Volume 6, Numero 1-2
dicembre 2019

ISSN 2465-2083

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
Mara Ognibeni

Direttori Scientifici
Gabriele Chiari e Lorenzo Cionini

Vicedirettore e Caporedattore
Claudia Casini

Segreteria di Redazione
Francesca Balata, Stefano Giusti, Eleonora Gori, Isabella Mantovani, Lucia Mariotto, Cristina Sassi, Caterina Tanini, Claudia Terranova

Comitato dei Consulenti
Manola Alfredetti, Lisa Bertocci, Karin Buzzegoli, Anna Celli, Cristina Cerbini, Alessandra Favaro, Andrea Fornari, Laura Fossi, Piergiorgio Mobrici, Mara Ognibeni, M. Cristina Ortu, Alessandro Piattoli, Gianluca Provvedi, Clarice Ranfagni, Claudia Sbrilli, Mariaemanuela Timpano, Emanuele Trinchetti, Gregorio Zeloni, Ombretta Zoppi

Comitato Scientifico
Carla Antoniotti, *Italia*
Maria Armezzani, *Italia*
Bruno G. Bara, *Italia*
Richard Bell, *Australia*
Luis Botella, *Spagna*
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 6 Numero 1-2 2019

INDICE

ARTICOLI (ARTICLES)

1 La fotografia: riflessioni ed esperienze in psicoterapia *(Photography: Reflections and experiences in psychotherapy)*

Giorgio Rezzonico, Laura Belloni Sonzogni e Francesca Pellegrini

18 Corpi che contano. Idee per un'interpretazione in chiave costruttivista ermeneutica della Teoria Queer *(Bodies that matter: Ideas for an interpretation in a constructivist hermeneutic perspective of Queer Theory)*

Roberta Cuppone

42 Al di là del sintomo: un'esperienza di applicazione del modello costruttivista intersoggettivo nel lavoro con adolescenti con Disturbi della Condotta Alimentare, all'interno di un contesto di equipe multidisciplinare ospedaliero *(Beyond the symptom: The application of the constructivist-intersubjective model with hospitalized adolescents affected by eating disorders, assisted with a multidisciplinary team approach)*

Valeria Costanzo

54 Il concetto di improvvisazione (musicale) e la psicologia dei costrutti personali *(The concept of (musical) improvisation and personal construct psychology)*

Davide Uderzo

71 Una riflessione sul cambiamento nell'ottica costruttivista intersoggettiva. Un contributo delle neuroscienze *(A reflection on change in intersubjective constructivist perspective: A contribution from neuroscience)*

Valeria Lucci

85 La dimensione di significato del sacrificio: una lettura in ottica costruttivista ermeneutica *(The dimension of meaning of the sacrifice: A hermeneutic constructivist perspective)*

Roberta Franco

Indice

RECENSIONI (REVIEWS)

93 "*The Shape of Water*". Riflessioni sulla pellicola di Guillermo del Toro secondo la prospettiva postrazionalista (*"The Shape of Water": Reflections on Guillermo del Toro's movie according to the postrationalist perspective*)
Daniela Merigliano

Costruttivismi, 6: 1-17, 2019
Copyright © AIPPC
ISSN: 2465-2083
DOI: 10.23826/2019.01.001.017

aippc
ISSN 2465-2083
COSTRUTTIVISMI
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

ARTICOLI
ARTICLES

La fotografia: esperienze e riflessioni in psicoterapia

Photography: Experiences and reflections in psychotherapy

Giorgio Rezzonico, Laura Belloni Sonzogni, Francesca Pellegrini

Università degli Studi di Milano Bicocca
Centro Antiviolenza "La metà di niente", Lodi
Centro di Terapia Cognitiva, Como

Riassunto. La fotografia viene ampiamente utilizzata nella psicoterapia a orientamento cognitivo comportamentale e relazionale. Tuttavia, esistono pochi contributi di approfondimento sull'utilizzo di questa interessante tecnica. All'interno della cornice epistemologica e metodologica costruttivista, dopo la rassegna storica in campo clinico, si esplorano le possibilità emergenti della fotografia come strumento di auto-osservazione e arricchimento nella ricostruzione della storia di vita e come strumento ponte verso l'intersoggettività nella dimensione del tempo passato (i ricordi), presente (qui e ora) e futuro (i nuovi scenari), con riferimento a numerose esemplificazioni cliniche nella psicoterapia individuale e di gruppo.
Parole chiave: fotografia, fototerapia, costruttivismo, psicoterapia, esemplificazioni di casi clinici

Abstract. Photography is widely used in cognitive behavioral and relational psychotherapy. However, there are still just few researches about the use of this interesting technique. Working in the cognitive-constructivist epistemological framework, and following the historical review of the clinical field, we explore the emerging possibilities of photography as a self-observation and enrichment tool in the reconstruction of the story life and as a bridge tool to intersubjectivity in the dimension of past time (memories), present (here and now) and future (new scenarios), referring to numerous clinical examples in individual and group psychotherapy.
Keywords: photography, phototherapy, constructivism, psychotherapy, clinical cases example

Ricevuto il 4 novembre 2019; accettato il 9 dicembre 2019.
www.aippc.it/costruttivismi

Dieci fotografi di fronte allo stesso soggetto producono dieci immagini diverse,
perché, se è vero che la fotografia traduce il reale,
esso si rivela secondo l'occhio di chi guarda.
Gisèle Freund, 2007

La "*Poetica del guardare"* – titolo della mostra realizzata da Alessandra De Isabella con le fotografie scattate dal padre Giorgio[1] – è una modalità di approccio all'immagine fotografica che induce "*ad andare oltre l'apparenza, andare al di là, cambiare punto di vista e scoprire nuovi scenari possibili*" (De Isabella G. & De Isabella A., 2019, p. 8). Si tratta quindi di passare dal guardare al vedere, inteso non solo come atto fisico e mentale rivolto verso qualcosa o qualcuno ma come atto *intimo* dell'essere umano che guarda se stesso, richiamando alla memoria immagini della propria storia che diventano parte di ciò che sta guardando. Analogamente, Daniela Merigliano (2017) ci ricorda che "*il protagonista della nostra storia è il 'punto di vista', l'occhio con cui guardare le cose, unico speciale rappresentante della peculiarità irripetibile di una soggettività*" (p. 49).

La fotografia è una delle modalità espressive attraverso cui l'uomo ha dato forma alla propria interiorità, rimodellando la visione di sé e del mondo che lo circonda. Nel contempo rappresenta uno strumento molto versatile in campo psicosociale con molteplici funzioni tra cui quella esplorativa, comunicativa, psicoeducativa e terapeutica. Come Judy Weiser (2013) afferma, "*chiunque si sia mai trovato a scattare fotografie o a riguardare fotografie precedentemente scattate si è probabilmente imbattuto in quel processo naturale di auto esplorazione e di sviluppo personale che la mediazione della fotografia può fornire"* (p. 32).

Se la relazione terapeutica rappresenta lo strumento più rilevante ai fini del cambiamento, il *paesaggio interiore* che possiamo esplorare attraverso l'utilizzo della fotografia diviene un luogo di contatto tra i protagonisti che si muovono all'interno di questa cornice relazionale verso un rapporto teso alla reciproca cooperazione. In essa gli aspetti emotivi rivestono un ruolo fondamentale, per cui le tecniche utilizzate diventano significative nel processo terapeutico nel momento in cui la sintonizzazione emotiva conferisce valore e significato[2].

Attraverso la fotografia diviene talvolta possibile leggere, all'interno della relazione terapeutica, aspetti che altrimenti potrebbero rimanere indecifrabili. "*È nella complessità della dimensione intersoggettiva che si costruiscono significati condivisi, si dispiega la coscienza pre-riflessiva dell'essere presente nella quotidianità, nell'esperienza effettiva del paziente e del terapeuta*" (Rezzonico & Bani, 2011, p. 76).

Con modalità variamente interconnesse, le fotografie possono costituire immagini mentali interne, mobili, ricordi quindi cangianti nel tempo a partire dalla matrice che spesso si stampa quasi indelebile nel ricordo. Esse sono anche residui di un tempo passato e quindi utilizzabili come *supporto esterno di memoria autobiografica* perché ogni foto "è un *pezzo di mondo* che resiste al tempo, con cui ci si può confrontare in momenti diversi del tempo e attraverso cui costituire nuovi significati", come afferma una persona a noi vicina.

---

[1] Giorgio De Isabella (1947-2017) psicologo e psicoterapeuta di orientamento cognitivo-comportamentale, grande appassionato di fotografia e teatro.

[2] Molteplici autori hanno sottolineato l'importanza degli aspetti intersoggettivi nell'orientamento cognitivo relazionale fra cui possiamo citare, oltre a Guidano e Liotti, Bara (2018), Dodet e Merigliano (2016), Cionini (2013), Nardi (2013), Rezzonico e Meier (2010), Morganti (2010), Reda (1996).

Cenni storici

A quanti di noi sarà capitato di imbattersi in fotografie di vecchi manicomi e dei "ritratti della follia"? In una mostra di qualche anno fa sono state esposte foto segnaletiche dei pazienti con numeri di matricola, camerate e corridoi di letti vuoti, infermiere con la distintiva cuffia bianca, sguardi e corpi sofferenti, strumenti di contenimento e di trattamenti elettroconvulsivi. Proviamo a ripensare all'impatto emotivo che tali immagini hanno provocato in noi.

Nel 1826 Joseph Nicéphore Niépce scattò in Francia quella che viene considerata la prima fotografia della storia (Hacking, 2019). Poco dopo, la fotografia incontrò la psichiatria e fu utilizzata nel tentativo di osservare e catalogare la malattia mentale, cercando di catturare con l'obiettivo tratti caratteristici delle varie psicopatologie, attività che ci rimanda agli studi di fisiognomica criminale di Lombroso. Nel contempo la fotografia diventa il mezzo di denuncia di ciò che accade nelle istituzioni psichiatriche e più in generale, fino ad oggi, è riconosciuta come un potente veicolo documentale ed espressivo in molteplici ambiti: artistico, culturale, sociale, educativo, terapeutico ed anche etico.

Le prime fotografie utilizzate in ambito clinico vengono attribuite a Hugh Welch Diamond, detto "*il padre della fotografia psichiatrica*" (Burrows & Schumacher, 1990). All'interno dell'ospedale psichiatrico della Contea del Surrey realizzò delle immagini dei reparti femminili. Cogliendo nelle fotografie il potenziale terapeutico si rese conto che quando i suoi pazienti si riguardavano nelle foto acquisivano maggiore consapevolezza di se stessi, concetto ribadito in una relazione alla *Royal Society* nel 1856.

Dagli anni '40 diversi terapeuti, di approcci differenti, iniziarono a usare le fotografie nel proprio lavoro. Tra questi citiamo Carl Rogers, promotore della corrente umanista, che utilizzò le foto come stimoli nelle sue terapie non direttive; Jacob Levi Moreno, padre dello psicodramma, le usò come punto di partenza per le sedute di gruppo; lo psicoanalista Heinz Kohut le utilizzò sia nel processo di valutazione e diagnosi sia per chiarire aspetti importanti dell'infanzia del paziente. Tuttavia, il riconoscimento ufficiale del potere terapeutico della fotografia avvenne negli anni Settanta, dopo che Gilman (1976) pubblicò per intero il lavoro di Diamond.

Nel 1965 un gruppo di psicologi e sociologi lionesi mise a punto il metodo del *Photolangage* (Vacheret, 2011), costruendo dei dossier di fotografie in bianco e nero su varie tematiche, testate, scelte e pubblicate in Francia per la loro valenza simbolica e capacità di stimolare l'attività immaginativa. Questa tecnica utilizza la fotografia come strumento di mediazione all'interno del setting di gruppo con varie tipologie di utenza: adolescenti, detenuti, pazienti psichiatrici, anziani.

Nel 1977 fu pubblicato sulla rivista *Psychology Today* un articolo sull'utilizzo della fotografia come strumento terapeutico che suscitò la curiosità di molti esperti di salute mentale che nel 1978 organizzarono il primo *International PhotoTherapy Simposium* alla *Northern Illinois University* di Chicago. Questo evento segnò anche l'inizio della formazione del gruppo di professionisti che negli anni successivi costituirono l'Associazione Internazionale di FotoTerapia (*International PhotoTherapy Association*), rimasta in attività dal 1983 al 1993.

La psicoterapeuta canadese Judy Weiser scrisse nel 1975 il suo primo articolo sulla "FotoTerapia[3]" e nel 1982 inaugurò a Vancouver il *PhotoTherapy Centre*. A lei va il merito di aver sistematizzato e diffuso le tecniche della FotoTerapia (*PhotoTherapy Techniques*) valorizzando la fotografia come facilitatore della narrazione di sé e della storia personale. L'autrice ha inoltre messo in evidenza la distinzione fra *PhotoTherapy* e *Therapeutic Photografy*: con il primo termine ci si riferisce all'utilizzo della fotografia all'interno della relazione tra terapeuta e paziente,

[3] L'autrice intende quindi con questo termine l'utilizzo della fotografia in terapia come mezzo di esplorazione di sé e del non verbale.

con il secondo – a nostro giudizio ambiguo e potenzialmente confusivo – a quando la persona utilizza la fotografia come strumento di introspezione e crescita personale, senza un intento terapeutico diretto. Gli esempi di questo secondo tipo di utilizzo sono innumerevoli, a partire dal libro della fotografa inglese Jo Spence[4] agli autoritratti di Francesca Woodman e della fotografa Cristina Nùñez che propone la propria esperienza dell'autoritratto come strumento di auto-osservazione ed espressione dei conflitti interiori.

Daniela Merigliano (2017) ha utilizzato le fotografie di Francesca Woodman e i ritratti fotografici della Contessa di Castiglione per ricostruire il Significato Personale delle artiste attraverso l'analisi della loro produzione. Secondo l'autrice l'immagine "*si pone come campo possibile in cui rintracciare il Significato che va ricercato nell'osservatore, artista o fruitore, che impone il proprio modo di dare senso, di significare piuttosto che nel fenomeno che si manifesta e prende forma.*" (Merigliano, 2017, p. 27).

Le immagini e le fotografie nell'approccio costruttivista

Secondo Guidano la psicoterapia è una disciplina complessa che si situa "tra arte e scienza" (Guidano & Cutolo, 2008), laddove al rigore dell'approccio scientifico e, a livello differente anche epistemologico, si integra la dimensione relazionale sviluppata nell'intersoggettività fra terapeuta e paziente. In quest'ottica, il ruolo del terapeuta diviene la *base sicur*a di bowlbiana memoria e consente l'esplorazione di nuove capacità di conoscenza di sé e del mondo. Nel volume "*In un mondo di immagine*" (2017), sulla scia di Guidano (1988) e Ricoeur (1993), Merigliano sottolinea che "*l'essere umano è un sistema complesso e organizza il suo esperire in modo narrativo, tanto che l'esistenza diventa storia, racconto e quindi Significato*" (p. 7).

Pertanto, le tecniche mediate dall'uso delle fotografie sono uno strumento interessante che consente di sviluppare il processo di auto-osservazione e conoscenza di sé. L'utilizzo delle foto nel percorso terapeutico, con tutti i vantaggi che comporta, va comunque ponderato con attenzione: il rischio di tecnicismo, *"cioè di applicazione più o meno acritica delle tecniche*, *è particolarmente presente*", come affermato da Rezzonico e Bani (2011, p. 74), per cui diventa importante accompagnare l'applicazione delle tecniche alla molteplicità dei fattori che entrano in gioco nell'intervento clinico.

"*Guardare in profondità è sempre un guardare con il paziente secondo specifiche modalità di sentirsi situati nella relazione*" (Rezzonico, 2009, p. 45). Il terapeuta stabilisce i confini e modula la tecnica in funzione del contesto e della persona che ha di fronte. La dimensione dell'auto-osservazione viene sviluppata per cogliere le sfumature inizialmente non percepite, sfumature che diverranno le tracce sulle quali sviluppare nuovi percorsi e significati. "*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*" (Cionini, 2014, p. 30).

La dimensione iconica facilita l'accesso e l'esplorazione di sensazioni ed emozioni che, qualora confinate all'uso della sola mediazione verbale potrebbero emergere con maggiore difficoltà[5]. Ad esempio, secondo la teoria del *doppio codice* di Paivio (1971)[6] e le più recenti

[4] "*Putting myself in the picture: A political, personal and photographic autobiography*"

[5] Alcuni aspetti descritti possono riferirsi anche a sequenze di fotogrammi, video o sequenze fotografiche di film.

[6] La teoria di Paivio presuppone due distinti ma interconnessi sistemi coinvolti nel processo immaginativo: quello delle rappresentazioni proposizionali e quello delle rappresentazioni iconiche. Quest'ultimo codice

acquisizioni relative allo studio delle immagini mentali (Freedberg, 2009; Gallese, 2010; Rizzolatti & Sinigaglia, 2006) le emozioni hanno, rispetto al linguaggio verbale, un rapporto preferenziale con le rappresentazioni iconiche. Si è inoltre mostrato clinicamente efficace il lavoro fra immagini e emozioni che consente di agire sia sull'emozione in sé sia sulla sua rappresentazione cognitiva, che da iconica diviene verbale (Iacchia, Rezzonico, Belloni Sonzogni & Vicari, 2018).

Da ultimo si consideri che l'analisi dell'attività immaginativa è valida e utilizzabile a scopo preventivo, prognostico e diagnostico (Borgo, 2004). Le implicazioni derivanti da tale modello consistono nell'adozione di tecniche basate sull'utilizzo del materiale immaginativo indipendentemente dalla forma che questo assume, sia essa quella dei sogni, immagini oppure fantasie (Rezzonico & Furlani, 2019).

Le fotografie e le immagini elicitano emozioni, facilitano collegamenti con il proprio passato, fanno emergere ricordi, aiutano la riflessione sul presente, aprendo a nuovi punti di vista e a differenti scenari. Come spiegano Albanese & Peserico (2008), l'utilizzo della fotografia nelle arti terapie mira a sviluppare stati di coscienza che favoriscono creatività e curiosità.

Sia nel setting individuale che di gruppo partiamo dall'assunto teorico che nell'espressione intersoggettiva della creatività vi sia un potenziale terapeutico significativo, ovvero che esprimersi attraverso la forma d'arte della fotografia all'interno della relazione di fiducia favorisca l'autoconsapevolezza. In particolare, il processo di significazione attribuibile a un'immagine ci conduce all'esplorazione approfondita delle emozioni che si attivano in noi senza il filtro delle parole. Nel lavoro psicoterapeutico il raggiungimento di un maggior livello di complessità e di "apertura nel sentirsi" incrementa lo spazio di consapevolezza all'interno della dinamica Io-Me che, come ricordano Rezzonico, Baronessa e Bani (2012, p. 88), "*non è solo di tipo cognitivo, ma è anzi consapevolezza emotivo-cognitiva e, come tale, di fatto irriducibile*".

Il lavoro con le fotografie ci consente di ampliare il campo delle possibilità esplorando molteplici significati poiché, come sostiene Barthes (1984), l'immagine è, per natura, costitutiva di un messaggio polisemico. Nella costruzione della narrativa di un determinato tema attraverso la fotografia, procediamo per metafore che possono essere considerate rappresentazioni della nostra esperienza incarnata. Per dirlo con le parole di Gianni Liotti, il processo di creazione e comprensione delle metafore può esser considerato "*una sorta di ponte conoscitivo fra la dimensione tacita e quella dichiarativa o esplicita di noi stessi*" (Liotti, 2001, p. 36).

Le fotografie sono da considerarsi ricostruzioni della realtà piuttosto che documentazione oggettiva di essa: la persona sceglie che cosa e quando scattare, selezionando in tal modo un frammento dall'intera scena che ha di fronte a sé. Il significato delle fotografie emerge quindi nella co-costruzione condivisa nel rapporto interpersonale fin dall'inizio del processo terapeutico. Inoltre, la costruzione condivisa di senso è finalizzata allo scopo e quindi all'interlocutore: se condivido e commento la foto con un amico accentuerò alcuni elementi, se la racconto al terapeuta ne evidenzierò altri. Nel commento, possono emergere alcuni aspetti del paziente che erano sconosciuti al terapeuta, che la persona non era ad esempio riuscita a ordinare o non si era sentita motivata a raccontare. La fotografia, così come l'autobiografia o l'analisi dei sogni e delle immagini mentali spontanee, diventa quindi spunto di riflessione, strumento interessante e prezioso di espressione di sé. Italo Calvino (1988, p. 87) nella *lezione* sulla *visibilità* afferma che ogni suo racconto origina da "*un'immagine visuale carica di significato*", un significato inizialmente difficile da formulare verbalmente. Allo stesso tempo il processo della scrittura può generare immagini visive. In terapia, fra l'utilizzazione più riflessiva dell'autobiografia e quella più episodica delle fotografie vi è una differenza non soltanto legata al *medium* ma anche al fatto che l'autobiografia viene scritta "ora" su richiesta e nella relazione con il terapeuta, mentre le

è più antico, rapido e potente, veicola cioè una maggior quantità d'informazione nella stessa unità temporale.

foto sono un *pezzo di mondo* che arriva dal passato o far parte del presente. Alcuni elementi saranno quindi specifici delle fotografie in sé, come il lavoro sulla rappresentazione del corpo, altri invece, definiti *supporti di memoria esterni*, sono i cosiddetti "relitti del tempo", sempre reinterpretati nell'oggi. Quest'insieme rappresenta un aspetto particolarmente creativo della modalità di utilizzazione delle foto come agente di cambiamento.

Nella nostra esperienza clinica abbiamo osservato che spesso il lavoro in seduta attraverso la mediazione fotografica permette alla persona di esperire in maniera diretta la sensazione del cambiamento, sia di episodi esterni, concreti, ma anche del cambiamento interiore indotto dalla trasformazione dei significati rispetto a eventi di vita e all'immagine di sé nel mondo. La persona attraverso la foto, nella relazione col terapeuta, può acquisire progressivamente la capacità di riflettere e operare sui propri meccanismi emotivi e cognitivi, accorgendosi di essere cambiata; come afferma Bara (2007, p. 61) "*la consapevolezza del proprio cambiamento rappresenta il sigillo del cambiamento stesso, ciò che lo stabilizza*".

Esperienze in sequenza: la pellicola passata alla moviola

In area clinica la fotografia ha dato spunto alla strutturazione di alcune tecniche terapeutiche che possono riguardare, oltre alle fotografie in sé, l'utilizzo delle immagini mentali sia spontanee che orientate, come ad esempio avviene nel sogno notturno, nel sogno guidato, nelle rappresentazioni di eventi passati, presenti e futuri, nell'esplorazione dei molteplici universi possibili. A tale proposito è immediato il riferimento alla *moviola* proposta da Vittorio Guidano e della relativa metodologia. È curioso rilevare che nella raccolta di alcune sue lezioni curate da Cutolo, rispondendo alla domanda formulata da un allievo in merito all'uso delle foto nella ricostruzione della storia di sviluppo, Guidano sconsiglia di utilizzarle in seduta, in particolare nel caso in cui tale proposta sottenda all'implicita richiesta del paziente di *delega* al terapeuta della definizione del proprio senso di identità (Guidano & Cutolo, 2008).

Il discorso è diverso se le foto assumono significato integrativo rispetto al lavoro su di sé. Ciò consente di osservare, da un differente punto di vista, alcune fasi della propria vita e delineare, a volte meglio di tante parole, il proprio funzionamento.

Nell'ottica costruttivista il lavoro terapeutico si svolge *nell'interfaccia fra esperienza immediata e immagine cosciente di sé*. Si ricostruisce col paziente la propria esperienza immediata degli eventi, ciò che prova, guidandolo a differenziare tale stato d'animo dalle sue modalità di autoriferimento e spiegazione (Guidano, 1992). Nell'interessante contenuto proposto da Lambruschi (2008, p. 55) nei suoi approfondimenti sul tema della moviola egli afferma che "*il lavoro in moviola spinge il soggetto a focalizzare la propria attenzione sul rapporto che c'è tra i due livelli, sulle possibili modalità di integrazione tra i due piani dell'esperienza umana".* Nel ricostruire eventi significativi il terapeuta cerca di orientare il punto di vista del paziente dal "perché" al "come" (Lambruschi & Lenzi, 2008), mettendo in sequenza le scene che compongono l'evento e, come nel montaggio di un film, le immagini prendono forma.

Nella focalizzazione sui primi ricordi di vita si invita *"il paziente a descriverli come se fossero fotografie"* e i primi ricordi sembreranno fotografie vecchie un po' sbiadite (Guidano & Cutolo, 2008, p. 272), ma permettono di soffermarsi sui contesti nei quali le fotografie sono state scattate e immergersi nella tonalità emotiva che fa da sfondo all'intera scena. Per ricostruire la *sceneggiatura* occorre ripercorrere le memorie episodiche corrispondenti a quei specifici ricordi semantici (Guidano, 1988). In questa ricostruzione di fotogrammi in movimento diventa interessante affiancare il lavoro sulle fotografie – che non sostituiscono il processo della moviola – ma possono arricchire le narrative del paziente, incrementando le sue capacità di auto-osservazione. In moviola "*il paziente è addestrato a ripercorrere in panoramica (panning) l'intera successione*

di scene andando avanti e indietro al rallentatore e, alternativamente, a "zummare fuori" (zooming out) una singola scena per focalizzare aspetti particolari e a "zummare dentro" (zooming in) ricollocando di nuovo la stessa scena arricchita di nuovi particolari nell'intera sequenza" (Guidano, 1992, p. 100). Concentrandosi su singoli fotogrammi si pone attenzione al singolo evento e sullo specifico significato, mettendo a fuoco le sensazioni ed emozioni esperite. In tal modo il terapeuta restituisce al paziente la sua personale lettura che esplicita il significato personale, consentendo la costante e profonda validazione dell'esperienza. È come se l'evento riportato diventasse la fotografia che trasforma l'insieme disordinato di elementi in un insieme ordinato. Il paziente ha la possibilità di recuperare le proprie immagini, pensieri, sensazioni corporee in modo ricco e vivace (punto di vista "soggettivo") ma allo stesso tempo ha anche la possibilità di guardarsi da fuori (punto di vista "oggettivo") "*cogliendo il sé e le sue relazioni da una prospettiva più distaccata ma già carica del nutrimento emotivo proveniente dal punto di vista soggettivo*" (Lambruschi, 2011, p. 45).

L'utilizzo delle fotografie nella terapia individuale

Le fotografie sono un elemento rilevante nella ricostruzione della storia di vita e permettono di delineare gli scenari futuri. Nel percorso di conoscenza del paziente possiamo utilizzare due approcci differenti. Nel primo caso – centrato sull'*approfondimento progressivo* – esso si dipana gradualmente con la ricostruzione analitica della storia di vita, l'approfondimento delle problematiche che hanno portato alla consultazione, eventuali valutazioni psicodiagnostiche, fino a pervenire, dopo un numero variabile di incontri, alla formulazione del piano terapeutico per cui è possibile affermare che da quel momento inizia la fase propriamente psicoterapeutica. L'altra modalità di approccio – centrata sul *problema* – è più rapida e focalizzata sulla narrativa attuale della persona, compresi sia gli antecedenti prossimi che quelli del lontano passato da lui ritenuti significativi. Contestualmente, in quest'ultimo approccio, si analizzano le proiezioni verso il futuro nella forbice compresa fra l'evoluzione "se tutto va bene" o all'opposto "se tutto va male". Abitualmente alla fine della prima seduta il terapeuta possiede gli elementi per decidere se e come prendere in carico la persona. Essa verrà quindi invitata a fornire la propria autobiografia scritta (Rezzonico & Voltolini, 1999), cioè gli aspetti rilevanti della sua vita che desidera condividere. Per inciso sia l'autobiografia che le foto entrano a far parte dei *compiti a casa* che hanno anche lo scopo di fare da ponte fra le sedute, contribuendo a sviluppare la capacità di autoosservazione.

Rispetto all'autobiografia l'utilizzo delle fotografie presenta alcune peculiarità: con lo scritto prevale la dimensione riflessiva o semantica, mentre osservando le fotografie si attivano tracce di memorie episodiche. Nell'autobiografia si presentano, a volte, ricordi solo dopo aver approfondito alcuni temi, mentre commentando l'immagine è come se il paziente si immergesse nell'atmosfera del tempo in cui la persona è stata ritratta, quindi che cosa vede, pensa e sente ("qui e ora") o sentiva (dimensione del passato) oppure che cosa vorrebbe o avrebbe desiderato (proiezione verso un futuro ipotetico).

Secondo questo approccio, dopo le prime sedute – nella nostra esperienza in genere oltre la decima – al paziente viene proposto di portare dieci *fotografie che lui ritiene significative* della propria vita. Questo *homework* non viene rivolto a persone per le quali l'utilizzazione di tale strumento potrebbe non essere utile o addirittura controindicato: ad esempio gravi deficit cognitivi, sindromi confusionali, depressive o deliranti *acute*, in alcuni stati dissociativi. Queste indicazioni non sono assolute ma tengono conto della dimensione clinica: Reda, Pilleri e Canestri (2004) hanno utilizzato le fotografie con i soggetti depressi come "*supporti esterni di memoria autobiografica*" nella ricostruzione della storia di sviluppo. La narrativa di questi pazienti è

spesso caratterizzata dalla povertà di episodi e di immagini. Si assiste infatti alla difficoltà di rievocare episodi del proprio passato, ricordi emotivamente vividi e vi è la tendenza a generalizzare le esperienze negative. Le fotografie in questo caso sembrano facilitare la progressiva acquisizione delle capacità di rievocare le proprie esperienze, riconoscere i propri stati emotivi e strutturare nuove tracce semantiche.

