalista. Una ricognizione dalla teoria alla clinica*. Angeli, Milano.

Guidano, V. F. (2008). *La psicoterapia tra arte e scienza*. Angeli, Milano.

Guidano, V. F. (2010). *Le dimensioni del sé. Una lezione sugli ultimi sviluppi del modello post-razionalista*. Alpes, Roma.

Lawton, H. (2012). *Japanese Kintsugi*. Retrieved in http://harrietlawtonart.wordpress.com/2012/09/01/inspiration/

Marzano, M. (2012). Cosa fare delle nostre ferite? La fiducia e l'accettazione dell'altro. Trento, Centro Studi Erickson.
Reda, M. A., e Canestri, L. (2006). Un approccio post-razionalista alla relazione in psicoterapia. *Quaderni di Psicoterapia Cognitiva*, *19*, 36-49.
Rihacek, T., Danelova, E., & Cermak, I. (2012). Psychotherapist development: Integration as a way to autonomy. *Psychotherapy Research*, *22*, 556-569.
Watkins, C. E. (2013). Being and becoming a psychotherapy supervisor: The crucial triad of learning difficulties. *American Journal of Psychotheraphy*, *67*, 135-151.
Zaratti, R., e De Marchis, M. (2007). La psicoterapia come processo generativo. *Quaderni di Psicoterapia Cognitiva*, *20*, 1-13.

Gli Autori

Monica de Marchis ha conseguito nel 1985 la Laurea presso l'Università La Sapienza di Roma, dal 1990 è iscritta all'Albo degli Psicoterapeuti. Ha svolto un training di formazione in terapia della coppia e della famiglia. Socio Sitcc dal 1986, Socio Didatta dal 2006. Svolge un training di formazione con V. Guidano, con cui inizia una collaborazione e una esperienza come co-trainer nei corsi quadriennali per psichiatri e psicologi a partire dalla metà degli anni '90. Incarico di insegnamento presso la Scuola di Specializzazione in Psicologia Clinica di Siena, Università di Siena dal 2005, Docente di Psicologia clinica delle dipendenze**.** Docente dell'Associazione di Terapia Cognitiva per la Sede di Roma e Cagliari dal 2005.

Email: demarchis.monica@gmail.com

Laura Barca ha conseguito nel 1999 la laurea in Psicologia presso l'Università La Sapienza di Roma, e nel 2005 il titolo di Dottore di Ricerca in Psicologia e Clinica dello Sviluppo. Dal 2011 è Ricercatrice presso l'Istituto di Scienze e Tecnologie della Cognizione del CNR di Roma, dove svolge ricerche sperimentali nell'ambito della psicologia cognitiva, dello sviluppo, neuroscienze cognitive. Dal 2013 è iscritta all'Albo degli Psicoterapeuti, con una formazione ad orientamento cognitivo-comportamentale integrato specialistico per lo sviluppo e l'adolescenza, ed aver seguito il training di formazione clinica con M. De Marchis e R. Zaratti.

Email: laurabarca@gmail.com
Web page: https://sites.google.com/site/laurabarcahomepage/

Citazione (APA)

De Marchis, M., e Barca, L. (2014). Da un mosaico andato in pezzi all'arte del "Kintsugi": un percorso verso nuove integrità. *Costruttivismi*, *1*, 58-66. doi: 10.23826/2014.01.058.066. Disponibile da http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.01.058.066.pdf

Costruttivismi, 1: 67-72, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.067.072

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

ESPERIENZE

Nuove possibili narrazioni. L'esperienza di un percorso con genitori

Raquel Lenzi, Samanta Magni

Partendo da un'esperienza di utilizzo del *role-playing* con un gruppo di genitori di un liceo, si approfondisce il significato di comprensione nella teoria dei costrutti personali e si guarda alle possibilità che questa tecnica – costruita come una tecnica di *enactment* - apre favorendo il fare esperienza di possibilità alternative, di nuove possibili narrazioni.

Parole chiave: *gruppo, genitori, fare esperienza, comprensione, enactment*

Through an experience of *role-playing* with a parents group from high school, the meaning of *understanding* within Personal Constructs Theory is examined, and the opportunities this technique offers in making experience of possible alternatives, of new possible stories, are considered.

Keywords: *group, parents, making experience, understanding, enactment, story*

Premessa

"Il mio interesse riguarda un significato più ampio e meno definito di 'comprensione'. Desidero richiamare la vostra attenzione sul modo in cui arriviamo ad 'avere una comprensione', a conoscere vivendo un'esperienza personale di qualcosa, a sapere personalmente attraverso un diretto coinvolgimento in qualche situazione, anziché su come arriviamo a sapere in un modo più distaccato, accademico, impersonale" (Mair, 1998).

Mair continua dicendo, nella sua lettura dell'opera di Kelly (1955), che la comprensione la si può vedere come avente "due facce": implica cioè, sia l'esperienza di "stare sotto", di attraversare gli eventi assumendo con essi un impegno personale, sia le storie che raccontiamo sulla

nostra esperienza. Facendo questo mettiamo in discussione il nostro sistema di costrutti e favoriamo la costruzione di alternative conoscitive.

Abbiamo scelto di iniziare, citando questo autore, la nostra riflessione sull'utilizzo del *role-playing* nell'ambito del lavoro con i gruppi, perché crediamo che questa tecnica - così come le tecniche in genere di *enactment* - dia con una certa "immediatezza" un assaggio di un modo di conoscere il mondo che passa irrimediabilmente attraverso la persona e l'assunzione di un impegno personale con gli eventi: comprendere, quindi, significa anche, appunto, mettersi in discussione e favorire un processo di ri-costruzione di sé, degli altri e delle proprie costruzioni del mondo dell'altro.

Interpretare un ruolo si fa di fatto esperienza sociale, un'avventura che permette di per sé la nascita di alcune domande nell'immaginare di muoversi e vestire i panni di quella parte che ci è stata proposta, accogliendo così la possibilità di raccontare nuove storie; non si pensi solo a "storie di parole", bensì alle nuove possibili narrazioni che nascono nel momento in cui si accetta di sedersi in quella posizione, sentendo che si sta recitando una parte e percependo come ci si sta muovendo in quella parte; questo, Kelly dice, rappresenta una forma di avventura tale che non passerà leggera, anche se la persona potrà non dire una parola per tutta la messa in atto.

Il gruppo, rispetto a quanto detto sopra, potrebbe essere immaginato, costruito, come una potente cassa di risonanza all'atmosfera di sperimentazione che contraddistingue le esperienze di *enactment* e di *role playing* in particolare; di per sé, Kelly dice, la psicoterapia di gruppo ha il vantaggio di offrire ai partecipanti una più ampia base iniziale per le sperimentazioni di un nuovo ruolo; si tratta di un laboratorio sociale ben equipaggiato con una varietà maggiore di personalità che dà ai partecipanti la possibilità di sviluppare un ruolo più proposizionale.

Un "progetto di gruppo" così concepito prende avvio con attività che facilitino la costruzione del sostegno reciproco che si basa necessariamente sull'accettazione, sulla disponibilità, cioè, di vedere il mondo attraverso gli occhi dell'altro, così per ogni membro del gruppo sentire il sostegno significa esperire che qualcuno degli altri partecipanti sta cercando di guardare le cose nel modo in cui lo fa lui. Questo è un requisito fondamentale perché il gruppo porti avanti il proprio obiettivo e ogni partecipante accolga la possibilità di nuove sperimentazioni e ricostruzioni del proprio sistema di conoscenza.

Il *role playing* può rappresentare una buona strada per dare il via al sostegno reciproco: dopo le messe in scena di parti parzialmente strutturate il conduttore può chiedere con quale dei partecipanti all'attività ciascun membro del gruppo potrebbe identificarsi e perché e in quale momento ha sentito tale identificazione; questo può dare ai partecipanti il senso e la percezione del sostegno da parte degli altri che propongono la propria "collocazione" rispetto all'interpretazione portata avanti da chi ha "recitato" nella messa in scena.

Crediamo sia importante ricordare poi che nella PCP l'utilizzo del *role playing* si pone come obiettivo quello di scoprire qualcosa, di fare esperienza di altri punti di vista, di vestire i panni di qualcun' altro per immaginare altre possibilità, anche distanti e forse poco percorribili personalmente: le parti interpretate non vengono costruite perché la persona le "impari" e se le giochi nella vita reale. Non si tratta di dimostrare o insegnare qualcosa ma, appunto, di mettersi in una posizione di osservazione e sperimentazione creative.

Il conduttore partecipa al clima di sperimentazione del laboratorio del gruppo e scopre continuamente qualcosa, osserva nuovi elementi per la comprensione dei partecipanti e delle relazioni tra loro e quando osserva che esiste quel sostegno reciproco di cui si diceva sopra, può immaginare e proporre nuove scene da interpretare che riguardino la vita stessa dei partecipanti.

L'esperienza di un gruppo particolare

In particolare vogliamo parlare dell'utilizzo del *role-playing* nell'esperienza con un gruppo di genitori all'interno di un progetto in una scuola superiore.

Parliamo di gruppo, benché non sia un gruppo classico; le serate sono aperte a tutti, ma nella pratica si costituisce un gruppo iniziale di circa 15 genitori che spesso prosegue con continuità nell'arco delle serate proposte.