Prima di concentrarsi sulle immagini, il terapeuta analizza *se e come* è stato effettuato il *compito*, in altri termini se la persona ha avuto difficoltà a scegliere le foto e con quali modalità e intenzioni le ha scelte. Già dai criteri con i quali la persona racconta di aver scelto le foto emergono elementi significativi, che possono essere stimolati da alcune domande: "*con che stato d'animo ha effettuato il compito? Con quali criteri ha scelto (o escluso) le foto? Esiste una foto che lei non ha portato? C'è qualcosa che l'ha sorpresa rivedendo le foto? Quali emozioni e ricordi le ha suscitato?*".

Alcune persone non riescono a effettuare il compito perché dichiarano di non essere state in grado di scegliere e chiedono lumi al terapeuta. Altre raccontano in modo tranquillo il processo di selezione; altre ancora riferiscono che la ricerca è stata per loro un momento emotivamente attivante. Alcuni narrano episodi divertenti sul recupero delle foto d'infanzia nella soffitta della casa dei genitori. Alba riferisce che la scelta è stata fatta un pomeriggio assieme alla madre sfogliando gli album di famiglia con il padre che incuriosito ogni tanto si permetteva di dare consigli e alla fine commenterà "*ma che cosa divertente dev'essere fare psicoterapia!*". Giulia invece confida di non aver portato le foto perché esse sono nell'abitazione dei genitori, casa che per disaccordi non frequenta più da alcuni anni.

Questi esempi indicano al terapeuta modalità di relazioni familiari profondamente diverse. Analogamente, molte foto del periodo evolutivo offrono ipotesi sul funzionamento dei sistemi motivazionali. In particolare, attraverso le modalità di relazione e di reciprocità (sguardi, espressioni, modalità di contatto e vicinanza fisica) che emergono dalle foto è possibile formulare ipotesi sugli stili di attaccamento e sull'eventuale evoluzione degli stessi. Ad esempio, Alida porta la sua foto in braccio alla mamma a due anni, ambedue sorridenti e immerse in una calda reciprocità emotiva. La fotografia scattata quando aveva nove anni mostra la mamma meno sorridente e la figlia fisicamente distaccata, forse evitante. Messe a confronto le due foto incuriosiscono e nell'arco di qualche seduta si dipana la ricostruzione dello sviluppo della storia di attaccamento in cui la madre, di cosiddette umili origini, aveva sposato un giovane d'alta borghesia nonostante l'opposizione della famiglia di lui. La madre era andata in crisi quando si era dovuta confrontare con le differenze culturali e soprattutto di regole sociali durante il periodo della crescita della figlia; nei primi anni la madre si sentiva "naturalmente competente", in seguito, a partire dalla preadolescenza, ha iniziato a percepirsi inadeguata rispetto al proprio ruolo, sempre sotto giudizio critico. Nel corso della terapia Alida acquisisce consapevolezza di questi aspetti e tale lettura delle fotografie contribuirà in modo determinante a rischiarare e ravvivare empaticamente il rapporto fra lei e sua madre.

Ritornando alla procedura di analisi delle fotografie, può iniziare la fase di interazione fra paziente e terapeuta di analisi dettagliata delle singole foto con la metodologia derivata dalla moviola, per cui è possibile scoprire e mettere in luce le emozioni e i significati personali connessi. Una serie di immagini è rimasta particolarmente vivida nella mente del terapeuta: quella di Laura e sua madre. Per oltre un anno il terapeuta non era riuscito a concettualizzare il rapporto fra la madre e Laura, persona ad alto funzionamento particolarmente complessa con spunti dissociativi. Per cercare di fare un minimo di chiarezza il terapeuta le chiede di portare le foto di sua madre che riesce a ottenere dopo una faticosa e controversa contrattazione. Alla fine, Laura porta l'immagine della madre bambina, una bimba che appare normalmente sorridente. Due foto mostrano la donna prima del matrimonio con il fidanzato: una bella e sorridente ragazza assieme alla numerosa famiglia del marito. Sorprendono le fotografie della madre dopo il matrimonio e

cioè un viso austero, severo, triste che fanno ipotizzare una condizione depressiva mai rivelata e riconosciuta. Ancora di più stupisce la foto della madre nell'abituale vacanza con il proprio padre, che ritrae i due mentre guardano assieme, sereni e soddisfatti, un panorama montano: questa immagine esprime emozioni di tranquillità, contentezza, condivisione e profonda sintonia. Il quadro emerso dalle fotografie riesce a disvelare al terapeuta così la complessità dei legami familiari e intergenerazionali delle dinamiche di attaccamento; questo approfondimento ha consentito a Laura di modificare, almeno in parte, la sensazione di non amabilità personale: "*capisco ora che la mamma si è in un certo senso sacrificata in funzione di noi figli*".

Al termine di questa fase alla persona viene chiesto di scegliere le tre immagini che considera più rilevanti, verbalizzando ad esempio "*se ti capitasse di perdere tutte le foto e potessi salvarne tre quali sceglieresti?"* e alla fine "*qual è l'unica che salveresti?*". Sovente è capitato di osservare che la difficoltà della scelta è fra una foto del passato e una che proietta verso il futuro: considerazioni interessanti emergono approfondendo le motivazioni connesse con tale scelta.

Riportiamo alcune esemplificazioni cliniche. Mario, tra le immagini importanti della propria vita, inserisce la foto del dipinto del bisnonno risalente al 1795. Costui, originario di un paese dell'Est, si era stabilmente insediato in Italia e per Mario la sua personale *storia* familiare ha inizio da quell'evento. Davide, 35 anni, tra le dieci foto presenta tre cartoline di automobili, sollevando curiosità e divertimento nel terapeuta. Approfondendo i criteri della scelta, Davide esplicita che quelle tre vetture rappresentano le automobili che simboleggiavano le tre donne importanti della propria vita.

Come accennato in precedenza sono significative anche le foto che non vengono presentate. Ilaria aveva inizialmente dichiarato al proprio terapeuta di non avere fotografie dell'adolescenza, di averle tutte distrutte come a voler dimenticare o negare quel periodo. Solo verso la fine della terapia è riuscita a permettersi di condividere alcune foto superstiti.

Valeria, ragazza affetta da Disturbo Alimentare, all'inizio della terapia sceglie tre fotografie che la ritraggono da sola: dalle immagini appare subito evidente la trasformazione corporea nell'arco di pochi mesi. Come prima foto, quella da lei preferita, sceglie un autoritratto del periodo in cui era in evidente sottopeso: appare austera ed è seduta rigida su una pietraia. Nella seconda il suo corpo è più formoso: è la foto di lei in spiaggia distesa in modo scomposto, disarticolata come fosse un sacco di iuta, immagine un po' confusa che rimandava al periodo bulimico. Infine, la terza foto è quella di una ragazza con un corpo stenico distesa serenamente sulla spiaggia al sole. Il terapeuta chiederà a Valeria di indicare quale delle tre donne ritratte avrebbe desiderato essere a fine terapia. Queste tre fotografie sono rimaste sullo sfondo durante tutto il processo terapeutico come metafora che ricorsivamente veniva proposta per il significato emblematico che possedevano tali immagini. Interessante è rilevare che se inizialmente la sua scelta era ricaduta sulla prima foto del periodo anoressico – in quel momento per lei modello ideale – a fine terapia orienterà la sua scelta sull'immagine della ragazza stenica e serena distesa al sole.

L'assenza di persone significative nelle fotografie suggerisce interessanti considerazioni: Federico si accorge stupito di non aver portato nessuna foto del padre, trovando la scusa che "*era sempre papà che girava con la propria macchina fotografica*". Altre assenze possono essere legate a scelte consapevoli, ad esempio a lutti e persone decedute, a separazioni più o meno traumatiche oppure a cambiamenti *drastici* di vita. Luca, quando ha cambiato vita ed è sceso in pianura con un nuovo lavoro e la nuova compagna, non ha consegnato al terapeuta le fotografie della prima fase della propria vita: dall'analisi delle foto risulta evidente anche a Luca che aver lasciato tutto il suo passato in collina – comprese le foto della sua infanzia, della moglie e dei figli – era l'aspetto nucleare di un problema irrisolto che si manifestava con disturbi di attacco di panico. La comprensione del significato di questi aspetti aprirà a una nuova visione di sé e del proprio futuro, perdonandosi per le scelte del passato.

Osservare fotografie suscita emozioni ed è importante analizzarle nel presente in tutte le sfumature del qui ed ora, comprese le possibili proiezioni nel futuro. È altrettanto interessante soffermarsi sulle emozioni che la persona ha provato nel momento in cui è stata scattata la foto immergendosi oggi con gli occhi di allora. La nostra *coerenza interna* è dinamica e quindi, oltre a "riscrivere" il passato nel presente, dev'essere tenuto presente che è nel *qui e ora* che scriviamo il nostro futuro (Rezzonico, Bani & Belloni Sonzogni, 2015).

Arturo è un imprenditore di successo di 55 anni. Dopo reiterati inviti porta alcune foto della sua vita fra cui due catturano l'attenzione del terapeuta: quella dell'Arturo bambino di cinque anni in piedi a fianco della propria madre e quella solitaria del ragazzino di nove dalla faccia triste. Le emozioni che queste foto elicitano in Arturo sono di intensa rabbia, profondo disgusto e ribrezzo. Egli spiega queste emozioni verbalizzando con difficoltà che "*quel bambino è profondamente marcio dentro*". Questo *marciume* è quello che lui si porta dentro ancora oggi e che, nonostante i successi nel lavoro, lo rende profondamente triste fino a progettare il suicidio. Il lavoro terapeutico ha avuto un esito più che soddisfacente e la percezione del *sé bambino* di Arturo è passata dalla profonda rabbia e disgusto alla condizione di accettazione e distacco emotivo, anche se dirà: "*ma la tenerezza verso quel bambino proprio non riesco a provarla"*.

L'esempio di Arturo conduce alla possibile applicazione delle modalità di lavoro in quelli che vengono definiti gli *stati dell'io:* emozioni e ricordi provati nell'oggi di fronte alla foto, emozioni e ricordi che la persona ha provato al momento in cui è stata ritratta e quindi che cosa prova e potrebbe fare l'adulto di oggi nei confronti di sé allora. Ricostruire l'esperienza significa anche ricostruire nell'oggi quello che è (stato) il nostro passato. Sara non riesce a immaginare di abbracciare sé piccola e piangente, non sa come fare o cosa dire e il terapeuta suggerisce: "*se per caso ha difficoltà a prendere in braccio quella bambina magari potrebbe accompagnarla per mano a fare una passeggiata assieme oppure un giro sulla giostra",* sondando le emozioni che via via possono emergere e costruendo una nuova narrativa, il che significa *cambiare il proprio passato*.

Lavorare con le fotografie apre ulteriori prospettive, in relazione agli obiettivi condivisi. Dario, ingegnere affetto da Disturbo Ossessivo Compulsivo presenta forti attacchi di panico di fronte all'emergenza del Dubbio Radicale (come da lui definito) quando egli si trova scisso tra la spinta verso la sicurezza che gli viene garantita dalla razionalità e il fascino pericolosamente incontrollabile delle emozioni. In queste situazioni attiva meccanismi profondi di evitamento e fuga, fino alla dissociazione. Paziente "esperto", reduce cioè da altre due esperienze terapeutiche sia di stampo analitico che cognitivo-comportamentale, è da tempo in trattamento farmacologico. Per non ripetere le esperienze pregresse, rivisitando in senso costruttivista le antiche tecniche di desensibilizzazione, l'attuale terapeuta gli chiede di provare a descrivere e spiegare il Dubbio Radicale attraverso le fotografie, sia realizzate da altri sia autoprodotte: il "compito" è di portare immagini che evochino atmosfere che possano fungere da trigger del Dubbio Radicale. L'ipotesi è di non affrontare in modo diretto lo stimolo ma di avvicinarlo gradualmente. Ciò consente a Dario di familiarizzare con gli stimoli ansiogeni e nel contempo rendersi conto d'essere in grado di gestirli. Accoglie la richiesta del terapeuta ed esegue "i compiti" fotografando luci e ombre, impegnandosi anche nella stampa e ricostruzione delle immagini. Riesce a descrivere e condividere le proprie sensazioni, fa esperienza della paura come un'emozione che è legittimo provare in molteplici modalità e situazioni ma soprattutto che è possibile individuare strategie per riuscire a gestirla. Anche attraverso percorsi di associazioni molto originali (astronavi che esplorano universi sconosciuti), Dario trova la capacità di codificare, sequenzializzare e depotenziare le emozioni legate al Dubbio Radicale, fino a confrontarsi con esso senza avere attacchi di panico.

La storia del giocatore in panchina

Roberto è un ragazzo di 27 anni nato con una malformazione congenita all'occhio sinistro. Dopo la rottura della relazione sentimentale con Margherita, a suo parere causata dal proprio aspetto estetico, sviluppa sintomi ansiosi, agitazione e nervosismo. Da quel momento la delusione di non essere amato lo conduce a dubitare continuamente della propria amabilità a scapito dell'accettazione di sé. La sua paura più grande, che non esplicita a parole, è quella della solitudine. Nei momenti in cui la solitudine lo pervade subentra un senso di vuoto assieme alla sensazione di "*svogliatezza*" e apatia, che tuttavia non gli impedisce di continuare nella routine quotidiana. Sembra abituato a *liquidare* l'emozione col "*fare*". Nei suoi racconti cerca sempre di non nominare l'occhio, per lui il *nemico da eliminare*.

Nella sua narrazione ricca di silenzi, si evidenzia fin da subito la tendenza a privilegiare la memoria semantica. Fin dai primi colloqui la terapeuta osserva in Roberto la difficoltà nel parlare di sé, risponde telegraficamente alle domande e ha bisogno del suo invito per continuare a parlare. In questa prima fase la terapeuta propone a Roberto di portare in seduta dieci fotografie significative della sua vita. Lui aderisce volentieri. L'esercizio stimola la memoria episodica: già dalla scelta effettuata a casa e successivamente nell'osservare insieme le foto in seduta, si riattivano ricordi che elicitano emozioni in modo diretto per cui il controllo si abbassa per qualche istante. L'utilizzo di questa procedura aiuta la ricostruzione della storia personale e facilita in Roberto collegamenti con il proprio passato. Dalle foto egli nota in modo immediato come siano cambiate alcune relazioni familiari dalla sua infanzia ad oggi. È la prima volta che guarda le sue fotografie e si espone affermando di averle selezionate secondo un *criterio estetico*: sono le uniche fotografie in cui per lui è accettabile guardarsi.

Osservando una fotografia della sua infanzia emerge il ricordo legato alla tristezza, emozione da lui ben conosciuta: descrive l'immagine di sé che guarda, seduto sulla panchina, altri bambini che giocano a calcio. Quella sensazione di sentirsi "*in panchina"* lo ha accompagnato nella sua crescita fino all'arrivo di Margherita. Negli anni della storia con lei Roberto ha fatto esperienza di poter essere "*sceso in campo"*. Prova con lei qualcosa di nuovo, per la prima volta si sente *speciale* e *completo*. Questo esordio affettivo corrisponde per lui alla chiamata per la convocazione metaforica in Nazionale.

Da quando è stato lasciato sembra che per lui l'unica *speranza di tornare a giocare* sia trovare qualcun altro che lo possa "*accettare allo stesso modo"*. Questa narrazione, costruita come se "non ci fosse niente da fare" ha fatto sentire spesso in empasse la terapeuta nel corso del primo anno di terapia. Di fronte ai tentativi di esplorare i vissuti emotivi legati alla *presenza* dell'occhio lui si irrigidiva e diventava monosillabico, non mostrando alcuna sfumatura emotiva. Accogliere il suo dolore, pur non potendolo togliere, ha aperto margini di libertà ed esplorazione nel lavoro terapeutico. Attraverso la tecnica della moviola si è costruito il *libro degli sguardi*, cioè l'insieme di appunti e *post-it*, precursore di un lavoro più diretto e strutturato di osservazione su di sé. Inizia così in seduta un lungo lavoro di osservazione, di pensieri, emozioni e sensazioni corporee che Roberto continua a casa compilando il *diario delle emozioni*. La terapeuta cerca di riformulare con un linguaggio emotivo i suoi contenuti e lo osserva, contenta, mentre Roberto impara lentamente a farlo da solo.

A questo punto diventa possibile proporre anche l'*album delle fotografie*. Nel lavoro con le immagini la terapeuta interviene con domande e richieste di approfondimenti che creano determinate perturbazioni. Ad esempio, nella fase di ricostruzione della relazione affettiva con Margherita, guardando la loro fotografia Roberto rimane particolarmente colpito dal *vedersi da fuori*: nella foto nota che lui accenna un sorriso che non gli sembra spontaneo. Questa esperienza svela una nuova lettura di sé: nella relazione si accorge di non essersi mai sentito nella rosa dei titolari, ha dovuto dimostrare di poter essere all'altezza del suo ruolo. Nel percorso terapeutico, pian

piano, la colpa di essere stato indegno del suo amore cede spazio a una maggiore consapevolezza di sé e lo "zaino di sassi" che si porta appresso inizia a diventare più leggero.

Il lavoro con le fotografie si è rivelato importante per capire lo sguardo che Roberto dirige su se stesso. L'occhio è per lui la sede delle emozioni più intense e innominabili: il disgusto, il disprezzo, la paura, la vergogna ma anche la curiosità, il controllo e, come detto, la rabbia. Prima di chiedere al paziente di realizzare degli autoritratti fotografici, compito "difficile" da fare a casa, a metà percorso la terapeuta gli propone di guardarsi in seduta attraverso le immagini riflesse da uno specchio. Questo strumento permette ai due di avvicinare il tema del disgusto e lavorare sull'ineluttabilità e il profondo senso di ingiustizia che Roberto prova.

Nell'ultima fase della terapia egli accetta di scattarsi delle fotografie, in modo originale, sia autoritratti che in compagnia di amici. Le immagini sono state utilizzate in modo mirato per avvicinare gradualmente Roberto al proprio volto; l'esplorazione della propria immagine condotta in questo modo ha permesso la comprensione più integrata di sé, spostando lo sguardo finalmente sulle proprie preziose risorse. Ad esempio, in una seduta vengono analizzate sei fotografie realizzate nell'ambito dei "compiti a casa": tre rappresentano proprie parti del corpo che apprezza mentre altre tre sono fotografie di parti di sé che "*non gli piacciono*". Le sei fotografie vengono disposte sulla scrivania e osservate con cura; la terapeuta invita Roberto a focalizzarsi sulle singole immagini per esplorarle una alla volta, concentrandosi sulle emozioni, i pensieri e le sensazioni corporee nel "qui e ora". Potersi "vedere" dall'esterno in modo non stereotipato gli consente di *costruire* la sua immagine attuale e di incrementare la consapevolezza delle proprie qualità e possibilità, riuscendo alla fine a mettere assieme in un'unica immagine le sei parti di sé rappresentate ed elaborate. Egli stesso comunicherà alla terapeuta l'importanza dell'utilizzo delle foto nel lavoro di *decostruzione* e *ricostruzione* della propria immagine. Le fotografie hanno così permesso a Roberto di entrare in contatto con parti di sé alle quali era difficile accedere unicamente con la mediazione verbale e di flessibilizzare notevolmente la visione di se stesso.

Grazie a tale lavoro egli racconta, con stupore, di aver iniziato a osservare il mondo con lo sguardo rivolto davanti a sé e sentire il proprio occhio "*non più come la causa e la conseguenza di tutto ciò che gli succede*". Oggi Roberto riesce a mettersi in gioco con maggiore autenticità e stare nel mondo né troppo "in alto", con le richieste di perfezione, né troppo "in basso", con i giudizi severi e il senso di inadeguatezza, riuscendo a mantenere l'equilibrio nell'affrontare l'imprevedibilità e complessità della vita.

Tutto ciò non sarebbe stato possibile senza aver prima costruito una relazione sicura dove poter esplorare e promuovere "*significati inediti e originali che diano senso a una rappresentazione di sé rinnovata e arricchita*" (Ruberti, 2008, p. 26).

L'utilizzo delle fotografie nel setting di gruppo

La tecnica della fotografia viene utilizzata non solo nella terapia individuale ma anche in terapia familiare e nelle dinamiche cliniche di gruppo. Proprio in quest'ultimo ambito ci sembra interessante citare alcune esperienze. La prima è quella realizzata da Saita, Accordini e Fenaroli (2015): le autrici hanno utilizzato la fotografia nel contesto penitenziario, con l'obiettivo generale di favorire lo sviluppo dell'intelligenza emotiva dei detenuti. Obiettivi più specifici sono stati calibrati su differenti categorie di reclusi: favorire il reinserimento dopo la detenzione, l'accettazione della pena e l'adattamento alla vita carceraria. Sono stati condotti dieci incontri di gruppo, ognuno dei quali focalizzato su specifici obiettivi utilizzando due particolari tecniche a mediazione fotografica (Loewenthal, 2013; Catalani & Minkler, 2010) che prevedevano sia l'utilizzo di un set di foto come stimolo alla discussione su temi specifici, sia la realizzazione di scatti

personali finalizzati a esprimere il proprio punto di vista. Dall'analisi qualitativa dei risultati è emerso che gruppo e fotografia assieme favoriscono e promuovono la riflessione attraverso il confronto fra i detenuti e facilitano l'espressione delle emozioni.

Il gruppo di ricerca dell'Unità per la Salute dei Migranti del Policlinico Medico Universitario di Losanna ha utilizzato il *photolangage* in un gruppo di richiedenti asilo per esplorare ed elaborare i vissuti di violenza del percorso migratorio (Lo Piccolo, Sanchis Zozaya & Katz-Gilbert, 2018). L'utilizzo della fotografia in questo contesto, favorendo modalità espressive che passano anche attraverso il corpo e la sensorialità, si rivela utile per oltrepassare alcune barriere legate all'utilizzo del linguaggio. Un'altra esperienza sull'uso del *photolangage* è quella realizzata da Belgiojoso e D'Ercole (2012) all'interno del Centro Residenziale ad Alta Assistenza dell'Ospedale Policlinico di Milano, in un gruppo di otto pazienti psichiatrici di età compresa fra i 23 e i 50 anni. In questo caso l'intervento proposto aveva come obiettivo il recupero o consolidamento delle funzioni relazionali compromesse dalla comparsa della malattia psichica. Le fotografie si sono caratterizzate come facilitatori di conoscenza più approfondita fra i membri del gruppo.

In ambito cognitivista un tentativo di ricerca di esito basata sull'utilizzo di tecniche fototerapeutiche è stato condotto con un gruppo di dieci pazienti del centro diurno dell'Unità Funzionale Salute Mentale Adulti della Valle del Serchio (Saettoni, Picchi, Sabato & Betti, 2011). La mediazione fotografica si è rivelata un valido strumento per favorire il riconoscimento e la differenziazione degli stati emotivi dei partecipanti, con risultati incoraggianti. In tutt'altro contesto, nella nostra esperienza l'uso delle foto e delle immagini corporee in un gruppo psicoeducazionale di pazienti obese, promosso da Meier in Canton Ticino, ha favorito la sdrammatizzazione, la reciproca condivisione del problema e una differente modalità di affrontare il disturbo alimentare.

Nel laboratorio formativo esperienziale "*Il corpo come pellicola emotiva*" del Cantiere Costruttivista, organizzato a Cagliari dall'Associazione di Terapia Cognitiva (ATC) nel 2019, è stata utilizzata la fotografia per promuovere l'autoconsapevolezza corporea ed emotiva dei terapeuti partecipanti. Come afferma Musacchi (2016) abbiamo bisogno di un *tempo di esposizione* alle immagini per lasciarci *impressionare* affinché la nostra *pellicola interna* sia *toccata*. Grazie al processo di significazione ed elaborazione delle immagini fotografiche proposte sono stati approfonditi alcuni temi specifici. In particolare, si è chiesto ai partecipanti di considerare se stessi come dei veri e propri mondi, complessi e caratterizzati dalla pluralità eterogenea di paesaggi emotivi. I membri del gruppo si sono poi focalizzati su alcune specifiche "parti del sé", entrando in contatto ed esplorando tali paesaggi interiori attraverso istruzioni che utilizzavano la focalizzazione sensoriale, l'immersione immaginativa, la narrazione di una storia fino alla traduzione del vissuto emotivo attraverso il fluire del colore. La condivisione a coppie e in piccolo gruppo ha punteggiato tutto il laboratorio, fungendo da integrazione con il piano della conoscenza esplicita.

Dal 2015 il Centro Antiviolenza "*La metà di niente*" di Lodi propone il Laboratorio di Arte Terapeutica e Fototerapia. Si tratta di un'esperienza che ha consentito a molte donne vittime di violenza di incontrarsi, condividere ed elaborare attraverso l'espressione creativa i loro vissuti, spesso traumatici. Il laboratorio ha contribuito al benessere psicologico delle partecipanti grazie all'aumento della consapevolezza personale, l'espressione di sé e delle proprie emozioni *in modo libero*, l'incremento dell'autoefficacia e dell'autostima, la parziale ricostruzione della fiducia nell'altro e la rielaborazione dell'esperienza della violenza subita mediante un processo incentrato sull'*integrazione* delle parti di sé (Liotti & Farina, 2011). In particolare, si è lavorato per costruire l'integrazione tra la propria immagine interna e quella esterna, la propria parte bambina e quella adulta, la parte ferita/depositaria del trauma e quella "apparentemente normale" e resiliente.

Conclusioni

Appare evidente che l'utilizzo della fotografia nel processo terapeutico apra prospettive di notevole interesse clinico, agendo in modo sinergico come strumento creativo nella misura in cui le forme del suo utilizzo possano venir ricondotte a una coerente visione epistemologica e metodologica, nel nostro caso di orientamento costruttivista. Come si evince da quanto precedentemente descritto, questo strumento elicita con alcuni pazienti o in situazioni specifiche rilevanti attivazioni emozionali. Inoltre, esso appare strettamente correlato alla capacità professionale e anche intuitiva del singolo terapeuta, il quale è quindi in grado di adattare la tecnica alla persona e alla situazione clinica, secondo la propria esperienza.

Le immagini del passato, presente e futuro sono rielaborate sempre nel presente del qui e ora, sviluppando la dimensione processuale della persona. Quando si parla di fotografie in psicoterapia viene naturale pensare alla ricostruzione del passato e all'osservazione del presente; tuttavia nella nostra concezione, se lette in termini dell'immaginazione a impronta costruttivista, esse hanno in sé potenzialità di percorsi verso il futuro e soprattutto consentono a differenti livelli una rilettura delle nostre molteplici narrative. La *rievocazione dell'esperienza emotiva del futuro* diventa parte integrante della costruzione del nostro essere nel presente e, come affermano Rezzonico et al. (2015), lo sguardo ipotetico verso il futuro prefigura nel concreto la possibile realizzazione di quanto immaginato, in linea con la teoria delle "profezie che si auto-avverano".

I casi clinici citati nell'articolo esplicitano un modo di intendere l'uso della fotografia secondo questa linea; gli esempi di Valeria, Laura, Arturo, Dario, Roberto e le esperienze delle attività di gruppo forniscono interessanti spunti di riflessione sulle possibili applicazioni. In quest'ottica l'approccio costruttivista può consentire di integrare la fotografia nel lavoro terapeutico e formativo, per fornire spazio e maggiori gradi di libertà alla persona e alla sua capacità generativa nella co-costruzione condivisa di nuovi significati.

Possiamo quindi rileggere la citazione iniziale di Gisèle Freund parafrasando che:

dieci terapeuti di fronte alla stessa persona producono dieci narrative diverse,
perché se è vero che la psicoterapia "costruisce la realtà",
essa si disvela secondo l'occhio di chi guarda.

Riferimenti bibliografici

Albanese, O., & Peserico, M. (a cura di). (2008). *Educare alle emozioni con le artiterapie o le tecniche espressive.* Edizioni junior.

Bara, B. G. (2018). *Il terapeuta relazionale: tecnica dell'atto terapeutico*. Torino: Bollati Boringhieri.

Bara, B. G. (2007). *Dinamica del cambiamento e del non-cambiamento*. Torino: Bollati Boringhieri.

Barthes, R. (1984). *L'impero dei segni*. Torino: Einaudi.

Belgiojoso, F., & D'Ercole, A. (2012). Fotografia come oggetto di mediazione nel gruppo: un percorso di Photolangage con pazienti psichiatrici. In S. Ferrari, C. Principale, & C. Tartarini (a cura di), *Arte e Arti Terapie: più di un confronto, più di un dialogo*. *I quaderni di PsicoArt* (2).

Borgo, S. (2004). Il sogno: uso clinico. In G. Rezzonico & D. Liccione (a cura di), *Sogni e psicoterapia: l'uso del materiale onirico in psicoterapia cognitiva*. Torino: Bollati Boringhieri.