Il progetto si caratterizza per avere un tema annuale e per mantenere la dimensione della relazione fra genitori e figli come focus principale dell'attenzione e lente attraverso la quale guardare ad altri aspetti specifici, dalla scoperta della sessualità e dell'affettività in adolescenza, al rapporto fra coetanei, all'esperienza a scuola.

All'interno del percorso – che si articola in meno di 10 incontri - viene sempre lasciato uno spazio per realizzare una serata alla quale sono invitati a partecipare anche i figli e i ragazzi della scuola in genere.

Dopo che i genitori si sono messi in gioco, si sono confrontati e spesso hanno sperimentato supporto e sollievo nella comunanza con gli altri genitori, aspettano questo incontro quasi per sapere "la verità" e per poter sentire un riscontro dai ragazzi, quasi come se non avessero quotidianamente relazione con i propri figli. Nel contesto costruito del gruppo emerge la possibilità di poter essere diversi, sospendere le dinamiche che affaticano nella relazione quotidiana e sospendere anche il proprio ruolo di genitore e di figlio per parlarne da un altro punto di vista, per guardare anche alla relazione fra genitore e figlio senza l'urgenza di dover "aver ragione" o mantenere autorevolezza e senza l'urgenza di dover farsi ascoltare a tutti i costi.

Il contesto che ci proponiamo di favorire nel percorso di questo gruppo così particolare, è caratterizzato dalla partecipazione attiva del singolo genitore e dal non essere i conduttori visti come gli esperti che hanno la risposta precostituita ma dei facilitatori nel confronto fra i partecipanti al gruppo. I partecipanti comprendono fin da subito che non saranno incontri seminariali o dove troveranno le risposte da manuale o ricette per il bravo genitore.

Nella pratica si costruisce attraverso i vari incontri uno spazio dove sentirsi liberi di parlare, di raccontare, di esporsi e dove il supporto del gruppo diventa l'elemento che più di tutti al termine del percorso viene raccontato come importante. In questo tessuto si inserisce l'incontro con i ragazzi. E questo incontro è quello dove con più facilità scegliamo di proporre il *role-playing* come strumento del confronto e dell'attivazione reciproca.

Nel percorso utilizziamo comunque ove possibile questo strumento, per riproporre situazioni sperimentate dai genitori nelle proprie famiglie, poter condividere punti di vista diversi e analizzare in modo immediato quello che accade, quello che li fa sentire in difficoltà o li preoccupa e li spaventa rispetto ai propri figli e rispetto a sé stessi in relazione a loro. Il *role-playing* guardato come una tecnica di *enactment* favorisce proprio questo: "la messa in atto serve a creare una base di sperimentazione, è un approccio in provetta dei problemi della vita" parafrasando Kelly. Nell'ambito della terapia individuale Kelly sottolinea quanto la "funzione delle procedure di messa in atto è quella di fornire una elaborazione del sistema dei costrutti personali del cliente, fornire sperimentazioni nel laboratorio della stanza della terapia, di proteggere dal coinvolgimento delle strutture nucleari prima che egli sia pronto ad abbandonarle, di liberare il cliente dalle costruzioni prelative troppo strettamente legate agli eventi e alle persone e di metterlo in grado di vedere sé e i propri problemi in prospettiva" (Kelly, 1955, p. ?). Rappresenta un'occasione per permettere ai genitori di confrontarsi e parlare senza obbligatoriamente entrare nelle vicende private delle proprie famiglie: è una scelta personale trasferire le riflessioni e le considerazioni sulla propria famiglia piuttosto che sulla situazione messa in atto nel *role-playing*.

Nel corso dell'incontro dove partecipano anche i figli, proponiamo loro di attivarsi in sottogruppi misti, con l'obiettivo di ricostruire le dinamiche familiari inserendo i diversi punti di vista e pensando cosi di favorire il mettersi nei panni dell'altro in modo efficace e talvolta giocoso.

La consegna è quella di rappresentare delle situazioni familiari: ad esempio possiamo chiedere ai gruppi di rappresentare una scena di famiglia dove secondo loro c'è un clima di ascolto e una scena dove questo clima non è presente. La scelta dei partecipanti – forse ovvia, ma non suggerita dai conduttori – è che i figli spesso scelgano di mettere in scena il ruolo dell'adulto genitore, mentre i genitori vestano i panni dei ragazzi e fra stereotipi e esperienze reali, la dinamica del *role-playing* si fa sempre molto densa di significati da comprendere.

Analisi di un esempio e conclusioni

È molto significativo ciò che può accadere quando qualcuno che interpreta un ruolo fa una scelta diversa rispetto alle indicazioni fornite; in particolare possiamo raccontare la situazione in cui una madre avrebbe dovuto impersonare un ragazzo molto chiuso e silenzioso, al quale i genitori scelgono di parlare dopo una convocazione della scuola per un problema comportamentale.

Si trattava di una attività di *role-playing* dove erano coinvolti solamente i genitori; la madre aveva avuto come gli altri partecipanti all'attività una traccia sul ruolo da impersonare. La scelta di chi impersonare era stata lasciata libera ai partecipanti, per cui lei aveva scelto di fare il figlio e non il genitore. Fin da subito nella messa in scena si era calata molto nel ruolo, assumendo una postura tipica e indicativa del suo ruolo. Nel confronto con i genitori interpretati nell'attività, quasi da subito aveva assunto un atteggiamento forte e stigmatizzato di menefreghismo; non era l'indicazione del ruolo da noi fornita, almeno non in quella modalità così evidente. Tutta la situazione costruita dai partecipanti girava intorno al mutismo e all'atteggiamento molto strafottente del "ragazzo".

Appena terminata la messa in scena, viene lasciato uno spazio per il confronto su come avevano vissuto la situazione i genitori, le sensazioni e i punti di vista di chi non era parte del *role-playing*. Allora la madre che impersonava il ragazzo racconta che quello era l'atteggiamento per lei faticoso del figlio; interrogandosi sulla ragione del comportamento del figlio, riporta lei stessa con poca convinzione una spiegazione fornita dal figlio, il quale le aveva detto "di non averle mai perdonato che aveva raccontato di lui quando era piccolo". Per lei questa spiegazione era evidentemente fragile e non le permetteva di trovare un modo per entrare in relazione con il figlio e con il suo manifestato disagio; nel corso dell'incontro si è scelto di non andare alla ricerca di altri elementi personali e di non perdere di vista come lei si fosse sentita e quale significato avesse avuto quell'esperienza all'interno di quel gruppo, all'interno di quelle relazioni, senza approfondire la sua vicenda personale.

Questa era la sua esperienza, rispetto alla quale diceva di essere preoccupata, bloccata: non era la nostra indicazione, ma per lei era probabilmente importante poter mettere un altro genitore nelle condizioni che lei abitualmente sperimenta quando parla con suo figlio. Nel confronto successivo all'attività, la madre sembrava soddisfatta di come aveva interpretato il ruolo del ragazzo, e probabilmente sentiva validata la sua difficoltà nel vedere la fatica e lo sgomento che avevano vissuto sia i genitori partecipanti al gruppo, che i genitori all'interno della messa in scena.

Possiamo pensare che la scelta della madre di non aderire alla traccia e mettere in scena il proprio figlio, fosse dettata da una sua urgenza di comprendere questa relazione, il proprio fi-

glio, o forse anche da una visione ostile del comportamento del ragazzo e quindi dalla ricerca di conferme che il figlio fosse "difficile". Anche soltanto la possibilità di essere in una posizione diversa da quella usuale, poteva permetterle di guardare la situazione - quella di lei e del figlio - in un modo diverso. Forse parlarne non sarebbe stato così significativo per lei rispetto alla possibilità di essere nell'esperienza, di far sentire ad altri quello che lei sente quotidianamente con il figlio e forse poter cogliere nelle reazioni dei genitori "attori" e di altri genitori qualcosa di simile a sé stessa (comunanza) ma anche qualcosa di diverso, nuovo, inaspettato che le potesse permettere di trovare nuove percorribilità nel rapporto con il figlio.

Purtroppo non è stato possibile approfondire e verificare queste ipotesi con la madre protagonista del *role-playing*.

Citando Kelly quando parla della ricerca della comprensione nel lavoro dello psicoterapeuta,

> se avanzate senza esitazioni e vi coinvolgete […] potete anche non trovare ciò che avevate supposto di trovare, ma avrete buone probabilità di trascendete più liberamente quei fatti "ovvii" che ora sembrano determinare le cose che vi riguardano, e potrete arrivare un po' più vicino alla verità che giace in qualche luogo dall'altra parte dell'orizzonte. (Kelly, 1977)

Sicuramente la possibilità che offre il *role-playing* è molto vicina a questa visione della comprensione di Kelly. Crediamo che l'utilizzo di questa tecnica, come le altre tecniche di *enactment* in genere, secondo i presupposti della PCP e alla luce anche di quanto detto sopra, possa rappresentare un'esperienza potente, densa di elementi perturbanti sia per chi partecipa alla messa in scena, che per chi conduce il gruppo.

Riferimenti bibliografici

Mair, M. (1998). La psicologia della comprensione di George Kelly: mettere in discussione la nostra comprensione, comprendere il nostro dubitare. In G. Chiari G., M. L. Nuzzo M. L. (a cura di), *Con gli occhi dell'altro. Il ruolo della comprensione empatica in psicologia e in psicoterapia costruttivista* (pp. 15-38). Padova: Unipress.