Burrows, A., & Schumacher, I. (1990). *Portrait of the Insane. The case of Dr. Diamond*. London, England: Quartet Books.
Calvino, I. (1988). *Lezioni americane*. Milano: Garzanti.
Catalani, C., & Minkler, M. (2010). Photovoice: a review of the literature in health and public health. *Health Education & Behavior, 37*, 424-451.
Cionini, L. (2013). La psicoterapia cognitivo-costruttivista. In L. Cionini (a cura di), *Modelli di psicoterapia* (pp. 133-213). Roma: Carocci.
Cionini, L. (2014). La persona del terapeuta come strumento del cambiamento: implicazioni per il processo formativo. *Costruttivismi*, *1*, 29-33.
De Isabella, G., & De Isabella, A. (a cura di). (2019). *La poetica del guardare: costruzione di immaginari ripercorrendo con lo sguardo le tracce disegnate dalla fotografia*. Milano: La Camera Chiara, Parolinilab.
Dodet, M., & Merigliano, D. (2016). Significato, identità, relazione: una riflessione sul metodo post-razionalista in psicoterapia. *Costruttivismi*, *3*, 63-75.
Freedberg, D. (2009). Immagini e risposta emotiva: la prospettiva neuroscientifica. In A. Ottani Cavina (a cura di), *Prospettiva Zeri* (pp. 85-105). Torino Allemandi.
Freund, G. (2007). *Fotografia e società*. Torino: Einaudi.
Gallese, V. (2010). Mirror neurons and art. In F. Bacci & D. Melcher (a cura di), *Art and the Senses* (pp. 441-449). Oxford, England: Oxford University Press.
Gilman, S. L. (1976). *The face of madness. Hugh W. Diamond and the origin of psychiatric photography*. New York, NY: Brunner-Mazel.
Guidano, V. F. (1988). *La complessità del Sé*. Torino: Bollati Boringhieri.
Guidano, V. F. (1992). *Il sé nel suo divenire*. Torino: Bollati Boringhieri.
Guidano, V. F., & Cutolo, G. (a cura di). (2008). *La psicoterapia tra arte e scienza. Vittorio Guidano insegna "come si fa" la psicoterapia post-razionalista*. Milano: FrancoAngeli.
Hacking, J. (a cura di). (2019). *Fotografia: la storia completa.* Bologna: Atlante.
Iacchia, E., Rezzonico, G., Belloni Sonzogni, L., & Vicari, M. (2018). Il contesto terapeutico. In G. Rezzonico, E. Iacchia, & M. Monticelli (a cura di), *Mutismo selettivo: sviluppo diagnosi e trattamento multisituazionale.* Milano: FrancoAngeli.
Lambruschi, F. (2008). La tecnica della Moviola. In M. A. Reda & F. Pilleri (a cura di), *Il processo psicoterapeutico nell'ottica post-razionalista*. Siena: Istituto di Psicologia Generale e Clinica.
Lambruschi, F. (2011). Le emozioni in moviola. In B. Nardi, E. Arimatea, I. Capecci, e G. Francesconi (a cura di), *Atti del XII Convegno di Psicologia e Psicopatologia Post-Razionalista e Presentazione del Progetto UE Health25 Health Promotion for Disadvantages Youth.* Ancona: Accademia dei Cognitivi della Marca.
Lambruschi, F., & Lenzi, S. (2008). La técnica de la moviola como método de reelaboraciòn de las narrativas autobiogràficas. *Revista de Psicoterapia*, *19*, n. 74-75.
Liotti, G. (2001). *Le opere della coscienza: Psicopatologia e psicoterapia nella prospettiva cognitivo-evoluzionista*. Milano: Raffaello Cortina.
Liotti, G., & Farina, B. (2011). *Sviluppi traumatici*. Milano: Raffaello Cortina.
Lo Piccolo, G., Sanchis Zozaya, J., & Katz-Gilbert, M. (2018). Violenza sociale e migrazione: l'emergenza delle tracce traumatiche in un gruppo Photolangage. *Funzione Gamma, 197*(28).
Loewenthal, D. (2013). *Phototherapy and therapeutic photography in a digital age.* London, England: Routledge.
Merigliano, D. (2017). *In un mondo di immagine. Il Significato Personale tra cinema, fotografia e web.* Bologna: Bononia University Press.

Morganti, F. (2010). Intersoggettività: la creazione di un terreno di dialogo tra le scienze cognitive, la cognizione sociale e le neuroscienze. In F. Morganti, A. Carassa, & G. Riva (a cura di), *Intersoggettività e interazione*. Torino: Bollati Boringhieri.

Musacchi, R. (2016). *FotoTerapia psicocorporea: il lavoro con le fotografie in psicoterapia corporea*. Milano: FrancoAngeli.

Nardi, B. (2013). *La coscienza di sé. Origine del significato personale.* Milano: FrancoAngeli.

Paivio, A. (1971). *Imagery and verbal processes.* New York, NY: Holt, Rinehart & Winston.

Reda, M. A. (1996). *Sistemi cognitivi complessi e psicoterapia*. Roma: Carocci.

Reda, M. A., Pilleri, M. F., & Canestri, L. (2004). Depressione e psicoterapia cognitiva: utilizzo di supporti di memoria autobiografica nella ricostruzione della storia di sviluppo. *Il Pendolo. Rivista semestrale di Psicoterapia & Riabilitazione Cognitivo-Comportamentale*, *3*, 10-19.

Rezzonico, G. (2009). Sumatra cum laude: l'intuizione in psicoterapia. In B. Nardi, I. Capecci, M. Di Nicolò, & S. Laurenzi (a cura di), *Costruttivismo e neuroscienze: Dieci anni di ricerca (1999-2009). Atti del X Convegno di Psicopatologia Post-Razionalista* (pp. 39-49). Ancona: Accademia dei Cognitivi della Marca.

Rezzonico, G., & Bani, M. (2011). Inforcare e impattare nell'onda oppure planare: la gestione delle emozioni dei pazienti (cosiddetti) borderline. In B. Nardi, E. Arimatea, I. Capecci, e G. Francesconi (a cura di), *Atti del XII Convegno di Psicologia e Psicopatologia Post-Razionalista e Presentazione del Progetto UE Health25 Health Promotion for Disadvantages Youth.* Ancona: Accademia dei Cognitivi della Marca.

Rezzonico, G., Bani, M., & Belloni Sonzogni, L. (2015). Ri-costruire l'esperienza… del Futuro. In B. Nardi e E. Arimatea (a cura di), *Ricostruire l'esperienza. Atti del XVI Convegno di Psicologia e Psicopatologia Post-Razionalista.* Ancona: Accademia dei Cognitivi della Marca.

Rezzonico, G., Baronessa, C., & Bani, M. (2012). Il lavoro costruttivista con le emozioni. In G. Rezzonico & I. De Marco (a cura di), *Lavorare con le emozioni nell'approccio costruttivista*. Torino: Bollati Boringhieri.

Rezzonico, G., & Furlani, A. P. (a cura di). (2019). *La dissociazione nella costruzione della realtà. Prospettive cliniche.* Milano: FrancoAngeli.

Rezzonico, G., & Meier, C., (a cura di). (2010). *Il counselling cognitivo relazionale*. Milano: FrancoAngeli.

Rezzonico, G., & Voltolini A. (1999). Lo scritto autobiografico in psicoterapia cognitiva. In F. Veglia (a cura di), *Storie di vita. Narrazione e cure in psicoterapia cognitiva*. Torino: Bollati Boringhieri.

Ricoeur, P. (1993). *Sé come un altro*. Milano: Jaca Book.

Rizzolatti, G., & Sinigaglia, C. (2006). *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*. Milano: Raffaello Cortina.

Ruberti, S. (2008). Lo stato mentale del terapeuta come fattore di cambiamento. *Quaderni di psicoterapia cognitiva*, *22*, 13(1), 22-30.

Saettoni, M., Picchi, M. P. C., Sabato, I., & Betti, M. A. (2011). Terapia cognitiva di gruppo a mediazione fotografica: risultati a 1 anno. *Psichiatria e Psicoterapia*, *30*, 150-158.

Saita, E., Accordini, M., & Fenaroli, V. (2015). Immagini dietro le sbarre: l'utilizzo della fotografia per lo sviluppo dell'intelligenza emotiva dei detenuti. *Narrare i gruppi*, *10*, 292-305.

Vacheret, C. (2011). *Foto, gruppo e cura psichiatrica. Il Fotolinguaggio come metodo psicodinamico di mediazione nei gruppi*. Napoli: Liguori.

Weiser, J. (2013). *FotoTerapia. Tecniche e strumenti per la clinica e gli interventi sul campo*. Milano: FrancoAngeli.

Zakem, B. (1977). Newsline: Photographs help patients focus on their problems. *Psychology Today*, *4*, 22.

Gli Autori

Giorgio Rezzonico è specialista in psicologia medica e specialista FMH in psichiatria e psicoterapia. Già ordinario di Psicologia Clinica e direttore della scuola di specializzazione in Psichiatria dell'Università di Milano-Bicocca. È stato direttore dell'Ospedale Neuropsichiatrico Cantonale di Mendrisio (CH) e dei servizi territoriali annessi. Si è occupato di psicoterapia e riabilitazione psico-sociale in particolare con "pazienti difficili". Ha curato per Boringhieri *Sogni e Psicoterapia* e recentemente per i tipi di FrancoAngeli *La dissociazione nella costruzione della realtà* e *Mutismo Selettivo*. Past president e didatta Sitcc è direttore scientifico delle Scuole di specializzazione in Psicoterapia cognitiva di Como, Torino, Milano (Nous) e del centro di Ricerca Carlo Perris de Il Volo.

Email: giorgio@rezzonico.org

Laura Belloni Sonzogni è psicologa e psicoterapeuta, specializzata in psicoterapia cognitivo-costruttivista presso la scuola Nous di Milano. Terapeuta EMDR, è esperta in psicotraumatologia e conduzione di gruppi con tecniche attive e di fototerapia. Dal 2012 esercita al Centro Antiviolenza di Lodi con donne e minori vittime di violenza sessuale e domestica. È psicologa clinica perinatale, fondatrice del Centro di psicologia e Psicoterapia Noesi e presidente dell'associazione Psicologi per i popoli Lodi.

Email: laura.bellonisonzogni@gmail.com

Francesca Pellegrini è psicologa clinica e psicoterapeuta cognitivo costruttivista relazionale, specializzata presso il Centro di Terapia Cognitiva di Como. Perfezionata nel sostegno all'apprendimento, ha lavorato in servizi psicoeducativi e sviluppato competenze nelle aree della disabilità e dei disturbi del comportamento in età evolutiva. Collabora con l'Associazione *Dynamo Camp Onlus* e svolge la libera professione a Massa-Carrara, Piacenza e Milano. È esperta nell'utilizzo clinico della fotografia e abilitata alla conduzione di gruppi di *Photolangage*.

Email: francescapellegrini1@hotmail.it

Citazione (APA)

Rezzonico, G., Belloni Sonzogni, L., e Pellegrini, F. (2019). La fotografia: esperienze e riflessioni in psicoterapia. *Costruttivismi*, *6*, 1-17. doi: 10.23826/2019.01.001.017

Costruttivismi, 6: 18-41, 2019
Copyright © AIPPC
ISSN: 2465-2083
DOI: 10.23826/2019.01.018.041

Corpi che contano. Idee per un'interpretazione in chiave costruttivista ermeneutica della Teoria Queer

Bodies that matter: Ideas for an interpretation in a constructivist hermeneutic perspective of Queer Theory

Roberta Cuppone

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Costruttivista, CESIPc, Firenze

Sommario. Il titolo del presente lavoro prende spunto da una delle principali opere della filosofa statunitense Judith Butler, una delle più influenti teoriche della Teoria Queer. Il termine "Queer" da un punto di vista teorico sta ad indicare l'atteggiamento critico di un soggetto che fa del genere e del sessuale un motivo di ricerca infinita. La Teoria Queer, a partire dai contributi di Butler e di Michael Foucault, è stata una teoria rivoluzionaria nel considerare l'identità sessuale non come un dato naturale ma come una costruzione sociale. L'intento di questo lavoro è quello di rileggere questa teoria alla luce della Teoria dei costrutti personali di George A. Kelly e della sua successiva elaborazione italiana in chiave narrativo-ermeneutica iniziata da G. Chiari e M. L. Nuzzo.
Parole chiave: teoria queer, identità sessuale, costruttivismo ermeneutico, approccio narrativo-ermeneutico, teoria dei costrutti personali

Abstract. The title of the present paper is inspired by one of the main works of the American philosopher Judith Butler, one of the most influential theorists of Queer Theory. The term "Queer" indicates from a theoretical point of view the critical attitude of a subject who makes the gender and the sexual a reason for an endless quest. Queer theory, starting from the contributions of Butler and Michael Foucault, has been a revolutionary theory in regarding sexual identity not as a natural fact, but as a social construction. The aim of this work is the re-reading of this theory in the light of George A. Kelly's personal construct theory and its further Italian elaboration in the narrative-hermeneutic perspective started by G. Chiari and M. L. Nuzzo.
Keywords: queer theory, gender identity, hermeneutic constructivism, narrative-hermeneutic approach, personal construct theory

Ricevuto il 26 ottobre 2019; accettato il 9 dicembre 2019.
www.aippc.it/costruttivismi

Era un mondo materiale, fin troppo materiale a confronto dell'indistinto virtuale contemporaneo, quando il corpo e la sua fisicità mantenevano una particolare centratura, una necessaria essenzialità, nel bene e nel male, perché il corpo, quello trans specialmente, era negato, vietato, perseguitato. Su quel corpo negato, le legittime proprietarie sperimentavano, producevano saperi, conoscenza, liberazione. […] Era corpo produttivo di senso e significato, era un corpo significante sul quale e col quale si collaudavano sensazionali forme di fisicità, sessualità e sensualità che, uscite dalle gabbie secolari, gioivano favolose. Si ricercava, si sperimentava un nuovo modo di essere corpo, attraverso la riappropriazione del proprio, che smetteva di essere riproduttore di logiche altre ed estranianti, avviando la costruzione di benessere. Stare bene con il proprio corpo. Realizzare, rendere possibile il corpo sognato. Quel corpo che si stava liberando, che si era liberato costruendo transiti possibili.

Porpora Marcasciano, L'aurora delle trans cattive (2018)

Vi sono molti tipi di identità. Quella che qui interessa prendere in esame è l'identità sessuale, perché si tratta di quella identità che ciascuno di noi spesso dà per scontata. In fondo, è esperienza quotidiana di ciascuno di noi che la più immediata forma di distinzione nell'incontro con l'altro è il suo inserimento in una delle due caselle maschio/femmina.

Il tema della transessualità, da tempo oggetto di indagine e discussione in ambito scientifico a partire dagli anni Cinquanta del secolo scorso, ha contemplato la stessa principalmente come una sindrome psichiatrica di eziologia tuttora incerta: numerosi sono i contributi di stampo psicologico prodotti nel tentativo di definire ed individuare le cause del Disturbo di Identità di Genere.

Il presente elaborato, che nasce all'interno di tale scenario, vuole farsi portatore di una differente visione della transessualità, propria di un orizzonte teorico che non si interessa alla ricerca di cause, bensì ai significati che questa esperienza può avere.

Le differenze tra donne e uomini possono essere ricondotte a due grandi dimensioni: quella che ha che fare con il sesso e quella che ha a che fare con il genere (Ruspini, 2009).

Tali dimensioni, separate per la prima volta da Money (1955), al quale viene attribuito il merito di aver introdotto il termine "genere" per indicare il ruolo sociale "maschile o femminile" e l'identità che a tale ruolo è legata, comparvero in contrapposizione per la prima volta nel discorso scientifico quando Rubin (1975), nel suo articolo *The Traffic in Women*, elaborò la coppia sex/gender, appunto sesso/genere, distinguendo la dimensione biologica da quella culturale della sessualità.

L'identità sessuale risulta dicotomica, si nasce maschi o femmine; tale binarismo affonda le proprie radici nelle produzioni scientifiche di stampo medico e biologistico che attestano l'esistenza in natura di una reale distinzione fra due sessi. Su tale dato biologico "la società ha costruito un potente sistema di ruoli e di rappresentazione delle differenze: il genere, appunto" (Butler, 2007, p. 37). È infatti sulle caratteristiche fisiche di cui i corpi sono portatori che si va ad innestare la costruzione dei significati sociali dati alle differenze biologiche. Ciò avviene poiché il corpo rappresenta il mezzo attraverso cui la propria identità sessuale, nonché il proprio genere, vengono esposti agli altri: esso ha dunque una dimensione imprescindibilmente pubblica.

Le diversità che caratterizzano il percorso di socializzazione al genere sono dipendenti dal sistema di differenze socialmente assegnate fra donne e uomini le quali, a partire dall'assunzione del binarismo sessuale quale unica possibilità "naturale", risultano connesse con le caratteristiche fisiche maschili e femminili e con il significato che la società a queste attribuisce (Ruspini, 2009).

In altre parole, le aspettative, i compiti, i repertori comportamentali assegnati che caratterizzano i ruoli di genere vengono differenziati a seconda delle caratteristiche biologiche degli individui: "i maschi della specie umana sono, in media, più grandi e più forti delle femmine e queste ultime, inoltre, sono fisicamente più vulnerabili a causa delle gravidanze e dell'accudimento di neonati e bambini" (p. 19). Tali differenze assumono un "significato culturale segnato da una disuguaglianza nella distribuzione delle risorse materiali e simboliche", nella divisione del lavoro, nell'attribuzione di ruoli prestabiliti" (pp. 19-20), per cui "la maschilità è associata al senso di diritto al potere e alla pratica dell'identità come dominio, mentre la femminilità al privato e alla subordinazione" (pp. 20-21).

Già prima della nascita dell'individuo i genitori sono in grado di anticipare le operazioni di costruzione della sua identità di genere, grazie alla possibilità di conoscere il sesso del feto durante la gestazione: tali operazioni consistono, ad esempio, nella scelta dei colori dei vestiti, del corredo, dell'arredo, nonché nell'acquisto di giocattoli "adeguati".

Attraverso l'alternarsi di interazioni quotidiane in cui compare la differenziazione per genere e delle reazioni all'adozione di comportamenti più o meno "adeguati", al bambino vengono trasmessi ruoli, valori e regole necessari all'accettazione sociale. Tali "norme" di condotta trovano conferma anche nel gruppo di pari ma soprattutto nel sistema scolastico, che è portatore di stereotipi legati alla maschilità e alla femminilità.

A fronte di quanto trattato è possibile considerare come i ruoli di genere ed il genere stesso agiscano come delle "norme".

Dunque, coerentemente a quanto sostenuto da Butler (2004), "il genere è una sorta di recitazione persistente creduta reale" (p. xxxvi) che si dimostra "performativo, ossia capace di costituire l'identità" (p. 33): non vi è alcuna identità di genere al di sotto delle espressioni del genere poiché l'identità stessa è "performativamente costituita dalle stesse espressioni che ne sono il risultato" (p. 33).

A questo punto, risulta utile fare un'ulteriore considerazione al fine di entrare maggiormente e più a fondo nel merito dell'argomento del presente lavoro, nonché di comprendere come l'attribuzione di un genere sessuale a sé stessi, a prescindere dalla coerenza dello stesso rispetto alla propria identità sessuale, costituisca un aspetto fondamentale nella generazione della propria identità personale.

Secondo Foucault (1976), l'essere sessuati implica essere soggetti a una serie di regolamenti sociali i quali vengono generati a fronte di un principio, come ad esempio la bipolarità sessuale, in grado di funzionare come fulcro generativo del proprio genere, dei propri piaceri e desideri, delle proprie condotte, nonché come principio ermeneutico dell'interpretazione di sé. In questo modo gli atti, i gesti, i desideri messi in scena creano l'illusione che esista un nucleo di genere interiore e organizzatore. Nel suo confronto puntuale con Foucault, Butler amplia tale considerazione estendendola anche al corpo e affermando che anche l'esperienza corporea sia strettamente connessa all'idea che esista un sesso naturale univoco di cui il corpo viene discorsivamente investito". In altre parole, il riconoscere sé stessi come individui sessualmente differenziati e appartenenti ad un genere sessuale definito, ossia il riconoscersi come uomini piuttosto che donne, implica riconoscere ogni sensazione, piacere e desiderio come manifestazioni del sesso a cui si appartiene.

Secondo Butler (2007), in un contesto storico-culturale fondato sia sul binarismo sessuale che sulla riduzione del genere alle caratteristiche sessuate dell'individuo diventa necessario, al fine di essere riconosciuti nella legittimità della propria esistenza, collocarsi su una delle due polarità assumendone le caratteristiche.

La mancata coincidenza fra identità sessuale, identità di genere e ruolo di genere problematizza fortemente la "naturalità" del maschile e del femminile, intesi come insiemi di caratteristiche biologiche, psicologiche e sociali. Proprio in virtù del conferimento di una "naturalità"

al binarismo sessuale e alle categorie di femminile e maschile è stata disconosciuta la natura socioculturale delle configurazioni identitarie relative alle transessualità: ciò si traduce, nella pratica, nella considerazione di tali azioni come devianti rispetto alla norma nei termini di condotte attribuibili alla natura anomala dell'individuo.

In tal modo, laddove una persona non interpreti e viva il genere in modo conforme rispetto alla norma, essa viene definita "malata" e le sue azioni designate come "sintomi", racchiudendo questa esperienza di un'unica categoria diagnostica, il Disturbo di identità di genere (Ruspini e Inghilleri, 2008).

Identità in trasformazione

Al fine di rendere visibile come le configurazioni identitarie "oltre la norma" di genere non siano assimilabili all'interno di un'unica categoria, di seguito descriverò diverse esperienze "queer" – le identità transessuali, *transgender* e *crossdresser* – in modo da metterne in luce le differenze. Infatti, se nel transessualismo sussiste l'identificazione con il genere 'opposto', nelle identità *transgender* e *crossdresser* i generi si mescolano fino all'impossibilità di etichettare la persona come maschile o femminile.

L'*esperienza transessuale*, nel rappresentare una deviazione rispetto alla "norma", mette in discussione la naturalità della stessa problematizzando i ruoli di genere oltre che la relazione fra il sesso e il genere. La transessualità come transito si configura in due sole possibili direzioni: da maschio a femmina (MtF) o da femmina a maschio (FtM). L'esperienza transessuale è caratterizzata dal desiderio di assumere il ruolo di genere e di veder riconosciuta l'identità di genere 'opposta' a quella assegnata. Tale desiderio viene avvertito dalla persona in aggiunta all'esigenza di modificare i propri caratteri sessuali primari e secondari. In questo processo di costruzione, grande rilevanza è rivestita dalla questione della corporeità, o meglio dell'essere sessuati; l'importanza che la correzione dei propri caratteri sessuali ha per la persona transessuale va ricercata nei significati che tali caratteri veicolano, nonché in quelli che sono attribuiti al cambiamento degli stessi, piuttosto che nelle modificazioni morfologiche in quanto tali.

Affinché una persona transessuale possa cambiare il proprio sesso, si considera di fondamentale importanza il parere di un "esperto" al quale è chiesto, a fronte di una diagnosi di Disturbo d'Identità di Genere (DIG), di valutare l'idoneità di quella persona per fare questo tipo di percorso.

Proprio a fronte di tale responsabilità, sono stati definiti degli standard di trattamento che disciplinano l'intero iter di transizione, il quale vede coinvolte diverse figure professionali (psichiatri, psicologi, endocrinologi e chirurghi). Tali standard di trattamento, indicati con la dicitura di "protocolli", sono stati elaborati dalla *World Health Professional Association for Transgender Health* (WPATH, prima chiamata *Harry Benjamin International Gender Dysphoria Association*, HBIGDA) e dall'Osservatorio Nazionale sull'Identità di Genere (ONIG). I due protocolli sopra citati, nella propria strutturazione, prevedono diversi passaggi comuni: un'accurata diagnosi, l'esperienza di vita reale o *Real Life Test* (periodo di sperimentazione in cui la persona inizia a vivere nel mondo come una persona del sesso a cui sente di appartenere, adottando il ruolo di genere consono in termini di abbigliamento, comportamento, espressione, ecc.), un percorso psicologico o di psicoterapia, la terapia ormonale, la terapia chirurgica ossia la riassegnazione chirurgica di sesso.

Nell'ultima Assemblea Generale a Ginevra, tenutasi il 19 giugno 2018, la *World Health Assembly*, l'organo direttivo dell'OMS, l'Organizzazione Mondiale della Sanità, che rappresenta i 194 stati membri, ha aggiornato l'*International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems* (la cui sigla è ICD-11) decidendo che la transessualità non è più classificabile come malattia mentale. L'incongruenza di genere è stata rimossa dalla categoria dei

'disordini mentali' dell'*International Classification of Diseases* per essere inserita in un nuovo capitolo sulle 'condizioni di salute sessuale'.

Quello di "*transgender*" è un termine polisemico che si è diffuso nel primo movimento gay lesbico trans in seguito alla pubblicazione, nel 1992, del pamphlet di Leslie Feinberg *Transgender Liberation* (Ruspini e Inghilleri, 2008). In ambito scientifico viene utilizzato generalmente per indicare una persona transessuale non ancora operata; entrando invece nello specifico dell'uso all'interno del movimento GLBTQI (*Gay*, *Lesbian*, *Bisexual*, *Transgendered*, *Questioning*, *Intersex*), tale termine viene utilizzato per indicare quelle persone interessate ad acquisire alcuni o molti caratteri del sesso opposto senza tuttavia volersi sottoporre alla riassegnazione chirurgica del sesso. Queste, in altre parole, vestono i panni del genere opposto al sesso di nascita, eventualmente assumono ormoni e modificano alcuni caratteri sessuali secondari in accordo al genere di elezione, scegliendo un nome consono a quest'ultimo (Ruspini, 2009). Dunque, a differenza di quanto accade nel caso della persona transessuale, la persona transgender non si riconosce in una delle due polarità maschile e femminile bensì in un "terzo sesso": la trasformazione stessa viene assunta come il significato del proprio genere. In altre parole, citando Luxuria (2006), "il transgender si oppone alla staticità di classi originarie e immodificabili, è il transitare tra maschile e femminile senza rigettare nessuno dei due e senza approdi finali obbligatori; non è dissidio ma riappacificazione: il transgender è l'Unione" (s.p.).

Il termine "transgender" nasce storicamente, dunque, come categoria identitaria nonché come alternativa al termine transessuale. Il costrutto, composto da *trans-* (al di là, oltre) e *gender* (genere), fa riferimento ad una visione costruzionista e performativa del genere in quanto si discosta dalla visione dicotomica dell'identità sessuale: tecnicamente dunque la persona transgender è quella che si riconosce in un genere diverso rispetto a quello assegnatole, piuttosto che nel sesso opposto a quello assegnatole alla nascita (Ruspini e Inghilleri, 2008).

In base a questo presupposto cambia anche la modalità in cui il corpo viene utilizzato come veicolo della propria identità: nell'ottica transgender, infatti, "il transito si fa meno lineare e fa perno su descrittori identitari non necessariamente situati nel corpo" (Ruspini e Inghilleri, 2008, p. 89). L'esistenza della persona transgender, pertanto, secondo Butler (2007) induce ad interrogarsi sullo statuto dell'essere uomo e dell'essere donna, in quanto rende evidente come l'identità di genere possa in qualche modo prescindere dal sesso genetico. Laddove il corpo diventi il punto di incontro di polarità opposte (maschile e femminile), esso stesso provoca una crisi ontologica sul piano della sessualità. Tale crisi, secondo Butler (2004), viene generata allorché l'esistenza transgender si configura come una pratica trasformativa in grado di trasporre il corpo stesso al di là della cornice binaria e di riconfigurarlo dunque non più come ciò che sostiene il binarismo sessuale quanto come una "superficie variabile" (p. 52) soggetta a modificazioni; tali modificazioni risultano, in questo senso, l'effetto della capacità performativa del genere. Il corpo di genere risulta performativo, ossia non possiede uno status ontologico, in quanto la corporeità stessa è da intendersi come il prodotto della performance di genere e non piuttosto come quel nucleo a partire dal quale il genere prende forma. Tale processo è reso evidente dall'esperienza transgender in cui si assiste alla rappresentazione di una corporeità non canonica, alla generazione di un corpo sessuato che non può più essere inteso come "un fatto statico e compiuto" quanto piuttosto "un processo di crescita, un modo del divenire che, nel divenire altrimenti, eccede la norma, la riformula e ci mostra come la realtà, entro cui pensavamo di essere confinati, non sia scolpita nella pietra" (Butler, 2006, p. 55).

Con il termine "*crossdresser*" (in inglese, *cross* – trasversale, *dress* – abito) si indica generalmente una persona che prova affinità e interesse verso alcune prerogative femminili o maschili, in particolare la gestualità e l'abbigliamento, che vorrebbe fare proprie per mostrare

un'appartenenza di genere alternativa rispetto a quella culturalmente assegnata (Ruspini, 2009).

Ad oggi quello di "crossdressing" viene utilizzato in alternativa al termine inadatto di "travestitismo" (dal latino, *trans* – al di là, *vestitus* – abito), che rimanda ad una concezione clinica dello stesso: l'atto di "travestimento" viene associato ad un'ossessione feticistica a partire dall'anno 1910 in cui il sessuologo tedesco Hirschfeld coniò il termine "transvestitismus" per indicare l'abitudine di soggetti di sesso maschile ad indossare abiti del sesso opposto (Hirschfeld, 1910).

Contrariamente a quanto avviene per la persona transessuale o transgender, l'individuo crossdresser si identifica con il genere assegnato e riconosce come propria, nonché come coerente, la propria morfologia sessuale: non agire in conformità al ruolo prescritto, ossia coerentemente a comportamenti e doveri connessi alla condizione maschile o femminile oggetto di aspettative sociali, non implica per la persona crossdresser la messa in discussione della propria identità di genere (Ruspini, 2009). Ciò risulta possibile in quanto il ruolo del genere "opposto" viene giocato solo in peculiari situazioni e luoghi. Il crossdressing si configura in termini generali come un atto di *gender bending* in quanto costituisce un elemento di rottura fra le aspettative sociali legate all'identità sessuale e di genere all'interno di certi contesti e il ruolo di genere impersonato dall'individuo.

Teoria Queer

Il termine "queer" deriva dal tedesco *quer* (trasversale, diagonale, obliquo) ed è traducibile con "strano", "bizzarro" o "eccentrico". Ha una valenza semantica assai complessa che lo rende intraducibile nella lingua italiana, anche se per il suo uso semantico equivale a "checca" e "frocio". Già nell'inglese del sedicesimo secolo stava ad indicare qualcosa di "strano", per poi comprendere nella lingua moderna anche i significati di "deviante" ed "incomprensibile"; era utilizzato prevalentemente come epiteto dispregiativo per indicare gli uomini omosessuali. In seguito, l'uso del costrutto ha subito delle modificazioni allorquando lo stesso è stato utilizzato per indicare coloro che praticavano una sessualità non ortodossa rispetto a quella eterosessuale paradigmatica e normativa, così da assumere anche significati positivi all'interno del movimento GLBT. Il termine assume la valenza di una categoria fluida e anti-identitaria utilizzata per introdurre la "fluidità di genere" e per dare voce al dinamismo delle differenze sessuali e/o di generi, questi ultimi declinati al plurale oltre il binarismo maschile/femminile.

La "Teoria Queer" viene introdotta per la prima volta nel 1990 da Teresa de Lauretis durante un convegno presso l'Università della California a Santa Cruz in cui l'autrice provocatoriamente si riappropria del termine come strategia di resistenza all'omofobia. La proposta di De Lauretis stimola la formazione degli studi queer, creazioni artistiche e culturali, produzioni teoriche e ricerche interdisciplinari, che presto oltrepassano l'oceano e si diffondono anche in Europa.

Il termine si rivolge a tutti i soggetti sessuali "presi in mezzo" dalle categorie binarie, alle soggettività ibride e alle marginalità corporee: transessuali, transgender, travestiti e travestite, intersessuali, eccetera. In linee più generali, la figurazione queer indica l'alterità e tratteggia i contorni di una soggettività precaria, fluida, mobile, che riassume le lotte di chi combatte contro ogni opposizione binaria.

Anche se la teoria queer viene elaborata a partire dagli anni Novanta in ambito americano il precedente di Foucault è di grande importanza, perché la svolta foucaultiana aveva preparato il terreno metodologico per studiare la storia delle identità sessuali con uno sguardo attento a non considerarle come il dato scontato da cui partire, ma semmai la questione stessa (Foucault, 1976).

Quello che è stato definito "costruzionismo queer" riprende da Foucault la strategia di decostruire le identità che passano come naturali considerandole invece come complesse formazioni socioculturali in cui intervengono discorsi diversi.

Con questo termine si indica quindi una "focalizzazione sulla sessualità non in quanto realtà oggettiva", ma "come terreno mutevole continuamente ridefinito dai discorsi, dalle rappresentazioni e autorappresentazioni di specifici soggetti culturali" (citato in Cometa, 2004, p. 441).

Rifacendosi ai contributi di Foucault e Derrida, attraverso la decostruzione delle rappresentazioni sociali, la teoria queer nega la naturalità dell'identità di genere e dell'identità sessuale e afferma conseguentemente la transitività dei generi, mettendo così in discussione la stabilità dell'identità ad essa legate.

Il pensiero foucaultiano nasce come critica alle precedenti teorie freudiano-marxiste con cui crea una spaccatura. Queste teorie, unendo psicoanalisi e marxismo, interpretano il potere come repressione sessuale; scopo della politica è perciò quello di liberare la sessualità e con essa i corpi. Per il filosofo, invece, la relazione tra potere e sessualità, prima che essere repressiva, è un rapporto di produzione, di creazione di progenie, di fecondità, di riproduzione.

Judith Butler (1990), altra fondamentale studiosa degli studi queer, ribalta la relazione sex-gender e descrive le pratiche sociali del genere come una continua citazione performativa che "costruisce" la differenza sessuale. Il quesito di partenza che muove la ricerca filosofica di Butler è: se il genere è socialmente costruito, ovvero è una elaborazione culturale del sesso e della differenza sessuale, quali meccanismi generano la sua costruzione? Butler rintraccia la risposta a questa domanda nella performatività del genere.

Per capire cosa intenda Butler per performatività di genere è necessario spiegare brevemente il pensiero di John Langshaw Austin, le cui riflessioni hanno fortemente ispirato la filosofa americana. Austin (1962) espone la teoria dell'atto linguistico e parla degli enunciati performativi descrivendoli come enunciazioni verbali che mettono in atto o producono gli effetti di quello che nominano, oltre a descrivere l'azione stessa. Butler riprende questo concetto di performatività e lo applica al genere, affermando che è errata una netta distinzione tra genere e sesso in quanto non ci sono identità fisse in natura che esistono prima ancora del genere, e non solo il genere, ma anche il sesso, sono categorie in divenire prodotte e influenzate da pratiche discorsive e culturali. Questo è il significato racchiuso nella celebre frase di Butler secondo cui "il genere è sempre un fare" (Butler, 1990, p. 25), ovvero appartenente non alla sfera dell'essere, ma a quella del fare e del divenire.

Questa affermazione di Butler riassume la sua posizione anti-essenzialista (in contrasto cioè con quella corrente essenzialista o della differenza sessuale del femminismo che presuppone l'esistenza di un'essenza femminile e una maschile intrinsecamente distinte); quindi, il genere non descrive l'identità di un soggetto, ma lo performa, ossia lo produce nel momento stesso in cui lo descrive.

I "corpi che contano" socialmente (da qui il titolo dell'opera *Bodies that Matter*) sono quelli che rispondono alla sessualità normale, mentre tutte le altre sessualità che la società vede come abiette perché devianti rispetto alla norma (che oggi definiremo queer) finiscono per non contare socialmente e abitare lo spazio dell'inintelligibile, dell'irreale e dell'abiezione (Butler, 1996). La Teoria queer, da Butler in poi, si fonda proprio sulla volontà di contestare la distinzione stessa tra naturalità e innaturalità, tra normalità e abiezione, investendo di un nuovo significato le identità precedentemente considerate abiette e invertite dando loro una visibilità nello spazio pubblico come nuovi soggetti imprevisti.

Butler riprende anche alcune riflessioni sul "corpo sessuato" nella *Fenomenologia della percezione* di Merleau-Ponty (1945), il quale in qualche modo critica il discorso dell'esperienza corporea e sostiene che il corpo sia "un'idea storica" anziché "una specie natu-

rale". In modo significativo, è ciò a cui si riferisce Simone de Beauvoir quando, ne *Il secondo sesso*, getta le basi per la sua affermazione circa il fatto che donna e, per estensione, qualsiasi altro genere, siano situazioni storiche e non fatti naturali (de Beauvoir, 1949).

Sia per de Beauviour che per Merleau-Ponty, il corpo è inteso come un processo attivo di incorporazione di determinate possibilità culturali e storiche che devono essere continuamente realizzate. Butler afferma: "Noi non siamo semplicemente dei corpi ma, in un certo modo emblematico, facciamo i nostri corpi" (citato in Arfini e Lo Iacono, 2011, p. 80).

Il queer di Butler risponde a una esigenza di eversione, al bisogno di smascherare l'atto di dominio insito nella "dicotomia" e gerarchia sessuale, razziale, culturale, per auspicare ibridazioni, spostamenti, migrazioni, tra il dentro e il fuori, il deviante e la norma, che rompano la logica binaria destrutturando i codici normativi. L'identità instabile, fluida, dunque non etichettabile (queer) rappresenta in altri termini una risorsa e "la pratica di fare e disfare il proprio genere" (Butler, 2007, p. 41), diventa una modalità di azione creativa e politica, individuale e collettiva: "la struttura deve essere continuamente destrutturata mediante una proliferazione inarrestabile dei posizionamenti simbolici che apra lo spazio per una democrazia radicale dove nessuna identità sia più fissa e, quindi, normale, normativa, egemone" (Cavarero e Restaino, 2002, p. 111).

Con il termine "queer" si intendono, secondo Demaria (2008), due principali pratiche politiche e teoriche: l'opposizione ad "allinearsi e confluire in qualsiasi categoria dell'identità" (p. 18) e la volontà di "resistere e cercare di decostruire ogni posizione che affermi una divisione netta tra sesso come dato biologico, genere e desiderio sessuale" (p. 19).

Al centro della teoria queer si trovano le differenze multiple e gli scarti e le contraddizioni tra sesso, genere e desiderio sessuale. Rinominandosi queer si produce uno scarto rispetto alle categorie binarie, siano queste, per esempio, tra maschio e femmina, o tra omosessuale ed eterosessuale, e si moltiplica il discorso delle differenze, arrivando così ad includere il travestitismo, il transessualismo, il transgenderismo, l'intersessualità e l'ambiguità di genere. Se l'identità non è fissa, questa non può più essere ridotta, etichettata o categorizzata.

Date queste premesse, si rende necessario per Butler identificare le modalità che rendono possibile denaturalizzare il corpo sessuato, al fine di svelare la regolamentazione che lo produce e svelare, quindi, la performatività del genere. Secondo Butler (2013), questo disvelamento è realizzabile attraverso identità sovversive, come le identità queer.

Date queste premesse, appare chiaro come il concetto di genere ponga l'enfasi sull'aspetto costruito, sociale e culturale dell'identità femminile e di quella maschile, sui modi con cui l'uomo e la donna, le loro relazioni e le idee circa i ruoli a loro confacenti sono determinati attraverso pratiche e strutture della società. Si mette così in luce l'insieme dei significati simbolici attribuiti alle differenze sessuali, le quali non sono tuttavia di per sé sufficienti a determinare due destini sessuali opposti. Infatti, secondo Scott, "l'uso di 'genere' mette in evidenza un intero sistema di relazioni che può includere il sesso, senza però esserne direttamente determinato" (citato in Fazio, 2013, p. 36).

In secondo luogo, il genere, in quanto elaborato, appreso e attuato, è anche dinamico: esso, infatti, non avendo radice naturale bensì sociale, muta a seconda del periodo storico e in base alla cultura di riferimento. Il sesso biologico è stato interpretato con rappresentazioni dei generi e delle loro relazioni sempre variabili, generando dunque identità, ruoli e rapporti ogni volta diversi. L'essere uomo e l'essere donna, che rappresentano le due possibilità identitarie comunemente legittimate, sono frutto di un divenire storico che attraversa società e culture.

Secondo Scott, "quando parliamo di 'genere' non stiamo parlando di semplici differenze o di categorie fissate una volta per tutte: parliamo di relazioni, di linee di confine, di pratiche, di identità e di immagini attivamente create nel corso di processi sociali; si tratta di qualcosa che emerge in specifiche circostanze storiche, modella la vita delle persone in maniera profonda e

spesso contraddittoria, ed è soggetto al conflitto e al cambiamento storico" (citato in Fazio, 2013, p. 65).

Il genere si produce attraverso i discorsi che ne istituiscono una precisa rappresentazione, attraverso gli atti che lo esercitano e attraverso i corpi che lo interpretano. Il genere è quindi performativo: esso viene realizzato mediante la perpetua reiterazione di atti.

Butler suggerisce di concepire l'atto in questione come atto teatrale: non meramente individuale, ma da considerarsi comunitario perché inserito in una dinamica più ampia, prolungata nel tempo e comprendente più persone.

Teorie Queer e Teoria dei Costrutti Personali

Alcuni dei presupposti teorici delle teorie Queer – e in particolare le formulazioni di due dei suoi principali studiosi, Michel Foucault e Judith Butler – possono permettere, a mio avviso, una rilettura degli stessi in chiave costruttivista e in particolare alla luce della Teoria dei costrutti personali di George A. Kelly (1955).

La prospettiva costruttivista sostiene l'impossibilità di parlare di una realtà oggettiva che prescinda dall'atto conoscitivo (Walker & Winter, 2007). La realtà non è quindi "scoperta" dalla persona che la indaga, ma viene "costruita" dal soggetto conoscente che via via ne fa esperienza.

Secondo Ariano (2012), Foucault sembra assumere una posizione epistemologica di tipo contestualista e costruttivista: per indagare il rapporto tra le parole e le cose non basta fare riferimento all'esistenza di un mondo "là fuori", inteso come correlato neutrale e inerte della nostra coscienza; conoscere non equivale semplicemente a nominare adeguatamente una realtà che è indipendente dal soggetto e dal linguaggio, bensì a sottostare a tutto un insieme di condizioni che sono insieme più restrittive e più onerose. Ponendosi in questa prospettiva, la verità non è quindi concepita come relazione tra enunciati e stati di cose nel mondo, ma come relazione, interna ad un regime di pratiche discorsive. È come se Foucault stesse affermando che tra noi ed il mondo "là fuori" sussiste sempre la mediazione di un "mondo" che è il costrutto sociale storicamente determinato di certe pratiche discorsive, ovvero di un sistema complesso di relazioni tra saperi, istituzioni, processi economici, relazioni sociali, forme di comportamento, sistemi di norme, tecniche, procedure di classificazione, etc.

Foucault non è interessato ad affermare che il "mondo-là-fuori" non esiste, o che esso, in quanto tale, è inconoscibile. Si limita ad affermare, invece, che è possibile e coerente un'indagine – appunto l'indagine archeologica – che si incentri esclusivamente sul "mondo-costrutto", tralasciando completamente la considerazione del "mondo-là-fuori" (Ghisu e Tagliapietra, 2013).

Il soggetto non preesiste alle norme che lo plasmano. Cosa ne è della capacità di agire contro il potere, se il soggetto non esiste prima del potere ma ne è una conseguenza? Foucault teorizza che l'azione politica prende la forma di quella che chiama "resistenza": un'azione creativa di opposizione al potere che modifica lo stesso soggetto che la compie. La resistenza del soggetto sessuale si esprimerà nell'elaborazione di nuove modalità di soggettivazione, di nuove identità, di nuovi stili di vita, di nuove comunità.

Da Foucault, Butler apprende che nessun soggetto, neppure se appartenente a una minoranza sessuale, occupa una posizione di esteriorità rispetto alla matrice eterosessuale. Al soggetto sessuale non è accessibile alcun appiglio esterno al dispositivo di sessualità, ed è solo appoggiandosi alle norme dettate da tale dispositivo che gli/le è possibile opporre resistenza, dando vita a nuove modalità di soggettivazione, di comunità.

Rispetto a queste premesse teoriche è possibile provare a rileggere la Teoria Queer alla luce della Psicologia dei Costrutti Personali, e in particolare della sua elaborazione italiana avviata da Gabriele Chiari e Maria Laura Nuzzo: l'approccio narrativo-ermeneutico.

Von Glasersfeld (1994) afferma che "il soggetto non ha altra alternativa che costruire ciò che conosce sulla base della propria esperienza [...]. Non possiamo mai dire se questa conoscenza sia vera, perché per affermare tale verità avremmo bisogno di un confronto che semplicemente non possiamo fare" (p. 7). L'uomo è quindi visto come attivo creatore della propria realtà impegnato in un continuo processo di interpretazione e re-interpretazione di sé stesso e del proprio essere nel mondo. La conoscenza non riguarda più una realtà "oggettiva", ontologica, esterna e quindi fotografabile, riproducibile per ciò che è, nelle sue componenti "essenziali", ma esclusivamente "l'ordine e l'organizzazione di esperienze nel mondo del nostro esperire" (Von Glasersfeld, 1984, p. 23 trad. it.).

Von Foerster (1987) propone un nuovo rapporto tra osservatore e fenomeno osservato, dove la realtà non è data di per sé ma interpretata dall'osservatore stesso: poiché le osservazioni non sono assolute, ma filtrate dall'osservatore, si dovrebbe sempre considerare non solo l'oggetto, ma anche il soggetto che osserva per cui, secondo l'autore, ogni descrizione implica colui che descrive, ogni descrizione è un'interpretazione.

Questa è la forma di costruttivismo che Chiari e Nuzzo (1996) hanno scelto di definire ermeneutico, il quale considera la conoscenza (la verità) come "un'interpretazione storicamente fondata anziché immutabile, contestualmente verificabile anziché universalmente valida, e linguisticamente generata socialmente negoziata anziché cognitivamente e individualmente prodotta" (p. 174).

Allo stesso modo per la teoria Queer la struttura delle relazioni di genere non esiste al di fuori delle pratiche attraverso le quali gli individui e le collettività gestiscono quelle stesse relazioni.

La conoscenza e la realtà emergono dall'intersoggettività: sono in una relazione di complementarità, e un'immediata esperienza del mondo precede qualsiasi spiegazione e distinzione, qualsiasi costruzione di quella stessa esperienza (Chiari, 2016a).

Questa considerazione di una relazione di complementarità tra soggetto e oggetto di conoscenza è il presupposto ontologico della fenomenologia e dell'ermeneutica (Chiari & Nuzzo, 2006). La realtà non ha una consistenza esterna all'osservatore, e questo vuol dire assumere un rapporto di interdipendenza tra conoscente e conosciuto: "possiamo solo costruirla e interpretarla, in modo utile o inutile, creativo o routinario, umoristico o serio" (Bannister e Fransella, 1971/1986, p. 55). Questo presupposto equivale ad un'assunzione di responsabilità, che ci chiama in causa in prima persona in ogni nostro agire (e non reagire!), di fronte agli eventi.

Anche Butler sostiene che non vi è un'essenza che il genere esprime o esterna, né un ideale oggettivo al quale il genere aspira; nella misura in cui il genere non è un fatto ma i vari atti di genere creano l'idea stessa di genere, e senza quegli atti non vi sarebbe neanche il genere, questo presuppone una relazione di interdipendenza tra gli atti di genere e il genere stesso.

Secondo Butler anche il sesso, e non solo il genere, è una costruzione culturale per cui donna è il termine di un processo, di un divenire, di una costruzione, senza origine e fine vera e propria, aperto alla risignificazione.

La visione delle teorie Queer, così come quella dell'approccio costruttivista, critica e supera le spiegazioni di tipo deterministico per accedere ad una visione che pone al centro della propria analisi l'origine costruita della realtà e in questo caso dei generi.

Il genere, quindi, rappresenta una costruzione come altre che non preesiste e non è indipendente rispetto a chi ne fa esperienza, e nel farne esperienza ci si trasforma vicendevolmente.

In particolare Kelly, uno psicologo statunitense, sviluppa la Psicologia dei Costrutti Personali (1955), una complessa teoria della personalità e della psicoterapia elaborata a partire dai

presupposti del paradigma costruttivista che adotta una visione dell'essere umano inteso principalmente come soggetto attivo, costantemente impegnato a dare senso alla propria esperienza, negoziando e co-costruendo le proprie dimensioni di significato in relazione con i vari attori e contesti socio-culturali con cui è in interazione.

Secondo la teoria di Kelly, tutti i comportamenti messi in atto dalla persona rappresentano dei modi per mettere alla prova i propri costrutti (Fransella & Dalton, 2000). Fare esperienza è assimilabile ad un'attività di sperimentazione e di attribuzione di senso, come viene descritto nel dettaglio da quello che Kelly descrive come Ciclo dell'esperienza.

La posizione epistemologica da cui sceglie di partire è quella che definisce Alternativismo Costruttivo: "Ogni nostra attuale interpretazione dell'universo è suscettibile di modificazione o sostituzione" (Kelly, 1955, p. 15). Tutto ciò che possiamo conoscere del mondo, tutto ciò che ci appare in un certo modo, ci appare sulla base di una nostra interpretazione, e in quanto interpretazione è inevitabilmente suscettibile di revisione o sostituzione. "Nessuno è rinchiuso in un angolo; nessuno è completamente vincolato dalle circostanze; nessuno è vittima degli eventi della propria vita" (Kelly, 1955, p. 11).

Come sostengono Chiari e Nuzzo (1996), questa posizione abbandona l'idea che esista un'unica realtà, a favore di un relativismo che ammette l'esistenza di tante realtà quante sono le costruzioni individuali e collettive di ordinamento dell'esperienza.

Questa prospettiva, nonostante apra potenzialmente ad infinite possibili costruzioni della realtà, non nega però i limiti imposti dal contesto relazionale e sociale con cui la persona è in interazione.

Come sottolineano Fransella e Dalton (2000), infatti, ogni persona cresce all'interno di un contesto sociale e culturale specifico, che influisce sull'insieme di costrutti che può sviluppare. Ogni persona sviluppa un proprio sistema di costrutti personali che in un determinato momento è, per forza di cose, finito, e può canalizzare quindi solo un numero finito di modi di guardare ad un evento.

Il Postulato Fondamentale rappresenta l'assunto dal quale Kelly sceglie di partire e dal quale deriva tutta la successiva costruzione teorica: "I processi di una persona sono psicologicamente canalizzati dai modi in cui essa anticipa gli eventi" (Kelly, 1955, p. 41 trad. it.).

In questa prima affermazione viene subito focalizzato l'interesse della teoria per i processi della persona, ovvero i modi in cui essa sceglie di muoversi. La condizione di movimento dell'essere umano viene quindi data per scontata.

Diversamente da altre teorie psicologiche contemporanee, che enfatizzano ad esempio il ruolo di pulsioni e motivazioni, per la PCP la persona è, di per sé, una forma di movimento: "la persona non è un oggetto temporaneamente in movimento, ma è essa stessa una forma di movimento (Kelly, 1955, p. 48 trad. it.). La direzione che questo movimento può prendere è veicolata dalle anticipazioni che la persona mette in atto, dalle previsioni che effettua rispetto agli eventi a cui partecipa. Un'importante implicazione del postulato fondamentale, se combinato al principio dell'alternativismo costruttivo, è l'attribuzione di una forte agentività alla persona, alla quale viene data la responsabilità di scegliere il modo in cui costruire gli eventi e quindi la direzione in cui muoversi. Come sottolinea lo stesso Kelly (1955),

> L'universo è reale; si manifesta in ogni momento; è altamente integrato ed è aperto a continua interpretazione. Individui diversi lo costruiscono in modi diversi. Dal momento che non è intrinsecamente legato al sistema costruttivo di uno specifico individuo, esso è costantemente aperto a successive ricostruzioni. Alcune modalità per costruirlo sono, rispetto agli obiettivi del genere umano, migliori di altre. L'uomo procede nella conoscenza del proprio mondo attraverso approssimazioni successive. Poiché l'individuo ha sempre a disposizione modalità alternative di costruzione, che può esplorare (se lo

> desidera), egli non è vittima né degli eventi congruenti né del proprio passato (p. 38, trad. it.)

La concezione di Kelly della persona come una forma di movimento può essere affiancata, a mio avviso, al concetto di performatività di genere di Butler, nella misura in cui questa prevede un'apertura alla possibilità di azione della persona.

Come esposto in precedenza, infatti, secondo le Teorie Queer il genere "non è un'identità stabile o un luogo di agentività dal quale discendono i vari atti; al contrario, si configura come un'identità costituitasi debolmente nel corso del tempo e istituitasi attraverso la ripetizione stilizzata degli stessi atti" (Butler, 2013, pp. 77-78).

Come dice Connell (2006), "il genere è qualcosa che si fa concretamente, e che si fa nella vita sociale; non è qualcosa che esiste prima della vita sociale stessa, o al di fuori di essa" (p. 108).

I termini "maschile" e "femminile" non sono mai fissati una volta per tutte, ma fanno parte di un processo in cui vengono continuamente riformulati.

Il genere cambia perché la stessa realtà sociale e gli stessi soggetti da cui viene elaborato sono in continuo mutamento, non sempre disposti a rimanere all'interno di una rigida polarità di identità e mansioni: "né le donne né gli uomini subiscono senza reagire un destino" (Piccone Stella e Saraceno, 1996, p.13). Esso, in quanto performativo, sociale e culturale, viene fatto e non posseduto come se scaturisse da un'essenza naturale. Il genere è un fare, è "una forma di improvvisazione su una sorta di palcoscenico" che "non si fa mai in solitudine", bensì "si fa sempre con l'altro e per l'altro" (Butler, 2014, p. 31).

Con la metafora teatrale l'autrice invita a pensare il genere come atto collettivo nella misura in cui i singoli atti individuali eseguiti ripetono o richiamano pratiche già esercitate in precedenza, in un continuum performativo. Il genere per Butler è una messa in scena, una performance operata da discorsi, atti e corpi. Ciò significa che gli atti non sono semplicemente dei dati che subiscono la norma assumendo un sesso e un genere, ma piuttosto si formano in questo stesso processo.

Questa concezione della persona attiva piuttosto che reattiva e "performante" della Teoria Queer rimanda ad uno dei corollari che costituiscono la Teoria di Kelly, il Corollario della Scelta: "In un costrutto dicotomico una persona sceglie per sé l'alternativa per mezzo della quale riesce a prevedere maggiori opportunità per l'estensione e la definizione del suo sistema". (Kelly, 1955, p. 45, trad. it.). Secondo Kelly, infatti, l'essere umano sceglie per Sé l'alternativa che immagina possa dare più senso ed essere coerente con il proprio sistema di costrutti. Si parla, in questo caso, di "scelta elaborativa", ovvero la tendenza della persona a scegliere sempre l'alternativa che prospetta maggiori possibilità di estendere il proprio sistema predittivo, senza rischiare di comprometterlo.

Allo stesso modo, per Butler fare e disfare, scegliere di interpretare il genere in modi diversi quanti sono i soggetti che li interpretano, ha a che fare con la realizzazione della vivibilità dell'esistenza e le sue possibilità materiali e immaginarie, corporee e simboliche.

Nelle teorie Queer, anche se si parte dal presupposto che le relazioni di potere, le norme culturali, i precetti etici condizionano in modo determinante il nostro agire e il nostro immaginario, è prevista la possibilità, da parte della persona, di reagire e non di subire il potere. La dipendenza del soggettivo dal sociale non implica la passività del soggetto rispetto alla normatività della società di cui fa parte, ma al contrario comporta la possibilità, per il soggetto, di intervenire sulle stesse norme che hanno permesso il suo emergere da una rete di relazioni (Bernini, 2012).

A partire da questi presupposti, il costrutto di genere non può essere posto e interpretato all'interno di una dinamica che ragiona separando ciò che è vero da ciò che è falso, non ci sono

generi veri o falsi, autentici o distorti; piuttosto, ci sono interpretazioni di generi che le persone scelgono per dare un senso più ampio alla loro esperienza.

Dimensione relazionale e riconoscimento

Sia per la Teoria Queer che per la Teoria dei costrutti personali assume una grande rilevanza la dimensione relazionale. Gli atti di genere, di cui parla Butler, non sono meramente individuali, bensì il risultato di condizioni sociali e processuali.

Come abbiamo visto, il genere, infatti, è anche una pratica relazionale in quanto è continuamente rinegoziato dai soggetti attraverso i loro rapporti e le loro azioni nella vita quotidiana.

Secondo Butler il genere è connesso all'alterità, e il rapporto con l'alterità è fatto del desiderio dell'altro e dal bisogno di riconoscimento.

L'incontro iniziale con l'altro però non corrisponde ad un principio di somiglianza, ad una reciprocità come identità, bensì ad una tensione (etica) al rispetto dell'altro nella sua diversità e nel riconoscimento del suo valore come pari al mio, non in virtù di una somiglianza (perché, in questo caso, ciò che si apprezzerebbe e riconoscerebbe sarebbe solo un'estensione del proprio io) ma, piuttosto, sulla base di una diversità.

Per la filosofa statunitense, l'incontro con l'alterità non ha a che fare con un principio di identità e il riconoscimento dell'altro non è riconoscimento dell'assoluta identità che ci lega, ma al contrario il riconoscimento è rispetto dell'altro nella sua diversità.

Allo stesso modo la persona per Kelly non costruisce la propria esperienza isolata dal mondo e dagli altri. La dimensione relazionale nella Teoria dei costrutti personali viene esplicitata attraverso tre corollari.

Il primo è il Corollario dell'Individualità – "Le persone differiscono fra loro nel modo con cui costruiscono gli eventi" (Kelly, 1955, p. 49, trad. it.) – secondo cui le somiglianze e le differenze tra le persone hanno a che fare con le modalità con cui esse attribuiscono senso al proprio mondo.

Il secondo è il Corollario della Comunanza: "I processi psicologici di una persona sono simili a quelli di un'altra persona nella misura in cui la prima costruisce l'esperienza in modo simile alla seconda" (Kelly, 1955, p. 82, trad. it.). Questo corollario fa riferimento a quelle che sono le somiglianze nei modi di costruire degli individui. Kelly sottolinea che la somiglianza tra i processi psicologici di due persone non deriva dall'aver fatto esperienza degli stessi eventi (un assunto, questo, che appartiene alla psicologia stimolo-risposta), ma dalla somiglianza tra le loro attuali costruzioni dell'esperienza (Armezzani e Chiari, 2015).

Il terzo è il Corollario della Socialità, "Una persona può avere un ruolo in un processo sociale che coinvolge un'altra persona nella misura in cui costruisce i processi di costruzione di un'altra" (Kelly, 1955, p. 87, trad. it.). La comunanza, da sola, non garantisce la possibilità di una coesistenza sociale. La possibilità di anticipare ciò che gli altri faranno permette a noi di adattarci al loro comportamento e agli altri di adattarsi al nostro, nella misura in cui il nostro sistema di costruzione include i sistemi di costruzione di altre persone e i loro, in parte, includono i nostri (Armezzani e Chiari, 2015). La persona, quindi, gioca un ruolo in base al grado della sua comprensione delle prospettive altrui, al grado in cui utilizza il proprio sistema di costrutti per sussumere quello dell'altro.