Kelly, G.A. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton. (Reprinted by Routledge, London, 1991) (trad. it. parz. *La psicologia dei costrutti personali. Teoria e personalità*. Milano: Cortina, 2004)

Kelly, G. A. (1977). The psychology of the unknown. In D. Bannister (Ed.), *New perspectives in personal construct theory* (pp. 1-19). London: Academic Press. (Original work written 1963)

Gli Autori

Raquel Lenzi, psicologa, psicoterapeuta specializzata presso il CESIPc con orientamento costruttivista-ermeneutico, lavora come psicologa presso il Carcere di Sollicciano nell'ambito del progetto sulla prevenzione del suicidio dell'ASL 10 di Firenze. Collabora con scuole superiori nell'ambito di progetti rivolti agli studenti (sportello d'ascolto, incontri nelle classi) e percorsi per i genitori. Svolge attività clinica a Prato.

Email raquel.lenzi@katamail.com

Samanta Magni, psicologa, psicoterapeuta specializzata presso il CESIPc con orientamento costruttivista-ermeneutico. Svolge attività clinica a Firenze, è codidatta presso il CESIPc, si occupa di formazione per agenzie formative che organizzano corsi per il raggiungimento di titoli professionali nei quali tiene moduli di psicologia e di supporto al gruppo, partecipa a progetti che offrono cicli di incontri di gruppo per genitori.

Email: samantamagni@hotmail.com

Citazione (APA)

Lenzi, R., e Magni, S. (2014). Nuove possibili narrazioni. L'esperienza di un percorso con genitori. *Costruttivismi*, *1*, 67-72. doi: 10.23826/2014.01.067.072. Disponibile da http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.01.067.072.pdf

Costruttivismi, 1: 73-81, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.073.081

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

L'importanza di chiamarsi mamma

Caril Miniati

Lavoro come educatrice da otto anni in una struttura per minori, che vivono lì con le proprie madri.

Casa Madri si trova presso l'Istituto degli Innocenti; vi si accolgono sia minori segnalati dai servizi sociali e/o trasferiti lì tramite decreto del Tribunale dei Minori, sia donne in stato di gravidanza la cui situazione psico/sociale sia oggetto di indagine e presa in carico per una valutazione in itinere.

Generalmente la maggior parte delle ragazze viene inserita in struttura affinché ne venga valutata la capacità genitoriale; ci sono alcuni casi in cui la mamma sembra avere esclusivamente problemi economici, familiari, di inserimento sociale, ma in gran parte sono casi in cui è la capacità, la possibilità "sufficientemente buona" di accudire un figlio che deve essere valutata.

La madre ha la facoltà di scegliere di seguire il figlio in questa struttura (altrimenti il bambino viene direttamente inserito in un'altra struttura dell'Istituto con altri minori in attesa di affidamento o etero familiare o adozione): dopo un mese di accoglienza in Casa Madri, viene elaborato insieme ai servizi sociali, un progetto educativo volto a migliorare, per quanto sia possibile, delle specifiche aree che sono state identificate dall'equipe educativa sulla base delle osservazioni in quel periodo.

A ciò seguono delle verifiche periodiche con i servizi sociali e relazioni di aggiornamento al Tribunale dei Minori che poi decide, sulle base delle nostre osservazioni e dei nostri interventi, l'esito del progetto. Può succedere, in pratica, che la madre venga dimessa col figlio, che il bambino venga affidato (affidamento consensuale o giudiziale) a una famiglia estranea a quella biologica, in altri casi, più gravi, il bambino viene adottato.

In ciascuno di questi casi la madre e il figlio rimangono in struttura per tutta la durata di questo ciclo, fino al giorno in cui, eventualmente, il bambino segua una strada diversa.

Spesso accade che sia la madre, attraverso un processo molto graduale e doloroso, a prendere consapevolezza dell'impossibilità di prendersi cura in modo adeguato del figlio, e chieda lei stessa l'affidamento, che diventa consensuale e presenta caratteristiche diverse dal giudiziale. Di fatto in ogni caso l'inserimento in una nuova famiglia avviene gradualmente, e anche l'organizzazione di questo compete a noi.

Come educatrici, data la caratteristica residenziale della struttura, siamo sempre presenti 365 giorni l'anno: sempre in due, mentre i fine settimana e tutte le notti siamo una sola; abbiamo modo quindi di partecipare e osservare la vita di queste persone in ogni momento della giornata.

La mia esperienza di formazione in psicoterapia secondo la teoria dei costrutti personali è iniziata quando già lavoravo a Casa Madri da tre anni. La mia formazione ha sicuramente avuto degli effetti sia sulla mia "persona terapeuta", che sulla "persona educatrice": è stato un cambiamento di prospettiva che mi ha coinvolta in modo significativo, e che ha favorito, attraverso discussioni in equipe educativa, dei modi diversi di fare esperienza in struttura.

La mia costruzione della persona madre e della persona bambino si è ampliata di significati, grazie al mio incontro con la teoria di Kelly.

In questi anni ho visto decine di storie, ho conosciuto moltissime mamme e altrettanti bambini; ho visto casi risolversi benissimo, col pieno recupero di una progettualità da parte delle ragazze, e casi molto difficili, violenti. Ho assistito, e a volte favorito, abbandoni.

È molto difficile assistere al maltrattamento di un bambino, entrare in relazione con bambini seviziati, picchiati, oppure, modalità secondo me comunque dolorosa, vedere un bambino trattato costantemente nella più completa indifferenza. Quando poi questo viene messo in atto dalla madre, convivere con queste esperienze può diventare insopportabile: una minaccia forte, ci si sente messi in discussione a livello personale.

Gli aspetti del mio lavoro a Casa Madri che potrebbero fornire spunti per una riflessione secondo un'ottica costruttivista sono numerosi, e rischierei, come spesso faccio, di divagare troppo; per questo ho deciso di presentarne alcuni, ripromettendomi un giorno di estendere maggiormente queste riflessioni. Sono aspetti che nel mio lavorare quotidiano mi hanno minacciata di più, e che hanno al tempo stesso favorito in me una ri-costruzione e una comprensione di un'esperienza, la maternità, così complessa: una possibilità molto preziosa.

Ciascuna madre quando arriva nella nostra struttura sa che verrà osservata. Spesso la loro precostruzione dell'inserimento in struttura è simile a quella di "una cosa da fare, un esame da superare"; si aspettano di venire guardate, controllate, corrette e giudicate dalle educatrici; a volte ci dicono invece "*Ah, questo è il posto dove togliete i bambini alle mamme*!".

Deborah appena mi vide mi disse: "*E così voi ci dovreste insegnare a fare le mamme…!*". Era il mio primo giorno di lavoro, mi ricordo che rimasi ammutolita, senza sapere cosa rispondere; anche perché a quella frase seguirono una serie di insulti.

Se considero quel momento oggi, in base alla mia esperienza in struttura e soprattutto alla mia formazione, mi accorgo che è una frase ricca di significati, oltre certo, a quello da me sinteticamente strutturato, che le attribuii nel 2003 ("mi sta provocando"). Posso fare delle ipotesi: innanzitutto, la ragazza potrebbe pensare che esista un modo di fare la mamma, a prescindere dalla persona che ha un'esperienza di maternità. Si impara a fare la mamma se ci vengono insegnate delle cose, da apprendere e mettere in pratica; come se ci fosse una serie di norme, un manuale, da seguire in modo strutturato e meccanico, senza considerare il modo che ciascuno di noi ha di vedere il mondo, di entrare in relazione con se stessi e con le persone. Senza poi considerare che si è mamme in relazione a un bambino, che è un'altra persona, e i bambini non sono tutti uguali; una stessa mamma con più figli è madre di ciascuno di loro in modo diverso.

C'è anche qualcos'altro: questa frase, detta in modo rabbioso, provocatorio, potrebbe manifestare una minaccia. Forse la mamma sente già, ad un basso livello di consapevolezza, che ci sono degli aspetti nella sua relazione col figlio che potrebbero essere messi in discussione da noi.

Una scelta che una madre può fare è quella quindi di presentare, specialmente nei primissimi giorni, quelle caratteristiche che immagina saranno accettate da noi. Sono aspetti probabilmente ampiamente condivisibili del costrutto "brava mamma".

Aferdita

Aferdita è sempre vicina al bambino, lo accarezza e lo bacia, anche se, si vede subito, lo fa senza mai guardarlo: guardando piuttosto noi. Spiega al figlio (piccolissimo) come funzionano giochi ai quali lui non sembra nemmeno essere interessato, dal momento che sono giocattoli per bambini molto più grandi. È soprattutto nell'accudimento a cui Aferdita presta attenzione: il bambino è pulito, ben vestito; Aferdita sembra impegnarsi molto a non mostrare la propria stanchezza, forse pensa che questo non sarebbe accettato dalle educatrici, in particolare perché appare evidente che è proprio l'accudire costantemente il bambino che la stanca e la mette a dura prova.

Aferdita è convinta di essere una buona madre, nella misura in cui esegue tutta una serie di cose, molto pratiche: oltre all'igiene, mette in ordine la propria stanza, è ferrea negli orari del pasto e fa mangiare tutto al figlio, saluta quando passa davanti all'ufficio. Forse sarà in base a queste cose che verrà "valutata". Aferdita afferma che presto troverà lavoro e che ce la farà da sola a mantenere il figlio, pagare l'affitto. Se così non fosse non sarebbe una buona madre. Quando le chiedo come pensa di fare, Aferdita si arrabbia moltissimo, è minacciata dalla possibilità di scoprirsi se non incapace totalmente, almeno bisognosa di aiuto. Questo per lei è inaccettabile.

Se il bambino non obbedisce o fa qualcosa "da bambino", tipo sporcare a tavola, ma anche solo fare cadere la forchetta, la colpa è delle altre madri presenti; sono loro a non sapere educare il proprio figlio, la cui cattiva condotta influenza il suo. È importante dare la colpa alle altre, è una scelta elaborativa che permette ad Aferdita di non considerare un proprio contributo, perché troppo minaccioso: noi siamo lì a suggerire che forse il bambino è troppo piccolo per mangiare già da solo, forse il tipo di pasto non è adeguato alla sua età (es. ravioli al sugo a un lattante di 5 mesi), forse lei a tavola lo ignora e lui sta cercando un po' di attenzione. L'insinuazione ad aspetti relazionali in gioco viene colta immediatamente da quasi tutte le mamme, che generalmente reagiscono con ostilità a questo tipo di intervento.

Il costrutto "madre" è spesso prelativo ("non è altro che"): in questo momento una mamma è solo una mamma; si è una brava mamma se si fa tutto da sole, accettare un aiuto equivale a non valere come madre, come persona in generale.

Maria

Il rischio a cui spesso si può andare incontro, dal punto di vista degli educatori, è di diventare ostili anche noi. Ci aspettiamo che Maria debba fare qualcosa che a noi sembra "scontato", ad esempio lavare il bambino. Maria non lo fa, mai. Il pannolino è sempre sporco, e se non intervenissimo noi lavandolo, Maria glielo cambierebbe una volta ogni tre o quattro giorni. Ti chiedi come sia possibile che Maria non lo faccia, Maria è una madre e le madri lavano i figli! Provi pena per il bambino che ti chiede "*mi lavi?*" e provi rabbia, spesso nemmeno dissimulata, per una madre che lo lascia sporco in terra, e che lo scansa, perché "puzza". Si rischia di strutturare, ma si perde di vista la persona: continuiamo a fissarci lo stesso obiettivo, ripetendo continuamente a Maria di lavare il figlio, nonostante lei ci abbia già ampiamente dimostrato che questo nostro tentativo è fallimentare.

La mia "insistenza educativa" è la mia scelta e alla mia domanda sul perché lo fa continuo a dirmi "*Ma che razza di madre è?*".Col tempo inizio a dirmi che devo fare qualcosa con questa rabbia, con questa persona: il modo di Maria di essere madre in questo momento, è questo,

ma il fatto che sia così non esclude la possibilità che possa essere in un altro modo (costrutto proposizionale). È più utile quindi prendere atto di questo, evitare la ripetitività dell'intervento educativo, e provare a cambiare prospettiva: perché Maria non lo lava? Quali potrebbero essere per lei le implicazioni che potrebbero verificarsi nel toccare il figlio, nell'abbracciarlo, nell'entrarci in relazione, nel considerare se stessa come una madre che cura il proprio bambino? Per capirlo ci si deve entrare in relazione, per comprenderla; la rabbia a poco a poco diminuisce: questa madre adesso non può fare altro.

Kristina

Kristina rabbiosa mi dice: "*voi ci trattate solo come mamme ma siamo anche persone!*". Prima del mio percorso di formazione, come in altre occasioni costruite in modo simile, avrei risposto con molta probabilità, e con ostilità qualcosa tipo "*sì, ma qui sei a fare la mamma*". Il che non è del tutto errato, ma avrei perso la possibilità di considerare il significato di ciò che Kristina chiede. Kristina con quella frase ci ha chiesto di essere vista, riconosciuta e compresa in un modo diverso dalla dimensione materna: considero che come educatrice c'è il rischio di costruire in modo prelativo queste persone, e che i miei comportamenti e il mio modo di entrare in relazione con loro possano rimandare alle mamme questa costruzione. Spesso è l'urgenza e la gravità di quello che si vede in struttura a favorire questa costruzione così prelativa, così "urgente".

Con la sua frase rabbiosa Kristina ci permette un modo diverso di considerare le nostre ospiti: l'essere una persona è a un livello superordinato , dove invece l'essere madre è uno degli aspetti. Questa frase detta, urlata da lei ci aiuta a discriminare meglio un bisogno, a considerare aspetti diversi delle nostre utenti: trattandosi nella maggior parte dei casi di persone che vivono in una profonda solitudine, sono spesso aspetti e bisogni costretti. La maggior parte delle utenti presenta una storia di vita che sembra il risultato di infinite ripetizioni dell'esperienza, in cui l'essere ad esempio ragazza madre picchiata dal compagno era accaduto anche alla madre, alla nonna e così via: le ragazze sembra non riescano a vedere delle alternative a questo ripetersi di dolore, e a non considerare che si possa costruire qualcosa di diverso.

Prendo in considerazione quello che nella pratica, accade fra me e le mamme, partendo proprio dalla relazione, dai gesti, da quello che ci diciamo. Mi rendo conto che in effetti, mi preoccupo molto della relazione tra la madre e il bambino: faccio loro domande sul bambino (se ha dormito la notte, se dobbiamo somministrare qualche terapia), controllo che sia vestito bene, controllo l'alimentazione. Al pomeriggio quando arrivano le volontarie, pensiamo a fare uscire i bambini, ci preoccupiamo che non si facciano male, che si divertano…propongo loro di immaginarsi in un futuro insieme al bambino, ma manca qualcosa nella relazione con le mamme. Mi rendo conto che raramente chiediamo loro come stanno, come si sentono, loro "donne" a prescindere dal figlio, ma anche semplicemente esplorare maggiormente i propri gusti, sulla musica, film. Come se anche da parte nostra, anche noi favorissimo una non considerazione di certi elementi di sé, concorrendo così a una costruzione prelativa e impermeabile delle ragazze.

Ballare da sola

Come equipe educativa abbiamo riflettuto a lungo su questo aspetto, cercando di individuare delle attività che potessero considerare aspetti delle ragazze non solo in quanto mamme ma come persone, come giovani donne: abbiamo avviato un corso di danza terapia. Questa attività viene svolta la sera, quando i bambini dormono; le ragazze si sistemano in salotto con l'insegnante, senza le educatrici.

L'aspetto di essere sole, senza bambini è stato fondamentale per rimandare alle ragazze che si stava facendo qualcosa solo per loro, e che prendevamo in considerazione il fatto che potessero avere bisogno di uno spazio proprio.

Le mamme hanno accolto con entusiasmo questa iniziativa che permette loro di fare un'esperienza non legata alla loro maternità: aspettano tutta la settimana quell'ora in cui possono dilatare su di sé, ballare da sole, facendo qualcosa che non gli ricordi continuamente che sono mamme, aspetto di cui la nostra struttura è nuclearmente caratterizzata!

Rivedere i filmati delle loro danze è stata un'esperienza bellissima per me: ragazze generalmente rigide, burbere, arroganti che si muovevano con dolcezza, si abbracciavano, si cullavano. Si permettevano di fare emergere parti di sé che durante la giornata costringono.

Spesso, facendo questa attività, le donne si sentono rassicurate, nella misura in cui sono viste e possono anche rivedere se stesse in modo diverso.

Dopo, iniziano a parlare maggiormente di sé: dilatano anche sulla fatica di fare tutto da sole, di stare con un figlio da sole, e sul senso di solitudine profonda di cui fanno esperienza.

Noi scegliamo di riproporre questa fatica nei colloqui, legittimandogliela e fornendo forse una costruzione dell'essere madre più ampia, che comprenda proprio quegli aspetti che più frequentemente vengono costretti durante i primi giorni di inserimento in struttura, e forse anche precedentemente a quel momento. In genere questo facilita un alleggerimento da una transizione di colpa che costantemente si trovano a fronteggiare, ed è un momento importante, in cui spesso anche nella loro ostilità si apre qualche varco.

Nei colloqui individuali che regolarmente facciamo con le mamme in ufficio, stiamo tentando di focalizzarci maggiormente sulla persona. Uno dei aspetti critici principali di queste persone è riferibile ad un problema di relazione: questo è evidente nella convivenza tra le ospiti della struttura, che spesso sfocia in liti estremamente pericolose e violente. Tra le utenti spesso nascono rapporti molto intensi, grosse amicizie e grosse antipatie, che nel giro di pochi giorni variano da un polo all'opposto; appare chiaro come facciano fatica a considerare la possibilità di parlare, di confrontarsi l'un l'altra.

La relazione con un figlio svela le modalità relazionali di una persona, che emergono molto presto.

"Quella cosa"

Cerco di fare caso ai momenti che le mamme generalmente scelgono per parlare, un po' più liberamente: per motivi pratici spesso accade la sera, quando i bambini dormono. Un elemento che ricorre spesso è il fatto di raccontare e raccontarsi il momento del parto. Lo fanno nei minimi particolari; in molti casi, proprio nel momento della nascita si fanno forti i dubbi se tenere o no il bambino, e in moltissimi casi, donne che avevano deciso il percorso "madre segreta" che prevede l'abbandono del figlio subito dopo la nascita in ospedale, cambiano idea dopo un paio di giorni dal parto. Spesso accade che alcune ragazze scelgano di dire questa cosa dopo un po' che sono in struttura. La mia ipotesi è che in molti casi si diano la possibilità di ripresentare questa tematica del "volere essere madre o meno", per poterne parlare in modo diverso. Quando infatti questo succede, è molto importante porsi con un atteggiamento non giudicante, ma accettare questo dubbio come una delle possibilità che possono presentarsi. La ragazza può sentire che c'è qualcuno interessato a cosa lei pensa, che non reagisce rifiutando a priori le sue perplessità: può avere la possibilità di fare un'esperienza diversa, descrivibile come "si può parlare anche di quella cosa".