All'interno delle teorizzazioni che Butler ha fatto vi è anche il tema, a lei caro, del riconoscimento. Butler, infatti, partendo dalle questioni dei corpi che (non) contano, ha teorizzato che ciò che sta all'origine, rispettivamente, delle forme di umiliazione e disprezzo, della reificazione, della violenza e infine dei rapporti di dominio e sottomissione, è un precedente oblio del riconoscimento.

Parlare di riconoscimento, per Butler, significa parlare di desiderio. Secondo Butler, la lotta per riconoscimento diventa un problema vitale per tutti quelli che sono ai margini dei discorsi dominanti e non è semplicemente lo spazio per un incontro comunicativo tra individui che si «riconoscono» simmetricamente pari dignità. Il riconoscimento è piuttosto un luogo di potere. È lì che vengono prodotti i significati ed è lì che le nostre vite si vedono assegnate o negate un valore. È un luogo di decisione per il quale siamo purtroppo obbligati a passare in quanto dipendenti per esistere da quel riconoscimento. Il prezzo che si paga per essere riconosciuti consiste, infatti, secondo Butler, nell'esserlo a spese della propria individualità e del proprio desiderio, che è tanto desiderio di esistere quanto desiderio di essere assoggettato (Campo, 2008/2009). Si desidera l'assoggettamento nella misura in cui si desidera esistere, e questo è il nostro grado di complicità col potere e il cuore dello sfruttamento che subiamo ma nello stesso tempo agiamo. Siamo vulnerabili e perciò sfruttabili, in quanto per esistere (soggettivarci) dipendiamo dagli altri (assoggettamento).

Nelle elaborazioni di Butler emerge, quindi, una possibilità di riconoscimento solo nella misura in cui vi è un assoggettamento e si rinuncia quindi a degli aspetti di sé. Questa concettualizzazione ricorda uno dei quattro percorsi di riconoscimento, un'elaborazione dei percorsi di dipendenza alla luce della dimensione del riconoscimento di sé, descritti da Chiari (2016a, 2016c, 2017), il percorso di riconoscimento incompleto nella forma del disprezzo. In tale percorso la persona arriva a vedere la possibilità di conservare un adattamento come dipendente dal soddisfacimento delle aspettative degli altri, sacrificando in tal modo la possibilità di un'affermazione di sé intesa come il riconoscimento e la rivendicazione dell'esistenza e del valore del proprio sé individuale nella relazione con l'altro (Chiari, 2016a).

Nell'incontro con l'altro, per Butler, il sé non ritorna mai ad essere quello di prima dell'incontro; nello scambio il "prezzo" che si paga è sempre e per tutti il vecchio sé, ottenendone in cambio uno nuovo, pronto ad essere decostruito e ricostruito in una nuova veste. L'incontro con l'alterità, incontro che smonta le nostre certezze, riflette un sé "nell'atto di riflettersi", per diventare qualcosa che non era mai stato prima. Butler si ricollega alla normatività binaria eterosessuale, dove la norma crea un esterno, popolato ma non riconosciuto: "ho cercato di comprendere l'ansia e il terrore che alcune persone provano nel diventare gay, la paura di perdere il proprio posto nel genere e di non sapere chi si sarà" (Butler, 2004, p. 2).

Queste formulazioni di Butler potrebbero essere assimilate all'elaborazione della psicoterapia dei costrutti personali in chiave narrativa ed ermeneutica (Chiari, 2016b; Chiari & Nuzzo, 2010). La concezione ermeneutica parte dal presupposto che siamo immersi in un mondo che non possiamo osservare e descrivere dall'esterno: noi siamo nel mondo e questo stare nel mondo comporta una trasformazione reciproca, una "fusione di orizzonti", per dirla con Gadamer (1960). Ma non si tratta "soltanto" di comprensione. L'efficacia enattiva del dialogo ermeneutico è nella "messa in atto" di nuove possibilità che diventano vissute, senza distinzioni tra cognizione, emozione e corporeità (Armezzani e Chiari, 2015).

Nel dialogo ermeneutico non ci sono un soggetto ed un oggetto, ma c'è l'incontro di due orizzonti, che si fonde in un orizzonte nuovo, costituito da un cambiamento di entrambi nel momento dell'interpretazione: si verifica un "aumento di essere", come dice Gadamer.

Nella prospettiva costruttivista improntata all'interdipendenza strutturale la relazione di una persona con un'altra persona non è determinata da ciò che l'altro dice o fa, ma dalla sua interpretazione di ciò che l'altro dice o fa; e lo stesso vale per l'altra persona. In questo processo, circolare e ricorsivo, ognuno è allo stesso tempo fonte e bersaglio di perturbazioni, e i sistemi di conoscenza delle due (o più) persone cambiano in modo congruente: in altre parole, la relazione è improntata all'intersoggettività. (Chiari, 2016a)

Butler vede lo stesso processo di circolarità ricorsiva tra la dimensione psichica individuale e quella collettiva, tra soggettivazione e assoggettamento. La psiche a cui l'autrice fa riferimen-

to genera sé stessa nei processi di inculturazione, che a loro volta sono costituiti dalle dinamiche psichiche dei soggetti. Scrive Butler (2006): "l'io è costantemente trasformato dagli incontri a cui è sottoposto" (p. 41).

In questo processo ricorsivo è prevista l'emergenza della discontinuità e dell'innovazione e si creano così zone di incertezza, fratture, punti di non coincidenza, contraddizioni, che in certe occasioni non portano alla ripetizione ma aprono possibilità inedite, i corpi queer.

Esperienze transessuali e Teoria dei Costrutti Personali

In termini epistemologici, la psicologia clinica moderna si muove all'interno di un piano di realismo di tipo monista in quanto parte dall'assunto che esista una "realtà" oggettiva e osservabile in maniera neutrale; in virtù di tale presupposto il comportamento umano viene classificato in maniera dicotomica, come normale o deviante, e l'origine di tale devianza viene fatta risalire alla presenza di disturbi riscontrabili in un funzionamento alterato della psiche dell'individuo.

La persona transessuale, la persona transgender e i soggetti queer in generale mettono difatti in discussione uno dei postulati fondamentali su cui le società umane poggiano, ossia la suddivisione dei ruoli sulla base dell'appartenenza sessuale e di genere.

Adottare un approccio Queer e costruttivista consente di ribaltare completamente la visione tradizionale dell'esperienza transessuale e transgender: laddove il genere venga considerato, anche dalle Teorie Queer, come un processo di costruzione, è possibile interpretare la transessualità come transito da un'identità attribuita a un'identità che consente di dare maggior senso alla propria esperienza.

Nella mia esperienza con pazienti transessuali il confronto con la Teoria dei costrutti personali mi è stato utile ad ampliare di significati la mia costruzione dell'esperienza transessuale e del lavoro che potevo fare con queste persone.

Kelly è interessato al modo in cui il mondo appare alle persone, al loro "mondo vissuto". Di conseguenza, privilegia la comprensione anziché la spiegazione causale dei fenomeni (Butt, 2004).

Lo scopo primario, nella psicoterapia kelliana, è comprendere il sistema di significati dell'altro per promuovere il naturale movimento dell'esistenza quando questo si sia arrestato, al di qua di ogni classificazione diagnostica (Armezzani e Chiari, 2015).

La psicoterapia secondo la prospettiva costruttivista ermeneutica può essere definita come un processo relazionale volto a favorire la riattivazione dell'esperienza attraverso una ricostruzione dell'identità narrativa del cliente (Chiari, 2016a).

Gli elementi di comunanza che ho potuto individuare nel lavoro psicoterapeutico con pazienti transessuali o transgender sono diversi.

Sicuramente la dimensione corporea rappresenta una delle dimensioni fondamentali dell'esperienza transessuale, dimensione che distingue nettamente questa esperienza rispetto ad altre come quella transgender. Infatti, se nella persona transessuale sussiste l'identificazione con il genere opposto, nella persona transgender o nelle identità queer i generi si mescolano fino all'impossibilità di etichettare la persona come maschile o femminile.

La questione, quindi, delle persone transgender si fa ancora più complessa in quanto, se la corporeità dell'individuo costituisce il criterio con cui si giudica una persona sessualmente differenziata e se tale criterio regola la riconoscibilità dell'umano di fronte agli altri e a sé stessi, laddove questo venga violato, come nel caso dell'esperienza transgender, la stessa riconoscibilità del proprio genere e della propria persona viene messa a repentaglio (Butler, 2007).

La sensazione è, quindi, che per le persone transessuali, nella misura in cui il sentirsi appartenenti ad un genere non viene riconosciuto dagli altri, si palesi l'impossibilità di giocare un

ruolo nella relazione con gli altri, e questa invalidazione molto facilmente può corrispondere alla transizione di colpa definita come "la consapevolezza della dislocazione del sé dalla struttura nucleare di ruolo" (Kelly, 1955, p. 391): una profonda dissonanza tra la propria immagine privata, ovvero quello che la persona crede di essere, e la sua immagine agita, ovvero quella riflessa nel suo modo di vivere.

Dal punto di vista della teoria dei costrutti personali la colpa è la consapevolezza di aver perso la propria struttura nucleare di ruolo. Una struttura nucleare è una qualsiasi struttura che venga considerata come un referente fondamentale per la vita stessa. Senza di essa una persona non ha alcuna linea guida per rimanere in vita. Nella misura in cui la struttura nucleare di una persona racchiude anche il suo ruolo, per come lo abbiamo definito, la persona è vulnerabile all'esperienza della colpa (Kelly, 2017).

Giocare un "ruolo" nella relazione con gli altri è possibile per Kelly nella misura in cui li comprendiamo; abbiamo, cioè, una conoscenza della loro conoscenza di sé e degli altri.

Rispetto alla natura dei costrutti, nella narrazione dell'esperienza transessuale, il costrutto di genere tende ad essere un "costrutto nucleare", uno di quelli che "governano i processi di mantenimento dell'individuo – ovvero, aiutano l'individuo a conservare la sua identità e la sua esistenza" (Kelly, 1955, p. 331, trad. it.).

Un altro elemento di comunanza rispetto all'esperienza transessuale è rintracciabile, spesso, in una costruzione dei ruoli di genere come "costellatori". Si tratta di costrutti che vengono utilizzati in un modo che implica necessariamente delle relazioni tra di essi, secondo una logica deduttiva del tipo "se... allora...": nel linguaggio comune quelli che chiameremmo stereotipi. Frequentemente capita che questi pazienti associno un genere a tutta una serie di caratteristiche: all'uomo costrutti che rimandano a rispetto, sicurezza, forza, e alla donna costrutti che hanno a che fare con gentilezza, originalità, possibilità di essere corteggiate e desiderate.

Ad ogni modo, ciò che è fondamentale considerare sono le implicazioni che queste persone intravedono nell'intraprendere un percorso di transizione. Molto spesso, infatti, questo ha a che fare con la possibilità di scegliere per sé l'alternativa che la persona immagina essere più significativa e coerente con il proprio sistema di costrutti, che possa dar senso alla propria esistenza, e in cui ci si possa sentire riconosciuti. Si parla, in questo caso, di "scelta elaborativa".

Confrontarmi con queste tematiche mi ha posto davanti alcune domande: "come arrivano queste persone a trovare maggiore senso nell'immaginarsi e identificarsi in un genere altro?", "è inevitabile vedere le cose in questo modo?", "è possibile pensare un'alternativa a questa scelta che a volte sembra così incontrovertibile?".

In generale le ipotesi delle Teorie Queer e della Teoria dei costrutti personali mi hanno permesso di partire da alcuni presupposti che ritengo mi abbiano aiutato ad avere una comprensione più ampia dell'esperienza transessuale e transgender.

Per entrambe le prospettive il genere è costruito, non è qualcosa di dato a priori o rintracciabile in modo oggettivo al di fuori della persona che ne fa esperienza. Questo si traduce, nella pratica, prima di tutto nell'accettazione della visione del paziente, che in Butler si traduce nel rispetto dell'altro nelle sue diversità e per Kelly (1955) "comporta non tanto l'approvazione della visione che il cliente ha di se stesso, quanto la prontezza ad utilizzare le modalità d'approccio del cliente: il suo sistema di assi, i suoi punti di riferimento, il suo modo di affrontare i problemi. Il terapeuta cerca di impiegare il sistema di costrutti del cliente, pur non rimanendone incapsulato" (p. 23).

Un'altra implicazione nella pratica clinica è che come terapeuta devo essere disposto a dubitare del mio punto di vista, devo partire dal presupposto che la mia visione del mondo è una delle tante possibili. "Tutte le percezioni attuali – afferma Kelly (1955) - sono aperte alla discussione e alla riconsiderazione e con tutta evidenza anche i più scontati eventi della vita quo-

tidiana potrebbero apparire totalmente trasformati se avessimo abbastanza creatività da costruirli in maniera diversa" (p. 1).

La concezione di Kelly è che la comprensione personale si sviluppa attraverso il nostro impegnarci attivamente, immaginativamente e praticamente in cicli dell'esperienza che ci richiedono di cambiare per prima cosa noi stessi (Chiari e Nuzzo, 1998).

Kelly invita più volte a "trascendere l'ovvio", ovvero a non limitarsi a tracciare una mappa dell'esperienza attuale del paziente, ma incoraggiarne una trasformazione presentandola con nuovi significati, per riconquistare la libertà dal dominio delle circostanze e ricostruire così la propria vita.

Questo vuol dire partire dal presupposto che la costruzione di sé e del mondo di molte persone transessuali, ossia identificarsi in un genere opposto al proprio, o nel caso delle persone transgender la possibilità di non costruire in modo stretto o non binario il ruolo di genere, è legittima; si tratta di capire come sia arrivato a vedere le cose in quel modo, cosa rende il suo sistema bloccato rispetto al fare esperienza, e se non ci siano modi alternativi per vedere le cose che possano favorire una ripresa del movimento.

La psicoterapia in ottica costruttivista ermeneutica, infatti, è volta a favorire una reinterpretazione degli aspetti centrali, nucleari, implicati nel disturbo, in particolare quelli che guidano le relazioni della persona con gli altri, così da permettere la riattivazione del movimento.

Di seguito riporto dei casi clinici che hanno fatto e fanno tutt'ora parte della mia esperienza con pazienti transessuali e in generale con esperienze che potremmo definire queer, come esemplificazioni delle ipotesi sino ad ora sviluppate.

Ho scelto di riportare dei casi che potessero considerare tre punti di vista diversi da cui guardare il tema finora trattato: l'esperienza di una persona transessuale, FtM; l'esperienza di una persona che potremmo identificare come *crossdresser*; e l'esperienza di chi sta accanto ad una persona che sceglie di iniziare un percorso di transizione.

Michele

Giulia è una ragazza di 27 anni, esile, capelli cortissimi, viso pulito, veste sportiva, androgina. Si presenta come una che ne ha passate tante: abusi sessuali in famiglia, assistenti sociali, periodi di affidamenti, ma soprattutto mi racconta che da un po' di anni si sta interrogando sulla sua identità di genere, e ora ha deciso di voler affrontare questa trasformazione. Si è sempre vista come un "maschiaccio", si definisce lesbica, ha sempre avuto relazioni con donne, e con loro le piace assumere un ruolo maschile.

Qui si apre la prima questione: cosa vuole dire per Giulia assumere un ruolo maschile? A lei piace giocare a calcio, fare la galante, proteggere la propria donna, rappresentare un punto di riferimento, essere rispettata dagli altri.

Mi chiedo come mai Giulia non possa considerare questi aspetti pur continuando a sentirsi a proprio agio in un genere femminile, e invece per lei è come se fossero incompatibili con il suo genere. Questo mi fa ipotizzare una costruzione prelativa e impermeabile dei ruoli di genere. Al contrario del genere maschile, il femminile ha a che fare con tutta una serie di caratteristiche che rimandano ad una persona che cerca protezione, che facilmente può essere sovrastata, debole.

Giulia sembra sapere molto bene come funziona l'iter per cambiare sesso, sente che per "convincere" non deve mostrarsi esitante, deve portare una serie di prove che possano condurre ad una diagnosi, ed inizia, in un tentativo ostile, un lungo elenco di tutte le volte in cui sin da bambina, a suo avviso, ha fatto cose da "maschio". Ha anche deciso il nome che vorrà, si chiamerà Michele.

In questa fase è stato fondamentale mantenere un atteggiamento curioso e un'accettazione non giudicante, di persona non interessata a scovare sintomi e segnali, ma interessata a conoscere il mondo attraverso i suoi occhi, a capire in che modo era arrivata a vedere le cose in quel modo e se fosse possibile guardarle in modo diverso.

Giulia, dopo i cinque colloqui previsti da Ireos (una comunità queer autogestita con sede a Firenze), ha deciso di continuare, privatamente, un percorso di psicoterapia con me, e tuttora continuiamo a vederci.

Durante i primi mesi Giulia ha sentito sempre meno l'urgenza di riportarmi dei dati che provassero la sua idoneità ad iniziare il percorso e, intravedendo la possibilità di dilatare su esperienze significative per lei, abbiamo parlato a lungo della sua esperienza con suo padre e con il suo datore di lavoro.

Mi racconta che quando era appena una ragazzina è stata abusata dal padre. Ne parla inizialmente con una freddezza lancinante; è orgogliosa di sé per averlo denunciato insieme alla madre. Mi parla anche del suo datore di lavoro: fa la barista in un bar di una piccola frazione, frequentato per lo più da uomini. In questo posto l'esperienza che Giulia fa da ormai dieci anni è quella di sentirsi continuamente molestata, denigrata per il suo orientamento sessuale (spesso infatti il suo datore di lavoro le propone di avere rapporti sessuali con lui per permetterle di "cambiare idea"), non rispettata.

Mi risulta più chiaro come mai Giulia sia arrivata a prendere in considerazione questa scelta: è come se dagli uomini non potesse aspettarsi nulla di buono se non violenza, e abbia visto nel cambio di genere l'unica possibilità per sottrarsi a questo infame "destino" e sentirsi finalmente rispettata e libera.

Di fronte a questa esperienza è come se per Giulia fosse stato preferibile scegliere di cambiare il proprio corpo, con tutte le implicazioni che questo comportava, piuttosto che rivedere il suo sistema di costrutti.

Dopo circa 4 mesi dall'inizio dei nostri incontri Giulia decide di rivolgersi al Centro di Careggi per iniziare il percorso di transizione, e dopo altri 4 mesi le danno il lasciapassare. Giulia sarebbe diventata Michele.

Di fronte a questa decisione il mio dubbio era se tutto questo facesse parte di una scelta ostile o di una scelta più elaborativa per lei; sentivo che non era disponibile a considerare in maniera diversa il suo sistema di costrutti, era troppo rischioso. Insieme, ma soprattutto io, siamo arrivate alla consapevolezza che quella di proseguire con il percorso di transizione era la scelta che le consentiva di dare più senso alla sua esperienza, una scelta elaborativa dunque.

Ora Giulia è diventata un ragazzo, si chiama Michele, ha iniziato la cura ormonale, ha smesso di vivere e lavorare in quel paesino, vive a Firenze con la sua compagna che lo accompagna assiduamente a tutti i controlli previsti a Careggi, e lavora come corriere.

Ciò su cui stiamo lavorando ora è cercare di rendere maggiormente anticipabile il suo cambiamento, favorendo delle discriminazioni tra i diversi uomini e le diverse donne che la circondano e rendendo più proposizionale la costruzione dei ruoli maschile e femminile.

Stefano

Guanti di pelle rossa, pantaloni attillati di pelle nera, stivali con il tacco, alti fino al ginocchio, cappello a falda larga che permetteva ugualmente di notare il vistoso trucco. Così si è presentato Stefano al nostro primo incontro.

Inizia dicendomi che a lui è sempre piaciuto vestirsi da donna, in modo anche abbastanza eccentrico. Lo fa da quando era ragazzo, anche se all'epoca lo faceva di nascosto; ora ha 58 anni. Stefano è sposato con una donna e hanno un figlio di diciotto anni. Mi racconta che per nessuno dei due il suo travestimento rappresenta un problema: si veste da donna anche quando è con loro, lo fa ovunque tranne che al lavoro.

Decide di rivolgersi ad Ireos perché sua madre si vergogna molto di lui e da qualche tempo gli ha *"fatto venire il dubbio che non senta effettivamente di essere una donna"*. Lo stesso Stefano si mostra molto dubbioso rispetto a questa eventualità, e nel primo nostro incontro mi confessa che forse non dovrebbe mostrare titubanza; allo stesso tempo sembra molto angosciato nella misura in cui sente che avrebbe potuto prendere la decisione di cambiare sesso molto tempo prima.

A questo punto è stato importante accogliere e legittimare ogni suo dubbio, inviando il messaggio che non era necessario che si mostrasse deciso né in una direzione né in un'altra, ma che potevamo parlare di quei dubbi e che, anzi, potevano darci l'opportunità di capire meglio.

Abbiamo cercato di capire come mai Stefano trovasse così senso nel vestirsi da donna, e mi racconta che ha sempre invidiato le donne perché "*oggetti di tante attenzioni e sguardi*"; da donna sente di poter giocare maggiormente con gli abiti, con gli accessori, di stupire gli altri; vede negli uomini, invece, una minore possibilità in questo senso, "*sono banali*".

Ci soffermiamo quindi sull'importanza che per Stefano ha l'essere notato, stupire, cercando di andare su costrutti più superordinati che a quel punto trascendevano la necessità di collocarsi sotto il polo del femminile o del maschile.

Riflettere su questi aspetti ha permesso a Stefano di comprendere maggiormente il senso delle sue scelte e gli ha permesso di avere una visione più ampia e ricca di significati rispetto a sé che non fosse riconducibile in modo stretto al genere, e abbiamo cercato di capire se non fosse possibile essere "visto" anche in altri modi e per altri aspetti di sé.

Gianna

Gianna arriva ad Ireos trafelata; è molto stanca, ma nonostante ciò ha molta voglia di parlarmi di quello che le sta accadendo.

Ha 52 anni e tante storie alle spalle: ha avuto un matrimonio con un uomo, finito male, una relazione molto lunga con una donna, e una relazione finita da poco con un'altra donna. È proprio di quest'ultima che vuole parlarmi. Sono state insieme per sei anni, hanno convissuto insieme con i rispettivi figli, e qualche giorno prima la sua compagna, Francesca, le ha comunicato di aver preso una decisione: vuole diventare un uomo, le dice che lo fa per loro.

Gianna è disperata, non riesce a comprendere come Francesca sia potuta arrivare a questa scelta, tanto che nel momento in cui glielo ha comunicato ha deciso di interrompere la relazione; quello che mi colpisce infatti di Gianna è la totale confusione e incredulità di fronte a questa esperienza.

Gianna mi dice di conoscere altre persone transessuali, persone in cui è evidente una forte sofferenza rispetto alla propria identità, che sentono un profondo disagio rispetto al proprio corpo; segnali, questi, totalmente assenti nella sua compagna.

Ma cosa voleva dire la sua ex compagna dicendole che lo avrebbe fatto per loro due? Proviamo quindi a ricostruire la loro relazione, cercando anche di comprendere il punto di vista di Francesca favorendo dei costrutti di ruolo.

Abbiamo cercato con fatica, insieme a Gianna, di ricostruire il processo attraverso cui Francesca aveva potuto prendere in considerazione questa possibilità. Mi descrive Francesca come una persona molto impulsiva, alla quale piace dominare, nei termini di percepirsi come una persona che decide e su cui gli altri contano. Quando si sono conosciute, Francesca veniva fuori da un matrimonio con un uomo che non le aveva concesso il divorzio.

Con Gianna abbiamo, quindi, cercato di comprendere la scelta di Francesca alla luce di questi elementi, ipotizzando che Francesca abbia visto il cambio di genere come unico modo per sentirsi riconosciuto quel ruolo di persona su cui poter contare e che domina, come se in qualità di donna non lo vedesse percorribile.

Gianna ora, seppur non condividendo la scelta di Francesca, sembra meno confusa ed è impegnata a comprendere come mai per lei non sia stato possibile continuare una relazione con una persona che ha scelto di intraprendere questo tipo di percorso; è disperata all'idea di non poter più vedere la stessa persona: "*mi ero innamorata di una donna, non di un uomo, ora quel viso non sarà più liscio ma ruvido*".

Abbiamo cercato di comprendere cosa le rende poco percorribile continuare una relazione e cosa invece le permette di starci più comoda. Trascendendo il tipo di scelta che Francesca ha fatto, comprendiamo che una dimensione più sovraordinata del malessere di Gianna è quella del sentire di non poter scegliere. Francesca ha deciso per entrambe.

A scuola per fare le differenze

Il mio confronto rispetto ai temi che ruotano attorno al genere e all'identità sessuale oltre che nella clinica si traduce anche nell'esperienza nelle scuole, all'interno di progetti proposti a ragazzi e ragazze volti a favorire una costruzione più proposizionale dei ruoli di genere e delle differenti identità sessuali al fine di prevenire le discriminazioni nei confronti di persone LGBT (lesbiche, gay, bisessuali, transessuali/transgender).

Il primo incontro prevede inizialmente il momento delle presentazioni: chiediamo ai ragazzi di dividersi in coppie e ciascuno presenta il proprio compagno. Questa modalità di presenta-

zione dà la possibilità a ciascuno di mettersi nei panni dell'altro, provando ad immaginare che cosa possa essere rilevante per l'altro in modo da sentirsi rappresentato, favorendo quindi costrutti di ruolo.

La prima attività che proponiamo è quella in cui, divisi in gruppi, ai ragazzi viene chiesto di formare un nuovo pianeta, scegliendo, tra alcuni personaggi dati di cui hanno pochissime informazioni, chi portare con sé e chi escludere. Tra i personaggi che vengono proposti ci sono un ex detenuto, un ragazzo africano, un atleta, un omosessuale.

L'omosessuale viene immaginato dai ragazzi e dalle ragazze sempre come un uomo, e raramente viene incluso perché non permette la conservazione della specie; il ragazzo africano viene immaginato spesso con abiti tradizionali e che non sa parlare in italiano, e per questo viene eliminato; l'atleta viene immaginato sempre come uomo; l'ex detenuto non viene mai incluso perché si dà per scontato che continuerà a delinquere. Solo una volta che ciascun gruppo avrà formato il proprio pianeta, scegliendo solo alcuni tra questi personaggi, vengono date ulteriori informazioni rispetto alle varie identità, ed è sempre molto divertente osservare le loro reazioni. Le informazioni che arrivano, infatti, vanno spesso a mettere in discussione le loro scelte.

Questa attività dà la possibilità di aumentare la consapevolezza rispetto a quanto sia facile costruire in modo costellatorio soprattutto alcune categorie e al tempo stesso permette di provare a pensarle in maniera più proposizionale.

Successivamente si passa a riflettere in modo più specifico sugli stereotipi di genere attraverso un *brainstorming*: invitiamo i ragazzi a riflettere su quali siano secondo loro le caratteristiche che un maschio e una femmina devono avere per essere riconosciuti come tali. Questa attività suscita spesso degli accesi dibattiti, ed è interessante osservare come sia i ragazzi che le ragazze si indignino rispetto ad alcuni stereotipi che vengono fuori, non sentendosi riconosciuti in essi: "*faccio danza da quando ero piccolo, ma mi sono sempre sentito maschio, si può essere maschi ed essere innamorati della danza*", dice Federico.

Quello del dibattito risulta un momento prezioso nella misura in cui permette a ciascuno dei ragazzi di prendere in considerazione il punto di vista dell'altro e di conoscersi anche sotto aspetti diversi. Tra le domande che spesso poniamo per favorire un dibattito ci sono: "Quando e come avete individuato quali erano le caratteristiche 'giuste' per essere maschi o femmine?", "Ritenete di rispondere allo stereotipo? In che modo?", "Cosa ritenete di non fare per rispondere allo stereotipo? Avete mai trasgredito? Se sì, come vi siete sentiti?". Domande, queste, che permettono ai ragazzi di dilatare sul loro modo personale di portare avanti il loro genere e di ampliare il significato ad esso attribuito.

Il secondo incontro inizia con un gioco in cui viene chiesto ai ragazzi di disporsi al centro della stanza e di rispondere ad alcune affermazioni che noi enunceremo, spostandosi da una parte (IO SI) o dall'altra (IO NO).

Questo gioco, che di solito suscita molto entusiasmo e in cui i ragazzi si sentono più liberi di rispondere dovendo usare solo il loro corpo, permette un momento di maggiore lassità rispetto ad altri momenti più strutturati. Affermazioni-tipo di questa attività sono "Mi sentirei libero a salire su un aereo pilotato da una donna", o "tutte le donne hanno l'istinto materno", o ancora "due maschi che si tengono per mano sono ridicoli". Attraverso questo gioco non solo emergono, ancora una volta, quali sono le loro costruzioni rispetto ai generi e rispetto alle diverse identità sessuali, ma si ha anche la possibilità di osservare precise dinamiche di gruppo. Spesso infatti capita, rispetto ad alcune domande, che qualcuno dei ragazzi rimanga da solo o comunque in un gruppo di minoranza, e questo permette in modo meno minaccioso di riflettere su cosa si prova quando ci si sente esclusi, su cosa si prova invece nel far parte di un gruppo che si percepisce forte e coeso, quanto spesso sia difficile esprimere la propria opinione, e che implicazioni può avere fare qualcosa di diverso rispetto al proprio gruppo.

Il terzo incontro entra un po' più nel merito delle identità sessuali. Inizialmente c'è un momento più strutturato in cui vengono spiegate le diverse componenti dell'identità sessuale e tutte le diverse sfumature che queste possono assumere, ed è evidente quanto vi sia una costruzione costellatoria anche rispetto a queste tematiche. Spesso il ragazzo gay viene identificato con qualcosa di femminile, quindi destinato a fare, ad esempio, lavori "da femmina", e al contrario nella ragazza lesbica è insito qualcosa di maschile; nelle coppie omosessuali viene fatta una rigida distinzione, che si rifà al modello eterosessuale, per cui un membro della coppia assume un ruolo maschile e l'altro un ruolo femminile; la persona transessuale di solito viene associata al mondo della prostituzione, e così via. Cerchiamo quindi, attraverso una discussione guidata, di ampliare i significati attribuiti a certe scelte e a certe identità.

Segue un gioco, "la corsa ad ostacoli", in cui a ciascun ragazzo viene associato un personaggio che dovrà impersonare durante l'attività. Sono tutti personaggi che differiscono per età, genere, orientamento sessuale, identità di genere, nazionalità, professione, ed è importante che uno stesso personaggio sia interpretato da due/tre partecipanti così da poter osservare modi diversi di leggere le stesse caratteristiche. Il gruppo si dispone sulla linea di partenza, e chi conduce il gioco comincia a prospettare delle situazioni di vita quotidiana, professionale, sociale. Si muoveranno in avanti (seguendo degli step precedentemente indicati) solo i ragazzi che, sulla base di come percepiranno il loro personaggio, sentiranno di poter avanzare, mentre chi percepirà alcune situazioni come poco percorribili per il proprio personaggio si fermerà.

Questa attività permette a ciascun ragazzo di immergersi nel mondo di una persona diversa da sé, di provare ad immaginare cosa farebbe quella persona in quella determinata situazione, come si sentirebbe, favorendo quindi dei costrutti di ruolo. Non solo: la presenza degli stessi personaggi ma interpretati da "attori" diversi dà la possibilità di considerare modi diversi di costruire una stessa persona o situazione.

Il quarto incontro inizia con la visione di un video in cui viene proposto un cambio di prospettiva rispetto alla discriminazione nei confronti delle persone omosessuali. Si tratta, infatti, di un video in cui viene raccontata la storia di una ragazzina, figlia di una coppia lesbica, che vive in un mondo e in un'epoca in cui è contemplata solo l'omosessualità. Un giorno si scopre innamorata di un suo compagno di classe e tutti iniziano a prenderla in giro e ad escluderla; anche le mamme si dimostreranno tutt'altro che comprensive rispetto a questa sua scelta. Questo video, seppur in modo estremo, permette ai ragazzi di prendere in considerazione un altro punto di vista, di ribaltare la questione delle discriminazioni, provando a pensare per un attimo di immaginarsi in un mondo in cui l'orientamento eterosessuale non sia più dato per scontato ma anzi discriminato.

Infine, l'incontro si conclude con la testimonianza diretta di volontari e volontarie gay e lesbiche dell'Associazione, a cui i ragazzi possono rivolgere qualsiasi domanda. Questo momento è sicuramente quello emotivamente più intenso. Spesso alcuni ragazzi non sanno come immaginarsi un ragazzo gay o una ragazza lesbica se non facendo ricorso alle immagini da "macchietta" che di frequente propongono i media, e le esperienze personali dei volontari di Ireos rappresentano delle alternative rispetto a quell'unico modello che molti hanno in mente, rendendo, quindi, la costruzione delle identità lesbiche e gay meno strette e più proposizionali.

Conclusioni

Rileggere la Teoria Queer alla luce della Teoria di Kelly mi ha permesso ancora di più di considerare in modo aperto e proposizionale tutte le sfaccettature del genere e delle identità sessuali. Non solo, nella pratica psicoterapeutica mi ha permesso di considerare che anche le cose che potevano sembrarmi più incontrovertibili, come la volontà di cambiare sesso, non sono inesorabili.

Da qui deriva il cambio di prospettiva consistente nel considerare ciò che all'inizio sembrava anche a me un destino prescritto come una scelta, un modo, quindi, da parte della persona, di scegliere l'alternativa che fornisse la base migliore per anticipare gli eventi.

Questo mi ha permesso di pormi domande diverse, di vedere possibilità altre per quella persona, che a volte sono risultate utili per rivedere e ampliare il sistema di costrutti; altre volte, invece, quello di cambiare sesso o di non volersi collocare necessariamente in un polo o l'altro del costrutto di genere si è rivelata la scelta più elaborativa che permetteva di dare maggior senso alla loro esperienza.

Ad ogni modo la Teoria dei costrutti personali è una teoria che incoraggia la preparazione ai cambiamenti personali, al fare esperienza in modo creativo, e nel favorire questo inevitabilmente sono cambiata anche io.

Mi piace finire questo articolo con una frase di Kelly:

> Quello che sto dicendo è che non conta tanto ciò che l'uomo è, quanto ciò che rischia di fare per se stesso. Per fare il salto deve fare molto più che aprirsi; deve rischiare un certo grado di confusione. Poi, appena riesce ad intravedere un diverso tipo di vita, deve trovare il modo di superare il momento paralizzante di paura, perché questo è il momento in cui si domanda chi è veramente: se è quello che era appena stato o se è quello che sta per essere" (Kelly, 1969, p. 158).

Riferimenti bibliografici

Arfini, E. A., e Lo Iacono, C. (2011). *Canone inverso*: *Antologia di teoria queer.* Pisa: Edizioni ETS.

Ariano, R. (2012). Foucault e la storia critica del pensiero. *Giornale critico di Storia delle Idee*, *8*, 27-49.

Armezzani, M., e Chiari, G. (2015). Idee per una interpretazione ed una elaborazione fenomenologica della teoria dei costrutti personali. Parte 3°. Clinica, psicoterapia, ricerca. *Costruttivismi*, *2*, 38-57. doi: 10.23826/2015.01.038.057

Austin, J. L. (1962). *How to do things with words*. Oxford: Oxford University Press. (trad. it. *Come fare cose con le parole*. Genova, Marietti, 1987)

Bannister, D., & Fransella, F. (1971). *Inquiring man: The psychology of personal constructs*. Harmondsworth, England: Penguing Books. (trad. it. *L'uomo ricercatore*. Firenze, Martinelli, 1986)

Bernini, L. (2012). L'estasi dell'alterità. *Fogli Campostrini*, *3* (3).

Butler, J. (1990). *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. London, England: Routledge.

Butler, J. (1996). *Corpi che contano: i limiti discorsivi del "sesso"*. Milano: Feltrinelli.

Butler, J. (2004). *Scambi di genere. Identità, sesso e desiderio*. Milano: R.C.S. Libri.

Butler, J. (2006). *Critica della violenza etica*. Milano: Feltrinelli.

Butler, J. (2007). *La disfatta del genere*. Roma: Meltemi.

Butler, J. (2013). *Vite precarie. I poteri del lutto e della violenza*. Milano: Postmediabooks.

Butler, J. (2014). *Fare e disfare il genere*. Milano: Mimesis.

Butt, T. (2004). Understanding, explanation, and personal constructs. *Personal Construct Theory & Practice*, *1*, 21-27. Disponibile in www.pcpnet.org/journal/pctp04/butt04.pdf

Campo, A. (2008/2009). *Il perché del riconoscimento: letture incrociate di Axel Honneth, Judith Butler e Jessica Benjamin*. Tesi di laurea, Facoltà di Lettere e Filosofia, Università degli Studi "Roma Tre". Disponibile in https://www.academia.edu/13796021/Il_perché

_del_riconoscimento_letture_incrociate_di_Axel_Honneth_Judith_Butler_e_Jessica_Benjamin.
Cavarero, A., Restaino F. (2002). *Le filosofie femministe*. Milano: Mondadori.
Chiari, G. (2016a). *Il costruttivismo in psicologia e in psicoterapia. Il caleidoscopio della conoscenza*. Milano: Raffaello Cortina.
Chiari, G. (2016b). La psicoterapia costruttivista ermeneutica: un'elaborazione in chiave narrativa delle idee di George A. Kelly. *Costruttivismi*, *3*, 14-39.
Chiari, G. (2016c). A narrative hermeneutic approach to personal construct psychotherapy. In D. Winter & N. Reed (Eds.), The Wiley handbook of personal construct psychology (pp. 241- 253). London, England: Wiley-Blackwell.
Chiari, G. (2017). Recent advances in personal construct psychotherapy. *Personal Construct Theory & Practice*, *14*, 15-24. Retrieved from http://www.pcp-net.org/journal/pctp17/chiari17.pdf
Chiari, G., & Nuzzo, M. L. (1996). Psychological constructivisms: A metatheoretical differentiation. *Journal of Constructivist Psychology*, *9*, 163-184.
Chiari, G., & Nuzzo, M. L. (a cura di). (1998). *Con gli occhi dell'altro. Il ruolo della comprensione empatica in psicologia e in psicoterapia costruttivista*. Padova: Unipress.
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, England: Routledge.
Cometa, M. (2004). *Dizionario degli studi culturali*. Roma: Meltemi.
Connell, R. W. (2006). *Questioni di genere*. Bologna: Il Mulino.
de Beauvoir, S. (1949). *Le deuxième sexe*. Paris, France: Gallimard. (trad it. *Il secondo sesso*. Milano, il Saggiatore, 2016).
Demaria, C. (2008). Genere e soggetti sessuati. Le rappresentazioni del femminile (pp. 147-186). In C. Demaria e S. Nergaard (a cura di), *Studi culturali. Temi e prospettive a confronto*. Milano: McGraw-Hill.
Fazio, I. (a cura di). (2013). *Genere, politica, storia*. Roma: Viella.
Foucault, M. (1976). *Storia della sessualità. La volontà di sapere*. Milano, Feltrinelli.
Fransella, F., & Dalton, P. (2000). *Personal construct counselling in action*. London, England: Sage.
Gadamer, H. G. (1960). *Wahrheit und Methode*. Tübingen, Germany: J. C. B. Mohr. (trad. it. *Verità e metodo*. Milano: Bompiani, 1983)
Ghisu, S., e Tagliapietra, A. (a cura di). (2013). Alterità, alienazione e immedesimazione. *Giornale Critico di Storia delle Idee* (No. 9). Ipoc Press.
Hirschfeld, M. (1910). *Die transvestiten. Eine untersuchung über den erotischen verkleidungstrieb mit umfangreichem casuistischen und historischen material*. Berlin, Germany: Pulvermacher.
Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs*, Vol. I-II. New York, NY: Norton.
Kelly, G. A. (1969). The language of hypotheses: Man's psychological instrument. In B. A. Maher (Ed.), *Clinical psychology and personality: The selected papers of George Kelly* (pp. 147-162). New York: Wiley. (Original work written 1964)
Kelly, G. A. (2017). Una breve introduzione alla teoria dei costrutti personali. *Costruttivismi*, *4*, 26-49.
Luxuria, V. (2006, 24 aprile). Piccolo saggio transgender. *Liberazione*.
Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Paris, France: Gallimard. (trad it. *Fenomenologia della percezione*. Milano: Bompiani, 2009)

Money, J. (1955). Hermaphroditism, gender and precocity in hyperadrenocorticism: psychologic findings. *Bulletin of the Johns Hopkins Hospital*, *96*(6), 253.
Piccone Stella, S., e Saraceno, C. (a cura di) (1996). *Genere. La costruzione sociale del maschile e del femminile*. Bologna. Il Mulino
Rubin, G. (1975). The traffic in women: Notes on the 'Political Economy' of sex (pp. 23-65). In R. Reiter (Ed.), *Toward an anthropology of women.* New York, NY: Monthly Review Press.
Ruspini, E. (2009). *Le identità di genere (2a versione aggiornata)*. Roma: Carocci.
Ruspini, E., e Inghilleri, M. (a cura di). (2008). *Transessualità e scienze sociali. Identità di genere nella postmodernità*. Napoli: Liguori.
Scott, J. W. (2013). Il "genere": un'utile categoria di analisi storica. In I. Fazio (a cura di), *Genere, politica, storia*. Roma: Viella.
von Foerster, H. (1987). *Sistemi che osservano*. Roma: Astrolabio-Ubaldini
von Glasersfeld, E. (1984). An introduction to radical constructivism. In P. Watzlawick (Ed.), *The invented reality: How do we know what we believe we know? Contributions to constructivism* (pp. 17-40). New York, NY: Norton. (trad. it. Introduzione al costruttivismo radicale. In P. Watzlawick (a cura di), *La realtà inventata*. Milano: Feltrinelli, 1988)
von Glasersfeld, E. (1994). La costruzione della conoscenza. *Scienze dell'interazione*, *1*, 5-13.
Walker, B. M., & Winter, D. A. (2007). The elaboration of personal construct psychology. *Annual Review of Psychology*, *58*, 453-477.

L'Autrice

Roberta Cuppone è Psicologa, Psicoterapeuta, specializzata presso il CESIPc di Firenze con orientamento narrativo-ermeneutico. Svolge attività in ambito clinico come libera professionista a Firenze. Collabora con l'Associazione Lgbt Ireos di Firenze in cui è responsabile dei progetti educativi e del consultorio psicologico. Cofondatrice dell'Associazione Alterhub, in cui svolge attività formative e di consulenze psicologiche sui temi dell'affettività e della sessualità nella disabilità e nell'adolescenza.
Email: roberta.cup@gmail.com

Citazione (APA)

Cuppone, R. (2019). Corpi che contano. Idee per un'interpretazione in chiave costruttivista ermeneutica della Teoria Queer. *Costruttivismi*, *6*, 18-41. doi: 10.23826/2019.01.018.041

Costruttivismi, 6: 42-53, 2019
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2465-2083
DOI: 10.23826/2019.01.042.053

Al di là del sintomo: un'esperienza di applicazione del modello costruttivista intersoggettivo nel lavoro con adolescenti con Disturbi della Condotta Alimentare, all'interno di un contesto di equipe multidisciplinare ospedaliero

Beyond the symptom: The application of the constructivist-intersubjective model with hospitalized adolescents affected by eating disorders, assisted with a multidisciplinary team approach

Valeria Costanzo

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Costruttivista, CESIPc, Firenze

Sommario. La psicoterapia ad orientamento costruttivista intersoggettivo considera il sintomo come funzionale a mantenere uno stato di equilibrio del "sistema individuo" di fronte ad una minaccia esterna percepita come eccessivamente disgregante per aspetti identitari nucleari. Nei pazienti affetti da disturbo della condotta alimentare ricoverati in regime semi-residenziale, l'eliminazione del sintomo diventa invece il primo bersaglio del processo di cura e tale modalità porta ad innescare, oltre la resistenza all'aderenza delle prescrizioni, un senso di angoscia e di smarrimento identitario. Questo contributo si propone di offrire una riflessione sulla possibilità di integrare il processo standard di presa in carico ospedaliera con un intervento di psicoterapia ad orientamento costruttivista intersoggettivo, che guardi al sintomo come parte integrante della persona e che restituisca al paziente un ruolo centrale ed attivo nel suo processo di cambiamento.
Parole chiave: Disturbi della condotta alimentare, orientamento costruttivista intersoggettivo, adolescenza, funzionalità del sintomo

Abstract. The constructivist-oriented psychotherapy considers the symptom as functional to maintain a state of equilibrium of the "individual system" in those situations in which an external threat is perceived as excessively disruptive for the nuclear identity. On the contrary, in patients suffering from eating disorders who are hospitalized, the first target of the treatment is considered the elimination of the symptom. This modality may trigger a sense of anxiety and loss of identity, as well as a refusal to adhere to the standard medical and eating prescriptions. This contribution aims to offer a reflection on the possibility to integrate a constructivist intersubjective psychotherapy in the context of the standard procedures of hospitalization, aimed at focusing on the symptom as an integral part of the person, in order to provide the patient with a central and active role for his/her process of change.
Keywords: Eating disorders, constructivist intersubjective psychotherapy, adolescence, function of the symptom

Ricevuto l'11 giugno 2019; accettato il 9 dicembre 2019.
www.aippc.it/costruttivismi

Introduzione

Il lavoro all'interno di un contesto ospedaliero impone alcune prassi che comprendono l'uso dei criteri tassonomici dei disturbi mentali per descrivere la sofferenza psichica. Secondo questi criteri, il sintomo rappresenta un'alterazione del benessere psicologico che inficia il funzionamento della persona in tutti i suoi contesi di vita. Nel caso specifico dei Disturbi della Condotta Alimentare in adolescenza (come in età adulta), la classificazione categoriale dell'insieme dei sintomi rappresenta, in questi contesti di cura, un iter necessario al fine di assicurare la tempestiva presa in carico della persona in una fase acuta.

Ma, in ottica costruttivista intersoggettiva, la sostituzione del termine "sintomo" con quello di "scompenso" permette la ridefinizione dello stesso disagio psicologico in termini di "funzione per la persona", con ricadute differenti sulle modalità di intervento clinico (Cionini & Ranfagni, 2011). La funzionalità del sintomo è tale nella misura in cui rappresenta "la modalità migliore" che la persona ha saputo trovare per mantenere integro il proprio equilibrio sistemico e la propria identità personale, di fronte ad una minaccia percepita come eccessivamente invalidante. Questa modalità di intendere la sofferenza psichica, oltre a portare al superamento del concetto di sano/malato definito secondo criteri oggettivi/esterni, restituisce un senso di dignità alla persona, che non è più un soggetto passivo che riceve cure ma che diventa il protagonista attivo del suo cambiamento, in quanto unico detentore del significato sottostante a quello che Kelly (1955) definisce come "blocco delle capacità di movimento del sistema".

Quindi, queste due prospettive appena descritte appaiono apparentemente inconciliabili, in quanto caratterizzate da un approccio alla sofferenza psichica diametralmente opposto e antitetico.

L'idea di questo contributo nasce da alcune riflessioni fatte in seguito ad una esperienza professionale svolta all'interno di un reparto di neuropsichiatria infantile per adolescenti con Disturbi della Condotta Alimentare. È possibile la coesistenza, all'interno di un contesto di cura, di queste due modalità contrapposte di intendere e di approcciarsi al sintomo e alla sofferenza psichica? Dati i tempi relativamente ridotti di degenza dei pazienti all'interno dell'ambito ospedaliero, che possono non rendere possibile un cambiamento profondo del proprio modo stare in relazione con il mondo, è possibile tuttavia re-innescare un processo di movimento del sistema persona?

In questo contributo verrà descritto un tentativo di applicazione del modello costruttivista intersoggettivo con adolescenti con Disturbi della Condotta Alimentare, all'interno di un contesto ospedaliero semi-residenziale: presa in carico che parte da una diversa concettualizzazione del sintomo, attraverso il processo ricorsivo di comprensione-spiegazione del paziente (Cionini & Provvedi, 2003), processo che permette di cogliere le caratteristiche strutturali e funzionali del "sistema paziente" connettendole con il suo problema e restituendo quindi l'unicità della persona, al di là della diagnosi descrittiva.

La mia esperienza professionale all'interno del reparto di neuropsichiatria infantile per adolescenti con Disturbo della Condotta Alimentare e, in particolare, adolescenti con Anoressia Nervosa, si è svolto nell'arco temporale di due anni: in quel periodo mi sono occupata di svolgere sedute settimanali di terapia (della durata di circa un'ora) con alcuni pazienti che frequentavano il reparto in regime di Day-Hospital o di ricovero, e mi sono occupata di svolgere un gruppo terapeutico a cadenza settimanale, della durata di circa due ore, sempre con pazienti in regime di Day-Hospital o ricovero. L'obiettivo del mio intervento è stato quello di offrire uno spazio, sia individuale che di gruppo, che ho definito "libero dal sintomo", in cui i pazienti potessero affrontare diverse tematiche da loro scelte, partendo da episodi di vita quotidiana o da riflessioni scaturite in seguito alle esperienze fatte con gli altri colleghi, e in cui i pazienti venivano aiutati ad entrare in contatto con le loro sensazioni e i loro vissuti scaturiti dalla loro

esperienza in prima persona, con l'obiettivo di restituire loro un'esperienza di loro stessi anche al di fuori del sintomo e di tutto ciò che al sintomo era collegato.

Il Disturbo della Condotta Alimentare: un'ipotesi esplicativa sul ruolo dell'adolescenza e dei relativi cambiamenti come elementi di eccessiva minaccia

Il sistema persona, così come gli altri sistemi viventi, attraversa sin dalla nascita momenti di trasformazione e cambiamento sia a livello fisico che mentale. È il sistema stesso che definisce i gradi di libertà delle proprie possibilità trasformative: ogni cambiamento, prima che si verifichi, viene "*adombrato*" dal sistema e valutato nei termini delle sue potenzialità disgreganti rispetto all'immagine di sé (Cionini, 2013). Tale "immagine di sé", che è considerato come un processo in continua evoluzione e trasformazione della nascita, emerge primariamente dalle precoci interazioni tra il neonato e le figure di attaccamento. L*'infant research* di Daniel Stern (1985) e le ricerche dell'*infant observation* (The Boston Change Process Study Group, 2010) hanno mostrato come, tramite i processi di sintonizzazione affettiva tra neonato e *caregiver*, le sensazioni e le percezioni del neonato acquisiscono un significato e vengono organizzati in maniera coerente come parti del sé.

La relazione di attaccamento con il *caregiver* si costituisce quindi come un bisogno primario proprio perché, tramite una relazione primaria relativamente stabile e coesa, riusciamo a sviluppare un sentimento di noi stessi altrettanto stabile e coeso (Lambruschi, 2004): il grado di maggiore o minore sintonizzazione affettiva del *caregiver* nei confronti del bambino, costituirà la matrice dalla quale il bambino stesso inizierà ad estrapolare alcune invarianti relative al proprio senso di sé.

"Così come impariamo a riconoscere noi stessi in uno specchio, il bambino diventa consapevole di sé stesso vedendo il suo riflesso nello specchio costituito dalla coscienza che le altre persone hanno di lui" (Popper & Eccles, 1982). Ho scelto questa frase di Popper, perché il tema dello specchio è metaforicamente centrale nei pazienti affetti da Disturbi della Condotta Alimentare (DCA): sia lo specchio fisico, che viene ossessivamente ricercato come continua conferma circa la propria immagine esteriore, sia lo specchio relazionale, ovvero ciò che di me mi rimanda l'altro, rispecchiamento che viene continuamente richiesto al fine di ricevere un senso di esserci. L'immagine del riflesso dello specchio ci fornisce inoltre la visione intersoggettiva della formazione del sé e l'importanza fondamentale del rispecchiamento intersoggettivo con l'altro per la continua costruzione di senso dalla nascita fino all'età adulta.

I DCA vengono descritti come una condizione clinica che generalmente esordisce in adolescenza. Tuttavia, i risultati di una serie di studi effettuati da Chatoor et al. (1988) evidenziano la presenza di disturbi alimentari già in bambini preverbali, mettendo in luce come questi non ricevessero la soddisfazione dei loro bisogni e la comprensione dei loro sentimenti, espressi con il pianto, all'interno della relazione intersoggettiva con i loro *caregiver*. Questi genitori non sembravano essere in grado di cogliere i segnali emotivi dei loro bambini e di rispondervi in maniera sincrona; le loro risposte contingenti apparivano quindi incongruenti rispetto ai bisogni dei loro bambini. Quando i genitori iniziavano invece a riconoscere e a rispondere in maniera congruente ai vari segnali di desiderio di contatto, di gioco, di rassicurazione o altri ancora, i bambini mostravano gradualmente una remissione della sintomatologia alimentare (Chatoor & Egan, 1983; Chatoor et al., 1985).

Nei bambini a rischio di sviluppare un DCA[1], sembra quindi essere mancata precocemente, in maniera più o meno sistematica a seconda della storia di vita, la sintonizzazione affettiva con il *caregiver*: le risposte genitoriali vengono avvertite come discrepanti rispetto ai propri stati emotivi, e questo genera confusione nel riconoscimento delle proprie emozioni così come una difficoltà nel regolarle. Nelle traiettorie di sviluppo in cui si struttura un DCA, tale confusione degli stati interni porta il bambino a non riuscire a discriminare tra bisogno fisiologico e bisogno emotivo e, allo stesso tempo, porta il bambino ad utilizzare strategie simili per affrontare sia l'esperienza emotiva interpersonale che le sensazioni legate ai bisogni corporei; ne consegue che, in maniera differente a seconda della storia personale del paziente e della natura del legame di attaccamento con il *caregiver* primario, la regolazione del cibo diventa una modalità di regolazione di uno stato emotivo, che non viene riconosciuto come tale ma accomunato/ confuso con altri stati emotivi o fisiologici.

L'assenza di sintonizzazione affettiva con il *caregiver* primario porta il bambino ad avere un difetto negli strumenti che permettono una lettura stabile e coerente di sé, sé-con-l'altro, sé nel mondo, indipendentemente dai bisogni fisiologici. In aggiunta, senza sintonizzazione affettiva ciò che viene dal bambino viene poco riconosciuto, differenziato, e gradualmente dissociato, messo in ombra, andando a costituirsi come un aspetto non-me. Citando Bromberg:

> Il Sé nucleare dell'individuo — il Sé modellato dai primi pattern di attaccamento — è definito sia dal modo in cui i primi oggetti genitoriali lo percepiscono sia da quello che gli negano di essere. Vale a dire, rapportandosi al bambino come se fosse "questo e quell'altro" e ignorando altri aspetti di lui come se non esistessero, i genitori "disconfermano" l'esistenza relazionale di quegli aspetti del Sé del bambino che dissociano percettivamente» (Bromberg, 2011, p. 58).

Come conseguenza di ciò, aumenterà nel bambino la confusione nel definire un sentimento e nell'imparare a modularlo (Blanco *et al*., 2000; Bara, 2006), con delle ricadute sul processo di costruzione dell'identità e sull'attribuzione dei significati alla propria esperienza. Data l'assenza di sintonia reciproca nella relazione madre-bambino, quest'ultimo potrà imparare gradualmente a reprimere i propri stati emotivi e le proprie sensazioni, poiché esse possono generare nel *caregiver* risposte incongruenti. Di contro, potrà iniziare ad esibire pattern di comportamenti tesi all'adattamento del proprio comportamento alle richieste dei familiari, atteggiamento che contribuisce ad ostacolare lo sviluppo dei processi di differenziazione somato-psicologica, necessari a distinguere la varietà delle sensazioni somatiche (quali fame, sazietà o stanchezza) dagli stati emozionali (quali rabbia, frustrazione o il bisogno d'affetto) (Blanco *et al*., 2000).

Le madri dei bambini a rischio di sviluppare un DCA sembrano incapaci di modularsi sullo stato interno del bambino; ne consegue che, poiché il bambino stesso e le sue manifestazioni creano incertezza nel rapporto di reciprocità, un comportamento intrusivo, volto a ridefinire costantemente le emozioni del figlio, sembra la strategia di accudimento che queste madri riescono meglio a svolgere. Il bambino quindi, cresce intrappolato in un senso d'invischiamento che ostacola il riconoscimento e l'espressione dei suoi stati emotivi, oltre al senso di essere

[1] Parlo volontariamente di "rischio di sviluppare un DCA" per rendere l'idea di come alcuni elementi delle relazioni primarie dei pazienti con DCA possano avere delle similitudini, ma senza necessariamente arrivare alla conclusione che una tipologia così descritta di relazione primaria porti in maniera deterministica a sviluppare una sintomatologia alimentare, che per ogni singolo paziente assume significati e valenze diverse in base alla storia personale.

separato. Alla luce di quest'ultima affermazione, non stupisce come la sintomatologia emerga solitamente in adolescenza, ovvero in un periodo evolutivo in cui si innesca un processo di separazione dal genitore in vista di una ridefinizione del sé, in senso ampliato e integrato con altre dimensioni appartenenti all'età adulta, quali la sessualità, l'indipendenza, la responsabilità.

Oltre ai cambiamenti fisici, l'adolescenza porta con sé tutta una serie di modificazioni psicologiche e relazionali. La famiglia, chiamata in causa durante l'infanzia per fornire vicinanza e accudimento, in questa fase evolutiva rappresenta l'elemento dal quale allontanarsi, differenziarsi, in vista di sviluppare una propria personalità. In tal senso la famiglia, in questo momento, dovrebbe rivestire principalmente il ruolo di contenimento (Bara, 2006). Ne consegue che un genitore che prende le distanze dal processo di separazione del figlio (diventando troppo permissivo) o si irrigidisce dietro regole rigide e proibizionismo, non aiuterà l'adolescente ad integrare nella sua identità i nuovi elementi dell'identità adulta. Un ruolo parimenti significativo è svolto dal gruppo dei pari che funge da bacino entro cui confrontarsi con altri modelli di comportamento e di pensiero.