Può iniziare a considerare la possibilità che il fare la mamma possa essere una scelta anche successiva alla nascita del bambino. È significativo che questo aspetto della maternità come scelta sia condiviso innanzitutto dal gruppo delle educatrici: se io fossi contraria a una scelta che divide madre e figlio, potrei costringere su questi elementi che una madre fa emergere, fo-

calizzandomi invece sugli aspetti che mi permettono di continuare a vederla come una madre adeguata; questa ostinazione rischia di ostacolare una comprensione della persona, e di favorire una invalidazione del mio ruolo educativo.

Quando una utente inizia a considerare questi aspetti, generalmente è un momento in cui si può cominciare a discriminare maggiormente sia i bisogni della madre che quelli del bambino, tentando di favorire una costruzione di due persone distinte. Quello che noi facciamo è cercare di favorire una costruzione più proposizionale, che avviene se anche il bambino con i suoi bisogni e i suoi diritti viene preso in considerazione.

La scelta di dare un figlio in affidamento viene favorita da una costruzione diversa da quella senza alternative a "è un abbandono, è una sconfitta", in cui si ha una validazione dell'incapacità personale. Se poi la madre in questione non ha altri elementi di costruzione di sé oltre a quelli identificativi della maternità, l'invalidazione del ruolo materno è fortemente minacciosa. L'accettare per il proprio figlio un affidamento vuol dire, secondo una lettura proposizionale, affrontare un'esperienza molto dolorosa, minacciosa, ma che può da una parte offrire al bambino la possibilità di crescere con persone che gli vorranno bene, in un ambiente equilibrato, stimolante; dall'altra offre la possibilità alla madre di avere uno spazio e un tempo per sé, per potersi costruire una progettualità e un'autonomia che possa un giorno permetterle di vivere di nuovo col figlio. È molto importante questo secondo aspetto: il nostro lavoro non può fermarsi ad un progetto attuabile per il bambino, ma ci stiamo maggiormente concentrando sulla madre come persona, secondo un'ottica che non la considera appunto esclusivamente in virtù della maternità.

L'affidamento può arrivare ad essere considerato da un "fallimento" a una scelta "d'amore", la quale, seppur carica di molta sofferenza, invece di invalidare il ruolo materno ne è una conferma. Ci sono stati casi (l'ultimo un mese fa) in cui la comprensione e la condivisione di questo ha permesso a una madre di preparare la figlia di due anni a un affidamento eterofamiliare in un modo molto adeguato, nella misura in cui si stabilisca un rapporto civile e di fiducia con gli affidatari, e si rassicuri il bambino. Nel periodo di inserimento della bambina, è stato molto significativo per la madre venire costantemente rassicurata da noi, che ci siamo impegnate a rimandarle come il suo impegno la validasse come madre; al tempo stesso, le riproponevamo la possibilità di sfogarsi con noi, anche stando in silenzio in ufficio, a guardarsi negli occhi. Se con la bambina era opportuno non prendere in considerazione (costringere) la propria sofferenza, con noi poteva avere sempre uno spazio per prenderla in considerazione.

Quando una madre sceglie di dare in affidamento il proprio figlio, di solito passano alcuni mesi prima che venga individuata la famiglia affidataria. Purtroppo è un periodo di tempo troppo lungo, sul quale non possiamo intervenire in alcun modo se non con continui aggiornamenti al Tribunale che per la grande maggioranza rimangono infruttuosi.

Il caso precedente, in cui una madre ha gli strumenti per poter collaborare in modo così utile, è molto raro. I lunghi periodi di attesa per il decreto ad efficacia immediata e per la famiglia sono carichi di tensione: anche nel caso in cui sia un affidamento consensuale, spesso la madre si trova davanti alla possibilità di percepirsi come una persona inadeguata, indegna (va incontro a colpa), e per fare fronte a questo dà la colpa agli altri.

Per cui, anche se ha deciso lei, la colpa è nostra, che vogliamo separarla dalla bambina, mentre "io non avrei mai voluto". La madre si trova in una situazione difficile, in cui da una parte sente di aver preso la scelta giusta, seppure molto sofferta; una soluzione potrebbe essere per lei costringere quindi sulla propria maternità per andare avanti. Dall'altra parte però c'è il figlio, una presenza a questo punto particolarmente minacciosa, spesso inconsapevole nei dettagli di ciò che sta accadendo: un figlio che ha esigenze giorno dopo giorno, e che "chiede" alla madre di fare la madre quando lei ha già scelto che (per un periodo, o per sempre) non lo sarà. Un figlio in questo caso non le "permette" di costringere.

Generalmente in questi casi i maltrattamenti si fanno più frequenti, più violenti; la poca tenerezza che c'era prima non si vede più. Ma, come dire, non sono gli stessi di qualche mese prima: all'inadeguatezza si è aggiunto un peso maggiore, una colpa che si traduce in comportamenti che devono comunicarci qualcosa. Si è obbligati a riflettere e, ancora una volta, a comprendere per non strutturare: la madre ci dice che non voleva l'affidamento, che siamo "ladre di bambini", e nello stesso momento maltratta terribilmente il proprio figlio. Noi interveniamo continuamente, ma anche i piccoli progressi che aveva fatto sembrano spariti nel nulla, la mamma si sta comportando come e peggio di quando è stata inserita in struttura. Riflettendo, cercando un senso e una coerenza nella persona, si possono prendere in considerazione altre possibilità: forse la mamma non può più permettersi di fare la mamma, di sentirsi mamma, è troppo doloroso per lei, dal momento che ha scelto di rinunciare a questa esperienza. Un figlio è un mondo esigente di affetto, di cure, di una presenza a cui lei ha rinunciato. Sceglie di considerare la propria volontà di affidamento come una imposizione, per poter continuare a considerare se stessa una persona adeguata, una brava madre.

Ma adesso fa fatica anche a guardarlo, lo si capisce subito, è inutile insistere sulla dimensione "madre-figlio", dobbiamo fare qualcosa di diverso. Tenendo presente che abbiamo dei limiti, dati da una convivenza forzata dei due, cerchiamo di creare per la mamma più opportunità che non siano collegate al suo essere madre, e cerchiamo, per quanto possibile, di sostituirci a lei nella cura del bambino, che comunque soffre. Tutto questo mentre aspettiamo che la burocrazia faccia il suo corso.

"Che ne sai te?"

Per quanto si possa cercare di fornire il minor numero di dettagli possibili sulle nostre vite private, le mamme arrivano presto a conoscerci abbastanza bene: noi stiamo con loro e le osserviamo, non considerando che anche noi siamo oggetto di osservazione. A volte mi sono sorpresa, ma accade molto spesso, quando una mamma mi rimanda degli aspetti di me dei quali io stessa sono scarsamente consapevole, o che ero convinta di avere costretto sufficientemente.

Spesso accade che una mamma, specialmente quando minacciata, rivolga una critica a quelle di noi che non hanno figli, nei termini di "*Tu non puoi capire perché non sei una mamma!*". È una frase che per molti motivi che avevano a che fare con aspetti miei nucleari mi colpiva molto, inizialmente. Per me era molto minacciosa anche perché qualificando la relazione sulla base di un essere o meno madre, è una frase che non dà scampo; se non sei madre non puoi capire, non c'è niente da fare. Di fronte a ciò sentivo di non avere strumenti per poter avere un ruolo con lei, poiché in effetti ne accettavo il senso; altre volte reagivo con ostilità, strutturandola come un "attacco personale" dovuto al non accettare le critiche e gli interventi educativi. In entrambi i casi, però, il senso e le sensazioni dietro a quella frase rimanevano inesplorate.

Ma la teoria dei costrutti personali permette di fare qualcos'altro. Si può partire mettendo un punto interrogativo a queste frasi. Allora mi sono domandata: "*Cosa non posso capire? Cosa potrei capire?*". Nella pratica, invece di "incassare" il colpo in silenzio, o di rispondere con ostilità riproponendo il mio intervento educativo, ho scelto di rimandare alla madre questo interrogativo, chiedendo a lei il significato di questa affermazione. Questo è utile su due livelli principali: innanzitutto così facendo, la frase in sé non rappresenta l'interruzione di una relazione, ma lo strumento che ci permette di entrare in contatto, nella misura in cui io posso capirti meglio se entriamo in relazione, anche se questo dovesse implicare una discussione. Propongo alla madre la mia voglia di comprendere, la mia curiosità circa ciò che lei pensa, e la mia disponibilità a mettermi in discussione, la possibilità che forse qualcosa si possa comprendere attraverso un'affermazione che se non presa in considerazione nel suo significato, potrebbe avere una chiusura come risultato.