Sulla base delle esperienze relazionali primarie, i nuovi contesti che un adolescente a rischio di sviluppare un DCA inizia a sperimentare, possono configurarsi come fonte di eccessiva minaccia: il cambiamento scolastico (ad esempio il passaggio medie-superiori), segna spesso un cambiamento dei gruppi di appartenenza, dei docenti, nuove aspettative genitoriali e il cambiamento delle figure di riferimento. Un adolescente con tali caratteristiche può arrivare a sentire amplificate queste pressioni esterne e può sentire come eccessivamente disgregante la moltitudine di nuovi modelli esterni ai quali aderire, con un'amplificata sensazione di inadeguatezza data dall'incapacità di soddisfare tali "modelli esterni". Tali sensazioni pervasive riguardanti il Sé, vengono perciò modulate tramite la modificazione dell'immagine corporea, con una spinta alla ricerca ossessiva della perfezione e di una immagine sia esteriore ma anche intellettualmente perfetta. Pur volendo porre l'enfasi sulla dimensione intrapsichica dell'individuo, è opportuno anche riflettere sul contesto sociale in cui vivono attualmente gli adolescenti, per comprendere come la proposta di determinati modelli di essere possa amplificare e slatentizzare una fragilità emotivo-relazionale caratteristica degli individui che si avviano a sviluppare un DCA. A causa dell'utilizzo spropositato dei social-network, la propria immagine, i propri pensieri, le proprie relazioni, vengono rese pubbliche, fruibili, giudicabili: la continua esposizione mediatica e il feedback positivo/negativo che ne deriva, diventa una delle prime "relazioni", se non l'unica, che gli adolescenti iniziano ad avere con i loro pari. Il continuo processo ricorsivo tra pubblicizzazione dell'immagine di sé e approvazione/rifiuto di tale immagine diventa la modalità con cui gli adolescenti costruiscono la propria identità; ne deriva, citando Galimberti (2010), che "*molti giovani scambiano la loro identità con la pubblicità dell'immagine, e così facendo, si producono in quella metamorfosi dell'individuo che non cerca più sé stesso ma la pubblicità che lo costruisce*". Di conseguenza, una pubblicità funziona al meglio nella misura in cui incontra i gusti dei più: attualmente per un adolescente, raggiungere il consenso della moltitudine significa mostrare un corpo i cui canoni di bellezza sono definiti da una magrezza estrema, ma allo stesso tempo significa mostrare un atteggiamento di sicurezza personale e piena padronanza di sé e dei propri obiettivi. Un modello di individuo fisicamente e intellettualmente perfetto, in cui non c'è spazio né per l'imperfezione fisica ma neppure per la fragilità emotiva. Di fronte a tali modelli ai quali gli adolescenti possono venire esposti, le reazioni personali possono essere molteplici: dalla chiusura e dall'evitamento relazionale dovuto alla frustrazione di non riuscire a raggiungere quegli standard, all'approccio di *agonismo compulsivo*, che spesso si può ritrovare negli adolescenti con DCA, in cui il raggiungimento di quel modello viene quotidianamente perseguito in maniera ossessiva.

Quindi, il sintomo alimentare rappresenta talvolta l'unica modalità possibile per stabilizzare un'identità che si definisce esclusivamente attraverso riferimenti esterni. Allo stesso tempo, il cibo e il corpo diventano gli unici elementi sui quale si ha la percezione di poter esercitare un controllo, gli unici strumenti con i quali si riesce a dare ordine al caos e che permettono di mantenere un senso di padronanza di sé (Cionini, 2013).

L'altra fonte di minaccia in adolescenza è costituita dalla formazione di nuovi legami affettivi. Secondo Bowlby (1990) il contesto stesso della formazione e dell'interruzione dei legami affettivi rappresenta un ambito sensibile nel quale è più facile che si verifichino fluttuazione e scompensi emotivi, in quanto si tratta di un ambito in cui vengono riattivati schemi precoci di relazione con l'altro. Nell'adolescente con DCA, sia la costituzione di un legame affettivo che la sua rottura, innescano oscillazione critiche nel senso dell'identità personale, in quanto la sensazione di essere visto e di sentirsi amabile torna a dipendere da quanto rimanda l'altro. Il partner diventa quindi necessario per sentire sé stessi e la vicinanza viene così attivamente ricercata tramite comportamenti di estrema adesione all'altro. Impegnarsi affettivamente diventa quindi sinonimo di definirsi, sentirsi. Ne deriva che il rifiuto da parte dell'altro o la fine di una relazione può rappresentare un'esperienza scompensate in quanto minaccia il senso stesso di *esserci*.

Vincoli e possibilità dell'applicazione del modello costruttivista intersoggettivo in ambito semi-residenziale e all'interno di un contesto di equipe multidisciplinare

Per comprendere quali possano essere i vincoli e le possibilità dell'applicazione del modello costruttivista intersoggettivo all'interno di un contesto ospedaliero, è necessario presentare brevemente la modalità di lavoro usata all'interno della sezione per i Disturbi della Condotta Alimentare dell'IRCCS Fondazione Stella Maris, struttura dove ho svolto l'esperienza oggetto di questo contributo, iniziata nel 2014 e attualmente in corso.

La sezione per i DCA è costituita da un'equipe multidisciplinare che lavora quotidianamente sia con i pazienti in regime di ricovero che con quelle in regime di Day Hospital. La psicoterapia viene offerta ai pazienti che vengono dimesse dal ricovero ma che continuano a frequentare la struttura in regime di Day-Hospital. L'equipe multidisciplinare ha un'organizzazione gerarchica al cui vertice si trova un Neuropsichiatra Infantile (NPI). Il resto dell'equipe è costituito da educatori professionali, psicologi e psicoterapeuti, una pediatra, una dietista, vari Operatori Socio-Sanitari e uno specializzando in Neuropsichiatria Infantile. Ogni giorno si effettuano riunioni d'equipe all'ora di pranzo, per effettuare turni di aggiornamento sui pazienti e per concordare in maniera condivisa le varie tappe del percorso riabilitativo.

All'interno della sezione DCA viene effettuata una presa in carico globale, del minore e della famiglia. Il servizio offerto prevede la presenza di pasti assistiti, di gruppi psicoeducativi, di colloqui con la dietista, di gruppi terapeutici (sia per i pazienti che per i genitori), di sedute di psicoterapia familiare e individuale. I pazienti frequentano quotidianamente il reparto, svolgendo lavori psicoeducativi in gruppo durante la mattina con gli educatori e partecipando alle terapie di gruppo condotte da psicologi/psicoterapeuti nel pomeriggio. Una o due volte a settimana effettuano la psicoterapia individuale e una volta a settimana quella familiare. Oltre a questo, effettuano dei colloqui con il NPI e la dietista e dei pasti assistiti (colazione/spuntino/pranzo/cena, per i pazienti in ricovero, solo il pranzo per i pazienti in Day-Hospital).

L'equipe multidisciplinare, oltre che da diverse figure professionali, è costituita da psicoterapeuti di diverso orientamento, quali quello psicoanalitico, cognitivo-costruttivista, sistemico-

relazionale e cognitivo-comportamentale, che hanno un rapporto di collaborazione stabile con la struttura. Questa variegata costellazione di orientamenti porta senza dubbio con sé una molteplicità di letture rispetto all'esperienza del singolo paziente; sebbene l'obiettivo terapeutico implicito ed esplicito del gruppo di lavoro rimanga la riduzione del sintomo, l'aumento ponderale dei pazienti e il ripristino di condizioni medico-internistiche adeguate, la possibilità di confronto con diversi orientamenti mi ha aiutato a comprendere meglio quale potesse essere il significato del sintomo per quel determinato paziente. Ad esempio, la possibilità di potermi confrontare con l'approccio sistemico-relazionale con il quale ho sentito di avere maggiori affinità proprio per la concezione condivisa di funzionalità del sintomo, non solo per il paziente stesso ma anche per il sistema-famiglia, mi ha aiutato ad avere una maggiore comprensione di come lo stesso sintomo potesse svolgere la funzione di mantenere anche l'equilibrio familiare, oltre che quello del paziente. Questa ottica mi ha aiutato ad entrare maggiormente in contatto con le *resistenze al cambiamento* mostrate dai pazienti. In una visione più ampia infatti, l'eliminazione di un sintomo poteva rappresentare una minaccia eccessivamente disgregante non solo per il sistema paziente ma, in maniera più ampia, anche per la sua famiglia.

Nell'applicare il modello costruttivista intersoggettivo in un contesto ospedaliero, il maggior punto di divergenza che ho sentito rispetto al mio orientamento terapeutico, soprattutto in rapporto ai colleghi con orientamento cognitivo-comportamentale, è stato proprio la diversa considerazione del sintomo, ovvero la concezione di esso come bersaglio diretto del lavoro terapeutico.

"*Io sono la mia anoressia*": questa è una frase che ho spesso sentito riportare dai pazienti e che rende l'idea dell'estrema egosintonia del sintomo alimentare e di come il controllo del peso e del cibo arriva ad assume connotati identitari. Non stupisce quindi come un lavoro mirato al sintomo produca importanti resistenze, che possono portare anche a decisioni drastiche come l'alimentazione forzata. Tuttavia, la possibilità di lavorare con i pazienti in uno spazio "libero" dal sintomo, è considerato funzionale alla graduale presa di consapevolezza di che cosa ha portato a sviluppare proprio quel "sintomo". La sola esplicitazione di questa regole della seduta di psicoterapia, ha gradualmente portato i pazienti a prendere consapevolezza che "forse c'è anche altro da guardare": utilizzo il termine "guardare", per passare l'idea di come, per le caratteristiche del contesto ospedaliero e per la relativa "velocità" del processo di cura, l'obiettivo ideale poteva essere considerato il "guardare oltre il sintomo" prima di arrivare a "*sentire* oltre il sintomo", *sentire* particolarmente difficile per i pazienti con quelle caratteristiche. Inoltre, il fatto di seguire pazienti in regime di Day-Hospital, offriva loro la possibilità di parlare anche di eventi che accadevano fuori dal contesto di cura e quindi di ampliare la possibilità dei pazienti di *vedersi* e provare a *sentirsi* anche in un modo diverso.

Non solo il *guardare* e ma anche il *sentirsi guardati* diventa momento cardine nella costruzione della relazione terapeutica. Osservare il paziente e comprenderlo diventa prerequisito necessario per vedere il paziente nella sua unicità e per costruire con lui quella relazione intersoggettiva che validi le varie parti di sé, anche quelle che il paziente vive come parti non-me. Citando Ronald Laing in Bromberg (2011), "La conferma della propria identità non dipende dall'approvazione, ma dal 'riconoscimento' degli altri, dalla loro accurata percezione del modo in cui noi ci sperimentiamo" (p. 57).

Un elemento nucleare della psicoterapia ad orientamento costruttivista intersoggettivo sta nel proprio nel considerare la *relazione terapeutica* come lo strumento principale del cambiamento. Ciò che può essere maggiormente trasformativo è infatti la possibilità di rispecchiarsi con l'altro, tramite la condivisione di nuove esperienze intersoggettive, come non è avvenuto durante le esperienze precoci, al fine di ricontattare e legittimare anche parti non-me non riconosciute nella relazione con le figure di attaccamento primarie e quindi dissociate (Cionini & Mantovani, 2016).

Le difficoltà riscontrate nell'instaurare una relazione di questo tipo, al di là delle personali difficoltà deli pazienti ad entrare in relazione con l'altro, risiedevano in una serie di limitazioni oggettive poste dalla struttura ospedaliera e dalla sua organizzazione, in primis il concetto di *segreto professionale*.

Il lavoro stesso dell'equipe prevede una condivisione di informazioni funzionale alla presa in carico globale dei pazienti. Ciò che viene detto e fatto dai pazienti viene condiviso in maniera quasi automatica con il NPI e con gli altri colleghi. Se da una parte questo è estremamente utile per adottare un atteggiamento terapeutico individualizzato, tagliato sulle caratteristiche della persona e globalmente condiviso, dall'altro ha come risvolto la sensazione, nei pazienti, di essere costantemente giudicati (complice la loro estrema sensibilità al giudizio). Spesso ho sentito i ragazzi affermare: "*Ogni volta che dico qualcosa la usate contro di me*!". Questo pone inevitabilmente i pazienti a mostrare solo alcune parti di sé, quelle che reputano più accettabili nel rapporto con le varie figure professionali e in vista dei loro obiettivi.

La possibilità di offrire loro uno spazio in cui si sentissero *libere di esprimersi*, senza la conseguenza che ciò che portavano arrivasse direttamente alla conoscenza dei genitori o degli altri membri dell'equipe, è stato un elemento di grande novità per i pazienti. Loro stessi hanno più volte messo alla prova la veridicità di questa condizione, "confessando" piccole trasgressioni per testare quanto "trapelassero". Tale atteggiamento di "verifica" si è rivelato molto utile come occasione di riflessione condivisa sulle loro modalità di intendere e costruire una relazione, diventando così oggetto di lavoro terapeutico. Se è vero che il processo di cambiamento viene innescato dall'azione perturbatrice del terapeuta, allo stesso tempo assicurare questa "libertà di esprimersi*"*, è stato funzionale a permettere il processo della *validazione* della persona e dei suoi sforzi trasformativi, validazione necessaria affinché i pazienti si sentissero rassicurati quantomeno nell'iniziare a esplorare altre *vie percorribili* (Cionini, 2013). La validazione dei vari aspetti identitari ha permesso quindi di poter costruire una relazione terapeutica, scevra da giudizi relativi al giusto/sbagliato connessi al sintomo, relazione in cui i pazienti hanno potuto gradualmente investire ed effettuare nuove esperienze intersoggettive nelle quali ricercare nuovi significati per la propria esperienza. Allo stesso tempo, la collaborazione e l'aggiornamento degli altri membri dell'equipe continuava a svolgersi, previa autorizzazione deli pazienti, e riguardava principalmente gli obiettivi del lavoro, l'andamento della sintomatologia clinica, e ovviamente, la presenza di condizioni di rischio per l'incolumità dei pazienti.

In ottica costruttivista intersoggettiva, anche il setting riveste importanza fondamentale in quanto considerato uno degli strumenti del lavoro terapeutico. Esso è costituito da *elementi fissi*, che devono rimanere tali (tra i quali, il rispetto del codice etico, la costanza del luogo fisico dell'incontro, la durata delle sedute) e da *elementi mobili*, ovvero che possono essere modificati dal terapeuta in maniera strategica al fine di agevolare un processo di cambiamento. Per quanto una modifica degli elementi mobili del setting è prevista come *possibile,* in un contesto ospedaliero non vengono decisi dal terapeuta in maniera strategicamente orientata, ma rappresentano piuttosto dei vincoli, posti dalla stessa organizzazione della struttura. La stessa stanza di terapia, ad esempio, per quanto molto accogliente, non era dotata di poltrone reclinabili o divanetti che potessero rendere più agevole una modalità di lavoro di tipo immaginativo, necessaria per accedere in maniera più diretta alla sfera delle emozioni/sensazioni (Cionini, 2013). Tra le metodologie di lavoro del terapeuta ad orientamento costruttivista intersoggettivo *il lavoro sulle emozioni* permette al paziente di entrare maggiormente in contatto con aspetti di sé non facilmente verbalizzabili e il canale emotivo-affettivo è considerato una via elettiva di accesso per la comprensione dei propri bisogni, intenzioni e desideri. L'obiettivo di lavorare sulle emozioni, nonostante la difficoltà ad avere ambienti consoni al rilassamento e al lavoro con le immagini, è stato perseguito privilegiando, all'interno della conversazione terapeutica,

l'utilizzo delle *metafore* o utilizzando, complice anche la giovane età deli pazienti, metodologie di tipo espressivo come il *disegno*.

Uno dei maggiori vincoli esperiti all'interno del setting, è apparso quello relativo agli *elementi mobili* del setting e, in primo luogo, i contatti extra-setting. L'ambiente ospedaliero di cura può essere descritto come un ambiente con un elevato tasso di "invischiamento": i pazienti incontrano molti operatori diversi, gli stessi operatori lavorano con i genitori, operatori e pazienti condividono gli stessi spazi, si incrociano nei corridoi anche in momenti extra-seduta, e gli operatori si scambiano quotidianamente informazioni sui pazienti, scambio delle quali i pazienti sono consapevoli. Spesso, questo genera nei pazienti una confusione di ruoli, di tipi di intervento e una difficoltà a comprendere lo spazio della terapia individuale, il ruolo del terapeuta, le regole delle sedute. È stato molto frequente incontrare i ragazzi nei corridoi, essere fermata da loro e ricevere richieste di attenzioni. Ancora più frequente sono state le "intromissioni" dei genitori nella stanza di terapia, la ricerca di contatti con me "all'oscuro" dei pazienti. In questo contesto, al fine di mantenere una certa integrità dello spazio individuale, la possibilità di contare su un'equipe multidisciplinare è apparsa una risorsa importante. La possibilità infatti di delegare ad altre figure professionali le "urgenze" deli pazienti e dei loro familiari, ha permesso in primo luogo di accogliere le varie richieste emergenti e contenerle adeguatamente, dall'altro ha consentito di preservare una certa inviolabilità dello spazio personale di terapia, che ha garantito ai pazienti la sperimentazione di una chiara *separazione e individuazione,* necessaria a restituire loro centralità e importanza nel processo di cura.

Conclusioni

La prima domanda che mi sono posta all'inizio di questo contributo è stata: è possibile la coesistenza, all'interno di un contesto di cura, di due modalità contrapposte di intendere e di approcciarsi al sintomo e alla sofferenza psichica? Una prima modalità più direttiva e pedagogica, che mira alla riduzione sintomatologica e al ripristino di condizioni medico-internistiche adeguate, e una seconda modalità, propria dell'orientamento costruttivista-intersoggettivo, considerata più relazionale e che vede il sintomo come funzionale al mantenimento dell'equilibrio del sistema paziente. L'obiettivo di questo contributo non è stato quello di giustificare il primato di una modalità su di un'altra ma piuttosto di descrivere le potenzialità positive di una possibile integrazione, all'interno dell'ambito ospedaliero, di queste due modalità contrapposte. Una potenzialità di questa possibile integrazione potrebbe risiedere nel non considerare l'approccio relazionale una sola prerogativa dello psicoterapeuta, ma potrebbe essere esteso, tramite ad esempio una formazione specifica del personale medico e paramedico, alle altre figure professionali che entrano a contatto con i pazienti e le loro famiglie. Lo stabilire una relazione con il paziente che sia supportiva e non giudicante, potrebbe essere considerata un prerequisito necessario e funzionale all'interno di qualsiasi relazione terapeutica, sia essa di stampo medico, pedagogico o psicologico. Il guardare il paziente con interesse, astenendosi dal giudizio grazie alla comprensione della funzionalità dei suoi comportamenti, potrebbe essere considerata una modalità da adottare da parte di chi propone la cura medica o il lavoro pedagogico, e potrebbe avere dei risvolti positivi sull'aderenza terapeutica dei pazienti e sull'aumento della loro motivazione al cambiamento.

Nel concludere le riflessioni derivate da questo tipo di esperienza, riporto una frase di una paziente che ho seguito dal momento della dimissione dal ricovero fino al passaggio a strutture di presa in carico territoriale. L'argomento riguardava la paura della perdita, tema che assumeva un ruolo centrale nella storia di vita della paziente: "*quando sento questa cosa è troppo…se non mangio la soffoco quella cosa"*. Questo piccolo passo verso la presa di consapevolezza è

stato possibile grazie alla possibilità di guardare *al di là del sintomo*, connettendo le sensazioni derivanti dall'esplorazione delle esperienze di vita quotidiana con la funzione che quel determinato sintomo ha svolto nel "*non farle sentire*" vissuti non accettabili e non riconosciuti come degni di essere nella relazione con gli altri significativi e quindi dissociati in parti non-me (Cionini & Mantovani, 2016).

All'interno del contesto ospedaliero, il sintomo viene "preso di mira", con l'obiettivo di un suo graduale indebolimento. Se questo ha un effetto positivo sulla stabilizzazione degli aspetti internistici, dall'altro può provocare nei pazienti un forte senso di smarrimento personale associato a sensazioni di perdita di elementi identitari. Appare quindi auspicabile che la persona inizi a *vedersi* e soprattutto *sentirsi* all'interno di altre esperienze di vita quotidiana, per riattivare il cambiamento dei propri processi di costruzione di significato su eventi di vita vissuti; questo processo appare prerequisito necessario per permettere ai pazienti di poter riacquisire il controllo anche su altri elementi della loro vita che non siano il cibo o il corpo.

Per quanto queste due modalità contrapposte di intendere il sintomo e di lavorare con o contro di esso appaiono inconciliabili, esse dovrebbero coesistere e camminare su binari paralleli, la cui meta finale è il recupero globale della persona: recupero che secondo la prima modalità, corrisponde al ripristino di condizioni fisiche stabili, secondo l'altra modalità è finalizzato al cambiamento della persona verso una condizione di maggiore movimento del sistema.

In questo senso, credo che l'esperienza dell'equipe multidisciplinare, se costituita da elementi che, pur con diverso orientamento, riescano ad avere come modalità di lavoro condiviso la costruzione di una relazione significativa e non giudicante con i pazienti, possa rappresentare un'opportunità potenzialmente utile di connubio tra le diverse modalità di vedere e lavorare con la sofferenza psichica. Tuttavia, a mio avviso, il prerequisito affinché questo possa avvenire con i pazienti è che già a partire dall'interno della stessa equipe di lavoro si parta dalla costruzione di relazioni non giudicanti e di un clima di scambio reciproco. È da sottolineare che purtroppo questo non è sempre possibile a causa di limitazioni che spesso hanno a che fare con la difficoltà del lavoro quotidiano con pazienti adolescenti e in fase piuttosto acuta della malattia, in cui spesso le emozioni negative sono amplificate, in cui gli agiti comportamentali sono frequenti e in cui si ha quotidianamente (e per più ore consecutive) a che fare con la sofferenza di più individui e delle loro famiglie. Questa continua esposizione alla sofferenza e alle emozioni negative dei pazienti porta spesso a sviluppare negli operatori vissuti di impotenza, inadeguatezza, rabbia, vissuti che spesso mi sono trovata a vivere in prima persona e che ho avuto molta difficoltà a gestire. È possibile infatti che se non adeguatamente elaborati in gruppo, questi vissuti degli operatori possano minare in primis la disponibilità a mettersi in discussione nel rapporto con i colleghi e allo stesso modo possano minare la disponibilità ad assumere un atteggiamento di apertura nei confronti dei pazienti. Mi è capitato infatti di sperimentare grossa difficoltà a gestire questi miei vissuti, difficoltà che non ho visto ad esempio in colleghi con maggiore esperienza professionale rispetto alla mia o con colleghi che, come strumento di lavoro, non utilizzavano la relazione intersoggettiva con il paziente. In quei momenti è stato molto utile per me rendermi conto in primis che anche altri colleghi stavano vivendo le mie stesse difficoltà, nonostante la diversità dei pazienti. In secondo luogo, è stato importante poter ricevere delle brevi ma puntuali supervisioni dalla NPI che era a capo dell'equipe, la cui formazione come psicanalista a più volte permesso a me e agli altri colleghi di poter elaborare e "lavorare" sugli elementi *contro-transferali* delle nostre relazioni con i pazienti.

La seconda domanda che mi sono posta all'inizio di questo contributo è stata: è possibile in questo contesto di cura riattivare un processo di movimento del sistema? Secondo il modello costruttivista intersoggettivo, qualsiasi tipo di cambiamento è prodotto dalla possibilità di integrare le parti non-me, in questo caso quelle oscurate dal sintomo, all'interno del proprio Sé, attraverso "momenti di incontro" con l'altro che avvengono all'interno della relazione terapeu-

tica (The Boston Change Process Study Group, 2010). Questo processo trasformativo del proprio Sè, obiettivo primario della terapia ad orientamento costruttivista-intersoggettivo, implica un percorso terapeutico di lunga durata che sembrerebbe apparentemente inconciliabile con i tempi dettati da una struttura ospedaliera. Questo è parzialmente vero ed è dipendente da quelli che sono gli obiettivi del terapeuta ad orientamento costruttivista-intersoggettivo. Secondo la mia esperienza un obiettivo auspicabile e condivisibile all'interno del contesto ospedaliero è il poter fornire ai pazienti degli spazi in cui sperimentare che *quel sintomo è stata la modalità migliore che ho saputo trovare in quel momento*; questo potrebbe quindi essere considerato un obiettivo da raggiungere in quanto può essere considerato il punto di partenza per l'accettazione di sé e per quindi iniziare ad esplorare nuove possibili vie, percepite come percorribili. Vie percorribili, le quali purtroppo il paziente in questo contesto non può attraversare interamente e fino alla loro conclusione, data l'organizzazione ospedaliera e l'inevitabile passaggio ad altre strutture di "cura". Tuttavia, fornire ai pazienti uno spazio in cui poter comprendere la funzione dei loro movimenti, in cui entrare in contatto con altre parti di sé "nascoste dal sintomo", spazio in cui riconoscere queste parti per poterci dialogare e riconoscerle come parti del sé, può essere considerato un punto di partenza per provare ad esplorare le altre *vie percorribili*, da attraversare poi in altri contesti e con altre figure professionali.

Riferimenti bibliografici

Bara, B. (2006). *Nuovo manuale di psicoterapia cognitiva*. *Vol. 3: Patologie*. Torino: Bollati Boringhieri.

Blanco, S., Benevento, D., & Reda, M. A., (2000). *I disturbi alimentari psicogeni precoci, un'interferenza nello sviluppo del senso di sé*? Roma: Cibus, IUP.

Bowlby, J. (1990). *Costruzione e rottura dei legami affettivi.* Raffaello Cortina: Milano.

Bromberg, P. M. (2011). *The shadow of the tsunami: And the growth of the relational mind*. Hillsdale: Routledge. (trad. it. *L'ombra dello tsunami; la crescita della mente relazionale*. Milano: Raffaello Cortina, 2012)

Chatoor, I., Dikson, L., Schaefer, S., & Egan, J. (1985). A developmental classification of feeding disorders associated with failure to thrive: Diagnosis and treatment. In D. Drotar (Ed.), *New directions in failure to thrive: Research and clinical practice* (pp. 235-258). New York: Plenum Press.

Chatoor, I., & Egan, J. (1983). Nonorganic failure to thrive and dwarfism due to food refusal: A separation disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 22, 294-301.

Chatoor, I., Egan, J., Getson, P., Menevielle, E. & O'Donnel R. (1988). Mother infant interactions in infantile anorexia nervosa. *Journal Academic Child Adolescent Psychiatry*, *27*, 535-40.

Cionini, L. (2013). *Modelli di psicoterapia*. Roma: Carocci.

Cionini, L., & Mantovani, I. (2016). Leggere la dissociazione dell'esperienza del trauma relazionale: la psicoterapia nell'ottica costruttivista intersoggettiva. *Costruttivismi*, *3*, 40- 62.

Cionini, L., & Provvedi, G. (2003). Explication and understanding in the psychotherapeutic process: The co-construction process of the 'logic' of the symptom by the therapist and the patient. In G. Chiari & M. L. Nuzzo (2003). *Psychological constructivism and the Social World*. Milano: Franco Angeli.

Cionini, L., & Ranfagni, C. (2011). La Psicoterapia. In A. Salvini & M. Dondoni (a cura di), *Psicologia clinica dell'interazione e psicoterapia*. Firenze: Giunti.

Galimberti, U. (2010). *L'ospite inquietante* (Vol. 1). Milano: Feltrinelli.
Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs (Vols. 2)*. New York: Norton.
Lambruschi, F. (2004). *Psicoterapia cognitiva dell'età evolutiva: Procedure di assessment e strategie terapeutiche*. Torino: Bollati Boringhieri
Popper, K., & Eccles, J. C. (1982). *L'io e il suo cervello: Dialoghi aperti tra Popper ed Eccles*. Roma: Armando.
Stern, D. N. (1985). *Il mondo interpersonale del bambino*. Torino: Bollati Boringhieri.
The Boston Change Process Study Group (2010). *Il cambiamento in psicoterapia*. Milano: Cortina.

L'Autrice

Valeria Costanzo è una psicologa clinica e psicoterapeuta, specializzata alla Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva a orientamento costruttivista intersoggettivo del CESIPc. Dal 2013 lavora presso l'IRCCS Fondazione Stella Maris come psicologa occupandosi di diagnosi e trattamento precoce di Autismo. Parallelamente svolge attività di psicoterapia all'interno della sezione per i Disturbi della Condotta Alimentare della Stella Maris e svolge la libera professione a Livorno.
Email: v.costanzo@live.it

Citazione (APA)

Costanzo, V. (2019). Al di là del sintomo: un'esperienza di applicazione del modello costruttivista intersoggettivo nel lavoro con adolescenti con Disturbi della Condotta Alimentare, all'interno di un contesto di equipe multidisciplinare ospedaliero. *Costruttivismi*, *6*, 42-53. doi: 10.23826/2019.01.042.053

Costruttivismi, 6: 54-70, 2019
Copyright © AIPPC
ISSN: 2465-2083
DOI: 10.23826/2019.01.054.070

Il concetto di improvvisazione (musicale) e la psicologia dei costrutti personali

The concept of (musical) improvisation and personal construct psychology

Davide Uderzo

Specialista in psicoterapia costruttivista presso il CESIPc, Padova

Sommario. Il lavoro che segue si propone di avvalersi di alcuni aspetti della teoria dei costrutti personali di G. A. Kelly per interpretare la musica dal punto di vista prettamente improvvisativo. A tale scopo si prenderanno a riferimento dei costrutti professionali come chiavi di lettura, dai quali si cercherà di sviluppare considerazioni e parallelismi con l'universo del sonoro. Altresì è presente il tentativo di proporre concreti riferimenti e ipotesi d'ascolto, alcuni esplicitati, altri più implicitamente lasciati alla ricerca e alla curiosità del lettore.
Parole chiave: psicologia dei costrutti personali, improvvisazione musicale, alternativismo costruttivo, processo creativo]

Abstract. The present work aims to make use of some features of G. A. Kelly's personal construct theory in order to interpret music from a purely improvisational point of view. To this end, some professional constructs will be taken as keys to understanding, from which considerations and parallelisms with the sound universe will be tentatively developed. There is also the attempt to suggest concrete references and hypotheses of listening, some of them explicitly stated, and others left more implicitly to the inquiry and curiosity of the reader.
Keywords: personal construct psychology, musical improvisation, constructive alternativism, creative process

Intro(duzione)

"Non sapendo da dove, e come iniziare, allora incomincio" (cit. anonimo). Come quando un musicista, ad inizio della *session*, accorda il suo strumento strimpellando "in punta di dita"

Ricevuto il 6 aprile 2019; accettato l'11 giugno 2019.
www.aippc.it/costruttivismi

qualche fraseggio, oppure in una specie di attesa sonacchia certi fluidi *licks*[1] al pianoforte, o regola la tensione delle pelli dei tamburi abbozzando dei micro-*riffs*[2], in contemplazione del set carico di energia potenziale che si trova davanti. È una sorta di *warm up* travestito da qualcos'altro, in cui ci si prepara; un *fade in*[3] che rompe il ghiaccio, e si entra in scena, appunto, "in punta di (piedi)"… ma, di fatto, si è (già) in gioco.