Certamente sono processi molto delicati che avvengono gradualmente: spesso sono proprio questi gli aspetti che, a loro volta, minacciano la madre. Allora il significato di questa frase si estende, diventando "io non posso essere capita": la maggior parte delle ragazze hanno avuto esperienze di crescita e di vita estremamente drammatiche, che hanno favorito in loro una costruzione di sé nei termini di "persona non amabile", una persona che non vale la pena di prendere in considerazione. Sono vite caratterizzate da una grande solitudine, da molta violenza: molte ragazze hanno dovuto imparare a fare conto solo su di sé, hanno una scarsa dispersione della dipendenza, spesso sono state abbandonate a loro volta: per loro riconoscere la possibilità di aver bisogno di parlare con qualcuno che potrebbe comprenderle e aiutare è molto minaccioso. Anche perché nella misura in cui io sono interessata a te, vorrei comprenderti meglio, e tu ti apri, dilati su aspetti che potrebbero essere dolorosi e su implicazioni che finora avevi scelto di non considerare; e l' anticipazione che io possa "non esserci più" è presente e minacciosa: è un'esperienza che conoscono molto bene.

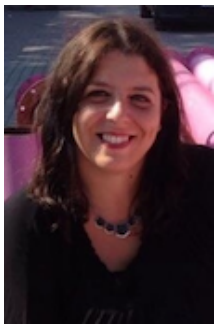
Riuscire a costruire il modo di vedere gli eventi di una madre mi permette di avere un ruolo nella relazione con lei, secondo il corollario della socialità della teoria dei costrutti personali : quando questo è possibile, può favorire il dissolversi del senso della frase iniziale. A questo punto il fatto di avere figli o meno non è significativo per la comprensione dei processi di una madre in struttura, nella misura in cui io cerco di comprendere i processi di costruzione di quella madre, senza necessariamente avere fatto la stessa esperienza.

"Che io non sia un inquieto fantasma
Che segue ossessivo l'andare dei tuoi passi
Al di là del punto in cui mi hai lasciato
Ferma in piedi nell'alba appena spuntata
Tu devi essere libera di prendere un sentiero
La cui fine io non senta il bisogno di conoscere
Né febbre affliggente di essere sicura
Che sei andata dove io volevo andassi
Quelli che lo facessero cingono il futuro
Fra due muri di ben disposte pietre
Ma segnano un cammino spettrale per se stessi
Un arido cammino per ossa polverose
Dunque tu puoi andare senza rammarico
Intanto da questo paese familiare
Lasciando un bacio sui miei capelli
E tutto il futuro nelle tue mani."

(da "L'inverno delle more", M. Mead alla figlia Cathy)

L'Autore

Caril Miniati, psicoterapeuta, libero professionista. Si occupa di consulenze per ditte farmaceutiche, di psicologia forense, e di psicoterapia in lingua inglese. Si è formata e continua i propri approfondimenti in ottica costruttivista ermeneutica.
Email: carilminiati@gmail.com



Citazione (APA)

Miniati, C. (2014). L'importanza di chiamarsi mamma. *Costruttivismi*, *1*, 73-81. doi: 10.23826/2014.01.073.081. Disponibile da http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.01.073.081.pdf

Costruttivismi, 1: 83-87, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.083.087

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

RECENSIONI

Un viaggio di scoperta: come orientarsi tra differenti modelli di psicoterapia

Recensione del libro *Modelli di psicoterapia* a cura di Lorenzo Cionini, Carocci editore, 2013

Claudia Casini

Specializzanda presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva ad indirizzo costruttivista del CESIPc, Firenze

Pensiamo a un laureato in psicologia che abbia concluso il percorso di studi e che, prima di raggiungere questo traguardo, si sia barcamenato tra macachi intelligenti, topolini capaci di orientarsi nei labirinti, teorie differenti sulla motivazione, sulle emozioni, sul linguaggio, osservazioni di bambini, serie lunghissime di diagnosi poco condivisibili. A questo studente, comunque, il percorso di studi è piaciuto molto, soprattutto quando succedeva, tra un elettrodo e una statistica, di parlare di persone, di gente che sente, pensa e sogna. Decide perciò di voler intraprendere un percorso formativo per diventare psicoterapeuta: come fare a scegliere tra i diversi orientamenti di psicoterapia attualmente esistenti nella realtà italiana? Quale criterio seguire?

Un aiuto opportuno può venire sicuramente dalla lettura-studio del libro *Modelli di psicoterapia* a cura di Lorenzo Cionini. È uno strumento essenziale per riflettere sulla psicoterapia nei suoi aspetti generali, anche problematici, e per mettere a confronto sei tra i principali indirizzi psicoterapeutici oggi presenti nel panorama italiano. Ciò è reso possibile dalla proposta fatta dal curatore agli autori di utilizzare una "griglia comune" per strutturare ciascun intervento, in modo tale che ogni presentazione risulti "realmente confrontabile" con le altre. I sei indirizzi psicoterapeutici presi in considerazione sono: la psicoanalisi e le terapie psicodinamiche a cura di Paolo Migone (cap.2), la psicoterapia cognitivo-comportamentale a cura di Davide Dèttore (cap.3), la psicoterapia cognitivo-costruttivista a cura di Lorenzo Cionini (cap.4), la terapia centrata sul cliente di Carl Rogers a cura di Valeria Vaccari e Alberto Zucconi (cap.5), la psicoterapia della Gestalt a cura di Riccardo Zerbetto (cap.6) e la terapia con la famiglia nel mo-

dello sistemico-relazionale a cura di Maurizio Andolfi e Anna Mascellani (cap.7). Tutti questi contributi si snodano attraverso le sette tematiche suggerite dall'esaustiva "griglia comune". Ciascun autore presenta i presupposti teorici di base relativi al modello di riferimento insieme agli sviluppi storici e ai principali orientamenti all'interno di quel modello. Ogni intervento, inoltre, illustra dettagliatamente il modello clinico e come in esso siano concettualizzati lo scompenso psico(pato)logico, i criteri della valutazione clinica, le caratteristiche del setting, il modello dell'intervento terapeutico e la funzione della relazione terapeutica nel processo terapeutico. Per ciascun modello è approfondita la teoria della cura, cioè che cosa s'intende per cambiamento, qual è la sua natura, come è possibile ottenerlo.

La scelta di inserire all'interno di tutti i contributi uno o più "casi clinici" serve a mostrare a chi legge come possano configurarsi e declinarsi, nell'esperienza clinica, i presupposti teorico-epistemologici presentati nei precedenti paragrafi: ciò è particolarmente importante perché permette al lettore, anche se indirettamente, di farne a sua volta esperienza. Vi è quindi all'interno di ciascun modello un paragrafo inerente alla formazione dello psicoterapeuta, nodo cruciale per tutti coloro che sono interessati a intraprendere questo percorso professionale e che perciò desiderano comprendere come quest'ultimo si strutturi concretamente nelle differenti scuole. Infine, vengono consigliate letture di approfondimento, ciascuna brevemente commentata per indicarne l'importanza storica all'interno del modello presentato e gli argomenti specifici sviluppati in ogni testo proposto.

È grazie alla struttura omogenea di ogni contributo che si rende possibile il confronto tra i diversi modelli, confronto che viene suggerito come opportunità ed eventualmente come sfida: chi legge è incuriosito e spinto a interrogarsi creativamente sulle somiglianze e sulle differenze tra i vari modelli e, metaforicamente, invitato a costruire il suo personale capitolo relativo al loro accostamento.

Il primo e l'ultimo capitolo esulano da questa "griglia" e trattano tematiche più generali che meritano di essere approfondite data la loro rilevanza e trasversalità all'interno degli specifici modelli presi in considerazione. Il primo capitolo, scritto da Lorenzo Cionini, si propone di introdurre il tema della psicoterapia offrendo spunti di riflessione anche su quelli che sono i suoi aspetti più critici. Trovo che questo sia indispensabile perché, come scrive l'autore, "la psicoterapia non è per tutti e non può far tutto" ed è necessario che venga immediatamente chiarito il fatto che si tratta di un percorso faticoso - non solo per il paziente - e non di un miracolo. Viene affrontata la problematica concernente le contrapposizioni fra le diverse teorie psicologiche e, di conseguenza, tra i diversi modi di intendere e fare psicoterapia, evidenziando la difficoltà di darne una definizione univoca. Sono quindi presi in considerazione gli aspetti comuni e le differenze all'interno delle psicoterapie. Tra i primi, particolare rilevanza è data alla "relazione" tra paziente e terapeuta, considerata come il fattore comune più importante cui attribuire l'efficacia di una psicoterapia a prescindere dalle differenze nei presupposti teorico-metodologici di riferimento. In effetti, all'interno dei modelli presentati in questo libro, la relazione tra paziente e terapeuta viene in tutti i casi considerata di fondamentale importanza e nella maggior parte dei casi come il principale strumento di cambiamento. Inoltre, in questo primo capitolo si specifica che la psicoterapia è uno dei possibili interventi psicologico-clinici ma non l'unico, orientando quindi il lettore a comprendere le distinzioni esistenti tra la psicoterapia, il sostegno psicologico e il counseling psicologico. Si affronta poi il delicato tema della ricerca sull'efficacia in psicoterapia, spiegando cosa s'intende per efficacia sperimentale ed efficacia clinica e distinguendo le ricerche interessate alla verifica dell'outcome da quelle interessate al processo terapeutico, delineando la storia di queste ricerche e la loro continua messa in discussione. A questo proposito ritengo abbia particolare rilevanza l'attenzione posta da studi recenti al parametro soggettivo relativo alla "esperienza di essere cambiati": in effetti, chi meglio del paziente stesso può dire se la terapia è stata o meno efficace? Infine, si sottolineano i limiti del-

la psicoterapia e i rischi iatrogeni a essa inerenti, mettendo l'accento sul fatto che i successi e i fallimenti di una psicoterapia probabilmente si generano nella storia della relazione tra paziente e terapeuta più che, in modo unilaterale, in caratteristiche appartenenti all'uno o all'altro attore del processo terapeutico. Di cruciale importanza è la considerazione finale di questo capitolo introduttivo che suona come l'invito a tutti coloro che vogliono intraprendere questo percorso professionale di guardarsi, saper considerare differenti punti di vista, conoscere i propri limiti e i limiti dei loro modelli per poter svolgere il loro lavoro nella maniera più consapevole possibile.

Tale ottica viene ripresa dal capitolo conclusivo scritto da Maria Grazia Strepparava, Cesare Maffei e Franco Del Corno, orientato proprio ad approfondire il tema della formazione in psicoterapia e, in particolare, della formazione degli psicoterapeuti e della loro competenza professionale. Considerando che c'è condivisione tra le varie scuole che la relazione tra paziente e terapeuta è uno degli strumenti principali per l'efficacia di una psicoterapia, l'argomentazione va prevalentemente a interrogarsi su quali siano o dovrebbero essere le caratteristiche essenziali del terapeuta da tenere presenti durante la formazione dello stesso: emerge in primo luogo, ancora una volta, la necessità di comprendere e rispettare la complessità. All'interno del paragrafo relativo al processo formativo, dunque, vengono prese in considerazione quelle che sono alcune aree fondamentali che tale processo dovrebbe avere come oggetto e viene dato ampio spazio alla supervisione clinica intesa come "un punto di cerniera tra formazione e valutazione". Aggiungerei che di fondamentale importanza sarebbe, più che imparare a essere terapeuti, provare e sentire cosa significa essere pazienti: nella maggior parte delle scuole di psicoterapia è obbligatorio o quantomeno vivamente consigliato intraprendere un percorso di psicoterapia personale volto, in primo luogo, a imparare a guardarsi e, in secondo luogo, a "stare dall'altra parte". Se la relazione ha un ruolo così decisivo nell'efficacia di una psicoterapia, allora bisognerebbe essere capaci di mettersi nei panni di noi stessi prima ancora di poter cercare di mettersi nei panni di un altro.

Mi concentro adesso specificamente sul contributo relativo al modello cognitivo-costruttivista di Cionini (cap.4) perché si tratta del "mio modello", quello che nel corso della mia esperienza personale e professionale ho sentito più adatto e vicino al mio modo di essere e stare-nel-mondo.

Vorrei partire da un'affermazione di Cionini presente nel primo paragrafo dedicato ai presupposti teorici di base e, nello specifico, alla relazione esistente tra mondo ontologico e conoscenza: "Ogni conoscenza è una costruzione generata da un osservatore in relazione alla sua struttura e alla sua esperienza". Un'affermazione del genere può suonare come una provocazione: davvero mi costruisco il mondo? Possono i miei occhi generare quello che guardano? Il modello cognitivo-costruttivista e prima ancora la fenomenologia, rispondono affermativamente a queste domande.

Husserl in *L'idea della fenomenologia* scrive che "ogni vissuto dell'intelletto e ogni vissuto in generale, in quanto sia attuato, può essere ridotto all'oggetto di un puro guardare e afferrare, e in questo guardare esso costituisce datità assoluta. Esso è dato come un essente, come un questo-qui, dubitare del cui essere non ha proprio nessun senso". In altri termini, lo sguardo va sulle essenze e non sulle esistenze, queste ultime non vengono negate ma "messe tra parentesi" (epoché) mentre ci si concentra sull'esperienza "pura" del nostro guardare. Allora la provocazione iniziale acquista, alla luce di quanto detto, un valore diverso e può sembrare quasi ovvia se riformulata con parole più semplici: tutti abbiamo un punto di vista sul mondo ed è impossibile prescindere dalla nostra peculiare prospettiva in prima persona, definita anche "esperienza immediata o fenomenica". Tale premessa epistemologica (e prima ancora ontologica) comporta, inevitabilmente, conseguenze importantissime se considerata all'interno di un percorso di psicoterapia: primo aspetto, il personale punto di vista del paziente sul mondo – o per meglio

dire, il mondo del paziente - non può essere peggiore di quello di qualcun altro, non può quindi essere "sbagliato" (in relazione a cosa lo sarebbe?), secondo aspetto, anche il terapeuta ha un punto di vista sul mondo – ha un mondo - che non può essere migliore di quello del paziente, che non può essere più "giusto". Ciò che quindi può fare il terapeuta è, in primo luogo, cercare di comprendere come l'altro guarda il proprio mondo, come l'ha costruito attraverso la sua esperienza: la versione inglese del termine comprendere, understand, vuol dire etimologicamente "stare sotto" e mi piace pensare che questo significhi provare a mettersi nelle suole dell'altro per sentire com'è il terreno e dov'è che porta. Quanto detto finora trovo che in primo luogo sia sinonimo di rispetto per il paziente che non è visto come un contenitore, un "soggetto passivo in uno stato di malattia [intesa come] un'entità estranea da eliminare così da tornare a una condizione prestabilita di salute mentale" come Cionini definisce uno dei possibili modi di considerare il paziente nell'ottica medico-psichiatrica, il paziente è un interlocutore che ha la stessa dignità dell'altro interlocutore e il diritto al suo ben-essere e anche "a dare un significato strettamente personale al proprio malessere" quando sia sofferente. Ma perché, allora, c'è chi sta bene e c'è chi sta male se non esiste un modo "più giusto" di costruirsi il mondo e se, quindi, il mondo non si può costruire bene o male? Questo modello considera lo scompenso psico(pato)logico come un "blocco delle capacità di movimento del sistema" che in altri termini potrebbe essere definito come la percezione che il proprio mondo non sia più sentito come agilmente percorribile. Nella nostra esperienza sempre si va incontro a invalidazioni, vale a dire, costantemente ci ritroviamo a fare i conti con qualcosa che, in misura maggiore o minore, arricchisce potenzialmente la nostra costruzione del mondo e/o la mette in discussione. Quando un'invalidazione è però "adombrata" come troppo minacciosa perché il cambiamento che comporta metterebbe a repentaglio il senso di stabilità e continuità della propria identità personale, è possibile che la costruzione della realtà si blocchi: le capacità di ristrutturazione del sistema sono sentite come meno solide della minaccia stessa. Detto con le parole di Wittgenstein: "La tragedia consiste in questo, che l'albero non si piega ma si spezza". Il sintomo, quindi, viene concettualizzato come il modo migliore che la persona ha trovato, nella sua esperienza, per mantenere comunque il più possibile integro il senso della propria identità personale: secondo questa prospettiva il sintomo ha dunque una storia e una funzione. Va da sé che concentrarsi solo sul sintomo sarebbe come leggere unicamente il capitolo conclusivo di un libro lunghissimo: come si potrebbe pensare di aver compreso quel capitolo e addirittura tutto il libro senza averlo letto nel suo svolgersi, senza essersi appassionati alle vicende che narra, ai personaggi, ai luoghi, ai tempi, allo stile? Altrettanto assurdo sarebbe credere che la soluzione ottimale possa riassumersi nell'eliminazione di quel capitolo "uscito male": se l'autore l'ha scritto, evidentemente, lo sentiva sensato e coerente con quanto narrato in precedenza. Il terapeuta, però, a cosa serve? A favorire una riattivazione del movimento del sistema del paziente e per ottenere questo "l'elemento terapeutico con maggiori potenzialità trasformative, lo strumento principale per il cambiamento" è la relazione terapeutica. Quest'ultima viene cocostruita insieme in quel "Tra", in quel "Noi" generato all'interno del setting e diviene impossibile discriminare "chi" ha costruito "cosa": la relazione è più della somma dei singoli partecipanti. L'esito del processo terapeutico dipende quindi dalla qualità di questa relazione, di questo "Noi" e delle esperienze relazionali inedite che offre a chi le costruisce. Ciò risulta evidente nella lettura dei tre "esempi clinici" riportati da Cionini all'interno del paragrafo che illustra alcune modalità di conduzione del lavoro terapeutico. Al di là dei contenuti emersi e delle "tecniche" utilizzate, ciò che colpisce è la sintonizzazione emozionale e affettiva tra paziente e terapeuta, la morbida risonanza tra le parole (e possiamo anche immaginarla tra i gesti, le posture, le espressioni) dell'uno e dell'altro. Opportunamente, nel libro *La verifica di una psicoterapia cognitivo-costruttivista sui generis* scritto da Chiara Barni e Giulia Galli (Firenze University Press, 2005), il terapeuta viene brillantemente definito un "ventriloquo" che fa parlare e

parla con la "pancia" dei pazienti e Cionini definisce informalmente ciò come "Linguaggio dell'Io". Ma come si fa, se si può, a imparare a stare con l'altro in questo modo? Questa domanda assomiglia, in un certo senso, al dilemma del porcospino descritto da Schopenhauer: come faccio a stare vicino all'altro, scaldarlo e scaldarmi senza pungerlo con le mie spine e senza pungermi con le sue? A questa domanda Cionini risponde all'interno del paragrafo dedicato alla formazione dello psicoterapeuta secondo il modello cognitivo-costruttivista. Posto che la relazione è il motore principale perché possa avvenire un significativo cambiamento, ogni "tecnica" appresa va in primo luogo considerata un "atto relazionale" e quindi coerentemente compresa nel contesto intersoggettivo in cui si colloca. Di conseguenza, la formazione all'interno di questo modello si potrebbe delineare metaforicamente con un vecchio detto: tra il dire (il sapere) e il fare (il saper-fare) c'è di mezzo il mare (il saper-essere del terapeuta nella relazione), mare che ad ogni modo si rende visibile ed esplorabile proprio attraverso il fare e il dire, il saper-fare e il sapere. Va da sé che la "migliore consapevolezza di sé con l'altro" è uno degli obiettivi formativi di questo percorso volto in primo luogo a far sentire i futuri psicoterapeuti capaci di "stabilire un dialogo autentico con i propri pazienti" che ne favorisca la comprensione. Altri due obiettivi, sempre e comunque strettamente interconnessi con questo e tra loro, riguardano il far acquisire la "capacità di riflettere mentre si agisce nel contatto con l'altro" e quella di "integrare un insieme di informazioni provenienti da fonti diverse". In sostanza, per intraprendere il viaggio della psicoterapia, è necessario imparare nuovamente a guardare e a guardarsi perché, per dirla con Proust, "un vero viaggio di scoperta non è cercare nuove terre, ma avere nuovi occhi".

Nel contributo di Cionini si percepisce, al di là della chiarezza dei contenuti e della competenza di chi li ha scritti, amore in quello che viene narrato. Tra le righe si può leggere la fatica e il rispetto per il proprio lavoro, la continua messa in discussione di quanto esperito e spiegato, l'invito a fare altrettanto rivolto a coloro che vogliono intraprendere questo percorso.

Perché, dunque, leggere questo libro? Scegliere di leggerlo significa, in un certo senso, "scegliere di scegliere": offre infatti la possibilità di confrontare - e di confrontarsi con - differenti modi di pensare gli esseri umani nelle loro reti di relazioni, nelle loro difficoltà, nei loro significati e nei modi in cui, attraverso la psicoterapia, tutto ciò può essere compreso, affrontato o eventualmente sentito e vissuto in maniera diversa.

L'Autore

Claudia Casini si è laureata in Psicologia Clinica all'Università degli Studi di Padova. Attualmente è iscritta alla Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva ad Indirizzo Costruttivista del CESIPc di Firenze.
Email: claudia.casini88@gmail.com

Citazione (APA)

Casini, C. (2014). Un viaggio di scoperta: come orientarsi tra differenti modelli di psicoterapia. *Costruttivismi*, *1*, 83-87. doi: 10.23826/2014.01.083.087. Disponibile da http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.083.087.pdf

Costruttivismi, 1: 88-90, 2014
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2280-9597
DOI: 10.23826/2014.01.088.090

aippc
COSTRUTTIVISMI
ISNN 2280-9597
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

Cinema, tra costruttivismo e *role playing*

Recensione del film *Shutter Island*, regia di Martin Scorsese, USA 2009

Elisabetta Bresciani e Marco Ceccarini

Specializzandi presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva ad indirizzo costruttivista del CESIPc, Firenze

Questo contributo ha come obiettivo quello di proporre una lettura in ottica costruttivista del film in questione, sviluppando una riflessione sulla tematica del *role playing* e sugli interrogativi che possono nascere dal suo utilizzo.

Keywords: *Shutter Island, role playing, costruttivismo*

This contribution aims to propose a constructivist reading of the film in question, developing a reflection on the theme of role playing and the questions that may arise from its use.

Keywords: *Shutter Island, role playing, constructivism*

"Cosa sarebbe peggio? Vivere da mostro...o morire da persona per bene?".

È sul sottile confine tra realtà ed invenzione, tra delirio e complotto, tra follia e ragione che *Shutter Island* prende vita articolandosi in un cammino alla ricerca della verità.

Siamo nel 1954 quando alla prigione-manicomio dell'isola di Shutter è misteriosamente scomparsa una pericolosa paziente condannata per l'omicidio dei suoi tre figli. Ad indagare viene inviato l'agente federale Teddy Daniels (Leonardo Di Caprio) che inizia ben presto a dubitare dei modi di condurre l'ospedale da parte del direttore dell'istituto (Ben Kingsley) e del personale medico. Un uragano costringe l'agente a prolungare il soggiorno sull'isola mentre le indagini continuano ed indizi sempre più inquietanti vengono alla luce in una escalation di colpi di scena.

A portare sulle proprie spalle l'intera storia è il personaggio complesso e articolato di Teddy, un uomo duro, con un passato terribile da voler dimenticare, ma che cerca di tornare alla luce in un crescendo di visioni, ricordi ossessivi e paure incessanti. Alternando flashback e allucinazioni a realtà ed immaginazione, lo spettatore viene trascinato in un folle viaggio verso un'isola da cui è impossibile scappare, in un susseguo di ansia e tensione in cui il dolore, la

colpa e la tragedia umana rappresentano i temi prevalenti. *Shutter Island* è un film potenzialmente infinito con l'assoluta mancanza di una chiave di lettura risolutiva. Ci troviamo intrappolati in un gioco di ruolo in cui non sappiamo più se essere spettatori fiduciosi o delusi, in un mondo in cui tutto è il contrario di tutto.

Un inevitabile cambiamento di rotta accompagna un finale ricco di sorprese: quello che sembrava essere un articolato complotto messo in campo per incastrare il protagonista, si rivela essere il più grande esempio cinematografico di *role playing* psichiatrico. Nuovi significati si dischiudono, ricondurre Teddy alla "realtà" rappresenta adesso l'unico obiettivo di questo viaggio giunto ormai a conclusione.

Un uomo devastato dal suo passato, da innumerevoli ferite dalle quali è meglio scappare rifugiandosi nella follia. Il delirio diventa il tentativo per costruirsi una realtà alternativa, l'unico modo possibile per sopravvivere al dolore, forse il miglior adattamento ad una verità inaccettabile.

Cambiando però il punto di osservazione, il delirio viene visto anche come "mostro" da sconfiggere, come sintomo disfunzionale da eliminare. È questa la teoria della cura adottata dal direttore del manicomio, che giustifica l'utilizzo del *role playing* come percorso terapeutico che porti Teddy verso una progressiva presa di coscienza, attraverso sofisticati indizi finalizzati al recupero di ricordi negati. Senza dubbio è indiscutibile l'abilità e perché no la buona fede del personale medico nella ricostruzione di questa articolata messa in scena teatrale; cosa più dubbia è forse la sua efficacia terapeutica. Più tentativi infatti erano già stati condotti al fine di rimuovere il sintomo, che però puntualmente si ripresentava riportando Teddy nella sua realtà.

Alla luce di ciò risulta legittimo porsi alcuni interrogativi: è sempre utile andare ad agire sul sintomo? Ma soprattutto: sulla base di quali presupposti è possibile assumere l'esistenza di un'unica realtà, vera e incontrovertibile? Difendere a tutti costi l'illusione di una verità assoluta non è un po' come accantonare l'altro? È infatti nella sua costruzione di realtà che Teddy trova l'unico modo per sopravvivere, realtà alla quale sceglie consapevolmente di restare ancorato, a scapito della sua stessa "esistenza".

Non è nelle nostre intenzioni legittimare una tra le molteplici interpretazioni possibili, tanto meno sparare sentenze su cosa o chi sia più o meno nel "giusto"; lasciamo anzi questi interrogativi aperti di fronte ad un film che sembra abbracciare spontaneamente una lettura in chiave costruttivista, dando infatti allo spettatore la possibilità di sperimentare dall'interno ciò che i diversi occhi vedono.

Una realtà cangiante e aperta al possibile. Dunque, a voi la scelta del colore.

SCHEDA DEL FILM		
Regia di Martin Scorsese		
Soggetto: tratto dal best seller di Dennis Lehane "L'isola della paura"		
Nazione: USA	Anno: 2009	Data di uscita: 05/03/2010
Genere: thriller	Distribuzione: Medusa	Durata: 148 min.
Cast: Leonardo Di Caprio, Ben Kingsley, Michelle Williams, Mark Ruffalo, Patricia Clarkson, Mark Von Sydow, Emily Mortimer.		

Scopri il film:

Official Trailer: http://www.youtube.com/watch?v=-Pw72SKYg9A

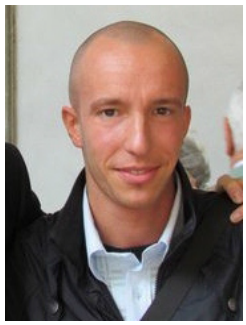
Gli Autori

Elisabetta Bresciani, psicologa, specializzanda presso la Scuola di specializzazione in psicoterapia cognitiva ad indirizzo costruttivista del CESIPc (orientamento cognitivo-costruttivista).

Email elisabetta.bresciani@hotmail.it

Marco Ceccarini, psicologo, specializzando presso la Scuola di specializzazione in psicoterapia cognitiva ad indirizzo costruttivista del CESIPc (orientamento cognitivo-costruttivista).

Email: marco_cecc@alice.it



Citazione (APA)

Bresciani, E., e Ceccarini, M. (2014). Cinema, tra costruttivismo e *role playing*. Recensione del film *Shutter Island*, regia di Martin Scorsese, USA 2009. *Costruttivismi*, *1*, 88-90. doi: 10.23826/2014.01.088.090. Disponibile da http://www.aippc.it/costruttivismi/wp-content/uploads/2017/07/2014.01.088.090.pdf