Cosa vorrei che non fosse questo elaborato

Innanzitutto, un saggio sull'improvvisazione in termini e in un contesto jazzistico (inteso in un'accezione comune, per lo più da dizionario[4]), anche se, più o meno volontariamente (ma forse sarebbe meglio dire, inevitabilmente), accennerò a questo "tipo di musica" che per eccellenza si avvale di (una certa) improvvisazione. Dalle, e oltre, le definizioni, sul jazz ci sono moltissime pubblicazioni esaustive, e la mia consapevole ed onesta ignoranza mi porta a fare due passi indietro: non ne sarei capace. È altresì un mondo tanto affascinante e ricco quanto e soprattutto troppo vasto e "impalpabile". E poi, di che jazz "staremo" parlando? Genere musicale, ma quanti jazz ci sono?! O stile musicale, o filosofia di vita… è un'etichetta per lo più carica di pre-giudizi, pre-concetti, che faticosamente riesce a mettere d'accordo chi per un motivo o per l'altro ci ha a che fare.

Non si tratta neppure di una sorta di correlazione tra "qualcosa di musicale" e la sua interpretazione o spendibilità in ambito psicologico o psicoterapeutico. Non mi sto cioè rifacendo a "qualcosa" di squisitamente musicoterapico/terapeutico, sebbene saranno possibili degli agganci o comunque delle riflessioni tutt'al più spontanee, in quanto l'improvvisazione ha ben a che vedere con questa disciplina, e dalla quale ho potuto trarre con una certa libertà più di qualche spunto (anche a livello bibliografico).

A fronte di quanto detto, non vorrei che questa sorta di "presa delle distanze" diventasse una rischiosa scivolata verso lidi troppo coloriti di considerazioni ed opinioni di carattere evanescente, libertino, inconsistente. Certo, finché scrivo queste parole, mi dico anche: si tratta pur sempre di suoni, frequenze, combinazioni delle stesse nel tempo e nello spazio che, una volta esauritesi, non lasciano (quasi) niente. E perciò, mi sento di poter affermare con una certa legittimità che si tratta di "un qualcosa" alquanto predisposto a letture ed interpretazioni di carattere personale.

Si tratterà peraltro di trovare un equilibrio, tra libertà e concretezza, dove per concretezza intendo una sufficiente tangibilità con l'esperienza che ognuno può fare di fronte all'esperienza sonora, cercando cioè di non peccare di una sorta di isolamento solipsistico. Speriamo.

Cosa vorrei, invece, che fosse

Un tentativo di accostare l'improvvisazione per come oggi la intendo io, quindi in modo più o meno intuibile e altresì aperto alla discussione e alla riconsiderazione in una sorta di costante divenire, con alcuni aspetti della Psicologia dei Costrutti Personali di G. A. Kelly.

---

[1] Frase musicale o frammento per lo più melodico chiaramente identificabile.
[2] Frase musicale che si ripete all'interno di una composizione, ben definibile a livello per lo più ritmico.
[3] Dissolvenza in entrata. Progressivo aumento di intensità di uno stimolo.
[4] A titolo esemplificativo, dal Devoto-Oli (2009), voce "jazz": genere di musica afro-americana, eseguito originariamente solo con strumenti a fiato e batteria, sorto agli inizi del XX sec. negli Stati Uniti: è caratterizzato dal fraseggio sincopato, dalla poliritmia strumentale, dall'improvvisazione per lo più solistica sul tema o motivo, dall'impulso ritmico (swing).

Il concetto di improvvisazione (musicale): un mio costrutto

Sul termine "improvvisazione"

Quale potrebbe essere dunque, una prima e personale, seppur (presumo e ammetto) influenzata da letture, esperienze, ascolti, e altro, *costruzione* (in quanto tale) di cosa io intendo per improvvisazione?

La "sento" (reputo) una modalità di approccio al suono, agli strumenti, qualunque essi siano (dalla voce ai barattoli di latta, passando certo per le tastiere, le chitarre, i fiati, ma anche i sintetizzatori, i software di elaborazione sonora, ai campionatori[5] e ai *sequencer*[6]) che tiene conto, ed è significativamente influenzata in un modo più o meno consapevole, dall'insieme di fenomeni che si correlano con i protagonisti in azione.

"Vincoli e possibilità" (ispirandomi liberamente a Ceruti, 2009), dunque, entro e per mezzo dei quali ci si muove: l'ambiente, gli strumenti, lo stato d'animo, le esperienze passate, l'energia, il *mood*, gli altri, l'anticipazione di e la scelta di (come suonare: forte, piano, lento, veloce, ecc.); quindi il suono, o più estesamente il *sound*[7], inteso come particolare sonorità o immagine sonora (Garzanti, 2005, p. 841), dove la personalità stilistica del musicista si concretizza attraverso il suo strumento, le sue note, le sue frequenze (suoni o rumori che siano), dove spesso il processo e lo scopo o senso personale acquistano pari dignità.

Tutto ciò fa sì che l'improvvisazione possa essere "cosa di tutti", in cui cioè non risulta necessaria una specifica conoscenza o competenza, sia in termini prettamente musicali che rispetto ad un genere particolare (di riferimento).

Certo, c'è improvvisazione in una *jam session*[8] jazzistica, in cui da uno standard (brano molto noto che col tempo è divenuto un classico), a turno i componenti si scambiano il ruolo di solista, appunto improvvisando linee melodiche, armoniche o ritmiche[9], in una sorta di composizione estemporanea, non pianificata e in gran parte imprevedibile (Schiaffini, 2011, p. 11).

Così pure nell'ambito della musica di tradizione tipicamente popolare, nel rock, nella musica africana o indiana, fino ad arrivare all'improvvisazione nei territori della musica classica o colta. Numerosi erano i musicisti, oltre che essere dei magistrali compositori, in grado di improvvisare in maniera egregia e per lunghe sessioni, quali, solo per citarne alcuni, Bach, Haendel, Mozart, Beethoven, ecc. (Sloboda, 1998, p. 221; Schiaffini, 2011, p. 16).

Ma c'è improvvisazione anche quando un trio sperimenta più o meno ingenuamente su semplici serie di accordi, le quali permettono di orientarsi quel che basta per tenere in piedi un ipotetico brano; oppure quando il *dj*, in una sorta di *jam digital*[10], si esibisce dal vivo proponendo delle sequenze timbrico-ritmiche inedite, mescolando stimoli sonori pre-campionati o registrati al momento, elaborandoli con quanto la tecnologia mette a disposizione, e accostando agli stessi altre forme espressive quali la danza, il video, la scrittura, la cucina, ecc. (non mi di-

[5] Dispositivo elettronico in grado di acquisire, manipolare e riprodurre eventi acustici in svariate modalità.
[6] Dispositivo software/hardware che consente la registrazione, l'editing, il montaggio e la riproduzione di una sequenza di segnali di controllo.
[7] Termine utilizzato per indicare il particolare stile o "immagine sonora" di un esecutore o di un complesso.
[8] Performance per lo più estemporanea e improvvisata.
[9] Melodia, armonia e ritmo: in senso lato e concettuale, nonché in sintesi, possiamo intenderli rispettivamente come la visione della musica da una prospettiva orizzontale, verticale e temporale.
[10] Performance per lo più estemporanea e improvvisata caratterizzata da suoni elettronico-digitali.

lungo oltre in merito, seppure il filone sia effettivamente piuttosto interessante).

Ne emerge perciò un'accezione che privilegia aspetti quali la libertà, la spontaneità, l'individualità, la creatività, in un flusso più o meno ininterrotto che riverbera con il concetto di *ricorsività*, in cui ogni nuovo atto sonoro risulta evolutivamente associato ai precedenti. Ad esempio, un'esecuzione non risulterà, così, mai una copia esatta delle precedenti, non essendo peraltro un obiettivo del musicista; oppure un fraseggio proposto dal pianista sarà fonte di spunto creativo e non emulativo del trombettista, del chitarrista o del rumorista.

Inoltre, ed infine, reputo importante fare una breve considerazione su ciò che comunemente si considera errore. In questa ottica viene ad acquisire un valore alquanto originale, essendo lo stesso un possibile input per nuovi percorsi viabili. Si tratta pertanto di andare al di là di ciò che è giusto o sbagliato, e poter utilizzare l'errore, la nota sbagliata (e poi, ancora, di che errore o sbaglio "staremo" parlando?), in modo fantasioso, assorbendoli nello scorrere dell'improvvisazione e creando per lo stesso un'inedita direzione (Pavlicevic, 1997, p. 72, in riferimento al pianista Keith Jarrett). "Non temere gli errori, non ce ne sono" (Miles Davis).

Sul termine "musicale"

Cioè (musicale), tra parentesi. Perché? "Concernente la musica…" (Devoto-Oli, 2009): aggettivo che rimanda al sostantivo "musica": "arte di combinare più suoni in base a regole definite…" (Zingarelli, 2003, p. 1151); "arte di combinare insieme i suoni, secondo determinate leggi e convenzioni, servendosi di strumenti musicali o della voce umana per l'esecuzione…" (Garzanti, dizionario online).

Sebbene queste possano essere due tra le tante definizioni più o meno comunemente e universalmente accettate, come si potrà intuire da quanto finora esposto, a titolo personale non mi vorrei riferire ad una concezione di musica (stretta) di questo tipo. In riferimento all'improvvisazione, spesso, ho potuto appurare come nelle definizioni di "musica" sia sottovalutato, poco valorizzato, o ignorato, l'aspetto che concerne la stessa, eventualmente accennato o lasciato ad intendere, allo scopo forse di privilegiare una ricerca di ordine e regole che possano sostenere il termine (musica) in modo più rigoroso, ma rischiosamente e probabilmente riduttivo.

In più, tornando all'aggettivo di partenza, ho preferito proporlo tra parentesi perché con una certa facilità lo stesso rimanda ai suoi sinonimi quali "armonioso, melodioso, melodico, intonato" e ai relativi contrari quali "sgradevole, stonato, rumoroso" (Devoto-Oli, 2009). Anche in tal senso mi allontano, svicolandomi dal rischio di cadere in un possibile giudizio, atto a qualificare un evento sonoro (improvvisamente) (cioè tramite improvvisazione) creato.

Musica e musicale, termini che diventano etichette le quali tendono ad inglobare in sé dei pre-giudizi e stereotipi poco utili nel parlare di improvvisazione come dal sottoscritto intesa. Probabilmente dalla prospettiva della Teoria dei Costrutti Personali di G. A. Kelly si potrebbe parlare di *costellatorietà*, suonando un po' in questa maniera: se questa è musica (musicale) allora è anche "armoniosa, melodiosa, melodica, intonata", appunto.

Per contro, non solo preferirei dare ugual valore pure a ciò che sta dall'altra parte ("sgradevole, stonato, rumoroso"), ma per dirla meglio non vorrei nemmeno pormi tale problema o distinzione, esulando da un giudizio di valore e sostenendo altresì una concezione di improvvisazione musicale che probabilmente ricadrebbe sotto il *costrutto professionale*[11] di *costrutto pro-*

[11] I costrutti applicabili alle dimensioni di significato personali (*costrutti personali*). Non essendo di interesse per questo elaborato, rimando il lettore a Kelly (2004, passim) e ad Epting (1990, pp. 50-60) per un eventuale approfondimento in merito.

posizionale: dunque, la musica (e il musicale) può essere considerata tra le tante (anche molte) altre cose, che vanno cioè oltre e non implicano una definizione stretta come ad esempio quelle in precedenza esposte (Kelly, 2004, p. 144; vedi in nota).

Infine, mi sembra di poter affermare che per come propongo l'improvvisazione, la stessa potrebbe riguardare svariati altri ambiti, quindi non di tipo musicale, sostituendo l'*ambito di pertinenza*[12] con qualcos'altro: (improvvisazione) teatrale, dialogica, visiva, altro. Non approfondisco altrimenti tale aspetto, sia per sincera incapacità, sia perché sarebbe fuori contesto, lasciando comunque lo spunto al lettore che volesse avanzare ipotesi e suggerimenti in merito.

Sul termine "costrutto"

Da quanto scritto finora, e consapevole di come l'esposizione stessa si esponga ad una "riduzione" che spero non risulti, o sia risultata, (troppo) fonte di confusione e di scarsa chiarezza, emerge un modo di intendere l'improvvisazione come un *costrutto personale*, cioè una versione ed interpretazione personale di una realtà, "una dimensione di significato" (Epting, 1990, p. 24), che in questo specifico ambito di pertinenza riguarda la sfera sonoro-musicale nel senso più ampio ed estensivo del termine. Facendo un passo ulteriore, e in linea con quanto già proposto, risulta sostanzialmente aver poco senso parlare di un costrutto in termini di giusto o sbagliato, sostituendo piuttosto tale contrapposizione con l'essere o meno d'accordo, condividere oppure no, rispetto ad una visione, per l'appunto personale e soggettiva, dotata altresì di dignità e valore che merita legittimamente rispetto (Kelly, 2004, p. 125).

Un costrutto, per essere meglio definito e compreso, può assumere una forma dicotomica, le cui estremità rappresentano dei poli opposti psicologicamente, cioè soggettivamente e individualmente, intesi. Perciò, se per improvvisazione intendo quanto fin qui scritto, quali dimensioni ne delineano il contrario? Mi limito ad una breve sintesi, che vorrebbe altresì privilegiare il processo al risultato, comunque utile per incrementarne la comprensione: staticità, ridondanza, ripetitività (come parallelo opposto della *ricorsività* di cui sopra), chiusura; oppure, in termini più metaforici, nonché musicali, il termine che più mi appare consono: mono-tonia (nella duplice accezione di noioso e di unico tono), una mono-tonia dipinta in un paesaggio piatto, brullo, mono-cromatico, cioè (ma soprattutto) privo di una qualche espressività, a rimembrare una specie di pesantezza inutilmente melanconica (ad intendere che non reputo la condizione melanconica necessariamente spiacevole o indesiderabile).

A chiusura di questo paragrafo, mi sembra utile aggiungere una caratteristica che forse più di tutte qualifica l'improvvisazione di cui si sta parlando e che quasi naturalmente ne viene evidenziata da quanto trattato fin qui. Le proprietà di elevata malleabilità, plasticità e adattabilità, la sua possibilità di accogliere costantemente nuovi e diversi stimoli, elementi, esperienze e sperimentazioni, senza per altro subirne una destrutturazione, classificano l'improvvisazione, dal punto di vista del costruttivismo a cui mi riferisco, come un *costrutto* altamente *permeabile* (Kelly, 2004, pp. 72-75). Si tratterebbe proprio dell'essenza di tale costrutto, in cui un arricchimento, una contaminazione, un'evoluzione (cambiamento) in fieri, sono auspicati proprio dal suo (improvvisazione) senso di esistenza.

[12] "L'ambito di pertinenza di un costrutto includerà tutte quelle cose rispetto alle quali chi lo usa lo ha trovato utile" (Kelly, 2004, p. 126).

… e la psicologia dei costrutti personali

L'"alternativismo costruttivo" e l'universo musicale

Mi piace pensare a (questa) improvvisazione come ad una possibilità, meglio, un'opportunità di sperimentare acusticamente, con i suoni, con gli strumenti, e in coerenza con quanto da tale scritto (spero) emerge, più in generale con i mezzi che si hanno a disposizione, in un contesto che considero poco *minaccioso*, in cui cioè l'eventuale consapevolezza di un cambiamento riguardante non solo il ruolo musicale, ma anche una sorta di idea di sé che ne può essere associata, tutto sommato, non sono particolarmente in "pericolo". O comunque non ne vengono messi in questione, in quanto l'atto improvvisativo ne contempla proprio il continuo evolversi.

A riguardo mi sembra prezioso il contributo di Pavlicevic (1997):

> l'improvvisazione offre l'opportunità di ricreare vari modi di essere nel mondo, di mettere in grado [i musicisti] di sperimentare come ci si sente nel mondo in un ambiente che non è minaccioso… e offre la possibilità di suonare, divertirsi, abbandonarsi e crescere personalmente, in qualsiasi direzione tale crescita possa aver luogo (p. 129).

Quando G. A. Kelly, il padre del costruttivismo a cui mi sto riferendo, parla di *alternativismo costruttivo* in quanto assunto filosofico della sua teoria, allude proprio alla possibilità di rivedere, riconsiderare, e (preferisco) ricostruire tutte le interpretazioni dell'universo in modi sempre nuovi e diversi, dove emerge che l'unico vincolo in tale processo possa riguardare l'inventiva e l'immaginazione, nonché le limitazioni personali (Kelly, 2004, pp. 11, 13, 39; Epting, 1990, pp. 13, 27).

Nello specifico, con "universo" non vorrei abbracciare l'intera gamma di esperienze pertinenti al mondo dell'umano, ma preferisco limitarmi ad una porzione dello stesso, che come facilmente intuibile, riguarda la "realtà" (comunque già piuttosto ampia ed articolata!) dei suoni e dell'acustica. Realtà che in quanto tale, e soprattutto tenendo conto del punto di vista improvvisativo con cui la si approccia, risulta catalizzatrice di prove ed esperimenti, che invita cioè il musicista a saggiare vie originali di combinazione dei suoni, in un mix di frequenze uditive dove l'errore non solo non ha particolare significato, ma non è nemmeno possibile causa di disagio o anticipabile come aspetto da temere. Tale concetto si chiarisce, procedendo come il costruttivismo kelliano insegna, osservandone l'opposto, cioè nella situazione in cui il musicista invece di vestire i panni dell'improvvisatore, ricopre il ruolo di esecutore (in senso stretto). L'errore viene perciò ad acquisire tutt'altro significato, essendo lo stesso molto più carico di *minaccia* e avendo altresì quel senso di "sbagliato e scorretto" tanto temuto ed esorcizzato che si distanzia dalla visuale qui proposta.

Con l'improvvisazione risulta possibile (in sintesi) creare e ricreare in modo inedito una propria identità musicale, cioè re-inventando(si), in riferimento sia al soggetto musicista sia al brano musicale. Si tratta di una continua esplorazione e/o costruzione di alternative sempre nuove, in una dinamica costante tra i diversi elementi coinvolti che contempla un futuro ancora da realizzare e che non esclude alcuna ulteriorità (Donà, 2006, pp. 161, 192).

Ma si tratta, anche, di un bel gioco, molto disponibile, aperto alle novità, e in cui la sperimentazione ne ricopre un ruolo centrale; un gioco che può essere fatto da un singolo oppure da un gruppo. A titolo esemplificativo possiamo immaginare qualche situazione musicale: l'improvvisazione elegante, raffinata, educata proposta da un pianoforte solo; oppure l'improvvisazione più energica e graffiante di una band elettrica (tastiere, chitarra elettrica,

basso elettrico, batteria); ma anche l'improvvisazione di un duo che si avvale di strumenti tradizionali (un violoncello ed una tromba) filtrati ed editati tramite l'effettistica più svariata, dal più classico *delay analogico*[13], al più sofisticato e tecnologico sintetizzatore[14] digitale.

Situazioni musicali (e se ne potrebbero immaginare diverse, in senso lato, altre) che sia nel mentre, sia di volta in volta, si legittimano la possibilità di modificare sé stesse, cioè di cambiare, evolvere, e di poter seguire delle vie sonore inesplorate e non contemplate; dunque svilupparsi secondo dei parametri che risultano dotati di un significato personale per i soggetti in gioco, i quali partecipano ad un gioco (mi piace sottolineare che si tratta di un gioco, *play*) che permette loro di trascendere l'ovvia aspettativa degli eventi.

Un processo "creativo"

Per quanto vari, soggettivi e originali possano essere gli approcci all'improvvisazione, possono altresì venire osservati secondo un'ottica squisitamente procedurale, dove risulta a mio parere prezioso il contributo dei *costrutti professionali* inerenti al *ciclo della creatività* (Kelly, 2004, pp. 376-378; Epting, 1990, pp. 60, 153).

In primis, e a mio avviso l'aspetto più pregnante, ci riferiamo all'*allentamento*, fase iniziale del ciclo sopra citato, in cui gli aspetti immaginativo, riflessivo e sperimentale la giocano da padroni. Di fronte alle potenzialità del mezzo sonoro, immaginiamo il musicista che in modo più o meno consapevole e spontaneo ipotizza frasi, soluzioni, combinazioni melodiche, armoniche, timbriche, ecc. in un incedere colorato di ambiguità, mutevolezza e variabilità sempre in divenire. I costrutti sonori, ricchi in questo ampio frangente di *permeabilità*, vengono cioè manipolati in una sorta di libera associazione (accostando ed esemplificando ciò con quanto si esperisce durante il sogno) (Ansaldi, 1993, p. 108) in cui domina la fantasia e l'esperienza del singolo. Un'esperienza che soprattutto nelle improvvisazioni live catalizza una condizione di rilassatezza e placidità tali da rendere l'esecutore (non lettore o riproduttore!) più disponibile ad accogliere quel materiale fluido, *lasso* e instabile che la sua capacità produttiva gli permette di manipolare. Allora un fraseggio si può sviluppare partendo da una "sensazione emotiva" (comunemente intesa come gioia, tristezza, calma, agitazione, ecc.) accostabile ad uno stimolo prodotto da un compagno di band, piuttosto che da uno squillo di cellulare, o da una porta che si apre cigolando. Si rinnega cioè una rigidità di risultato che potrebbe a titolo esemplificativo essere rappresentata da un'esecuzione (invece!) iper-fedele allo spartito, concepita in modo da risultare il più possibile *impermeabile* alle condizioni, al qui ed ora, agli stimoli creativi, cioè, innovativi e originali. (Si consideri quest'ultimo solo a titolo strettamente esemplificativo e utile per il presente argomento; in quanto si entrerebbe nell'ambito dell'interpretazione musicale qui, per l'appunto, volontariamente non sviluppato).

Questa (macro) fase, di sorpresa ed eterna ricerca (Marsalis, 2009, p. 66), permette non solo l'introduzione di nuovo e fresco materiale sonoro, ma soprattutto favorisce quel processo di sviluppo, evolutivo e migliorativo, di ciò che potrebbe essere definito "il suono" del musicista, cioè il "suo suono, la sua voce". *Allentare* il proprio *playing*, al fine (mai finito) di arricchire il timbro del proprio strumento, le proprie possibilità espressive, per sondare modi inediti di creare suono e musica; un processo anche assurdo, preverbale e auto-riflessivo seguito, inevitabilmente dalla seconda fase, di chiusura, del ciclo: il *restringimento*. Inevitabilmente, perché in primo luogo la musica, essendo in/di sostanza "eterea ed evanescente" (come accennato

[13] Dispositivo costruito con componenti fisiche (analogiche, cioè non digitali) che restituisce uno o più segnali in uscita ritardati e ripetuti in aggiunta al segnale di ingresso.

[14] Apparecchio in grado di generare svariate combinazioni di suoni, dalle simulazioni di strumenti e timbri reali a inediti non esistenti in natura.

all'inizio) necessita di una registrazione o traduzione di qualche tipo per essere ritenuta. Quindi, si allude alla messa su supporto (vinile, cd, digitale, ecc.) ma anche alla scrittura in notazione "standard" (la partitura) o in altre modalità che solitamente caratterizzano chi si occupa di improvvisazione, con nomenclature alquanto inconsuete ed originali (grafici, icone, schemi, spesso utilizzati a mo' di canovaccio).

Ma ancora, durante la pratica stessa del suonare, da quella fase più "impalpabile" di cui sopra (*allentamento*), dove, ad esempio, il solista spazia tra le note in modo (anche) disordinato, paradossale, stravagante, dove, ad esempio, l'impressione dell'ascoltatore potrebbe essere quella di un magma sonoro carico di tensione ed imprevedibilità, e dove, ad esempio, il sound globale appare per di più in una fase di sperimentazione, di ricerca, in ipotesi; (dunque) verso un processo di maggior definizione, talvolta connotabile come una specie di insight.

Allora i costrutti sonori si fanno più delineati, la "voce" dei musicisti cresce di intensità, le note escono con maggior purezza e si incomincia a sentire una sorta di regolarità nel fraseggio. In tale frangente anche l'ascoltatore individua con più facilità una qualche logica ora meno sotterranea, incomincia cioè a "capirci qualcosa". Tutto appare più pulito e preciso.

Se ci troviamo di fronte ad un gruppo, ad esempio, si nota (probabilmente) una sorta di sintonizzazione tra gli elementi, una canalizzazione globale che rende quel magma sonoro ora maggiormente intelligibile, luminoso e prevedibile. Potremmo altresì concepire questa fase come una specie di riposo, di "quiete dopo la tempesta" (grazie a Leopardi): (spesso) è il solista che dall'improvvisazione (precedente), sceglie quell'ipotesi musicale preferita e preferibile al contesto, e quindi la pone a verifica: prima da solo, mentre il flusso sonoro attorno a lui prosegue; riprendendo, girando e rigirando, cesellando tale proposizione, definendola pian piano e rendendola sempre più *impermeabile* (cioè meno perturbabile da ulteriori stimoli ed elementi); intanto l'orecchio dei compagni fa sì che intuiscano che potrà essere una "buona idea" e come si potrà sviluppare; quindi si arriva alla messa in gioco definitiva, in cui tutti agiscono in linea con tale ipotesi ora in fase di vera e propria verifica. Se risulterà "veramente una buona idea", probabilmente entrerà a far parte di quello che si può definire come repertorio di frasi, per di più inedite od originalmente ricostruite, che costituisce l'identità musicale dell'improvvisatore; sarà inoltre spendibile e utile in quanto (idea cioè frase, *lick*, frammento) piuttosto *stretta* e definita come riferimento durante un'esibizione dal vivo, una sorta cioè di faro di riferimento, di orientamento, di e per sicurezza.

Si conclude un *ciclo (della creatività)* per aprirsene un altro, in quella danza tra *lassità* e *strettezza* che caratterizza un approccio di questo tipo alla musica. Che si stia parlando di improvvisazione jazz suonata live, o che ci si riferisca ad una session di composizione estemporanea e sperimentale con mezzi elettronici, comunque l'evoluzione del materiale sonoro molto probabilmente potrà essere interpretata secondo una proceduralità continua di alternanza tra le due fasi di cui sopra, a favorire una costante emersione di sempre nuove dimensioni di significato (costrutti - musicali e personali).

Creatività, che condivide, legittima e rispetta un procedere talvolta assurdo (Kelly, 2004, p. 376), in un contesto dove la sperimentazione e l'apertura al nuovo possono essere sempre possibili: "non c'è mai fine" (John Coltrane).

Di "ansia" in "aggressività"

Ancora in termini prettamente procedurali, in modo parallelo e complementare a quanto detto sopra, il flusso improvvisativo si coniuga bene con il concetto di *ansia* proposto dalla teoria costruttivista kelliana. Stiamo cioè parlando di un'esperienza che implica un certo grado di confusione, ambiguità e imprevedibilità, o per dirla in altro modo, in un tentativo di parafrasi della definizione originale (vedi Kelly, 2004, pp. 344-347), dove i fenomeni musicali che si stanno per affrontare giacciono per lo più in una zona in cui le attuali strutture costruttive risul-

tano più o meno carenti, in una specie di incapacità del sistema stesso di includere e prevedere fino in fondo quanto sta o potrebbe accadere.

Spesso, quando si cerca di "suonare in modo diverso", il musicista si trova in una condizione di sospensione, come se non avesse la più pallida idea di quello che potrebbe accadere (Marsalis, 2009, pp. 30, 46). E se tale esperienza viene inoltre fatta assieme ad altri musicisti, il grado di imprevedibilità si eleva esponenzialmente, rendendo quindi la situazione (anche) estremamente ansiogena ma potenzialmente ispiratrice e creativa.

È il caso, ad esempio, di colui che improvvisa inoltrandosi in territori sonori sconosciuti, in cui le strutture metriche gli risultano inedite, in cui la successione intervallare di note non segue l'abituale sistema temperato[15], o le cui sonorità non sono state prima d'ora esplorate. A titolo ulteriormente esplicativo mi potrei riferire alla musica indiana[16], il cui approccio avviene da un musicista cresciuto con "i suoni dell'occidente", oppure al chitarrista che decida di provare accordature originali, contrastando così un'abitudine che solitamente ed in modo inevitabile si genera a livello di diteggiature e pattern standardizzati: in entrambi i casi, e lascio al lettore immaginare altri e svariati scenari, risulterà alquanto probabile la sperimentazione di un certo senso di smarrimento, soprattutto in un primo istante, dove l'effetto novità risulta più incisivo.

Cercare una "sonorità nuova", esplorare soluzioni melodiche, armoniche, ritmiche, timbriche, espressive, ecc. diverse, sia in un contesto individuale che collettivo, implica sostanzialmente sempre un certo livello di *ansia.* È un'*ansia* che per lo più si correla con la fase di *allentamento* descritta nel paragrafo precedente, quindi altamente generativa, fluida, nonché propositiva, e vista la totale esclusione di pre-concetti (o post-concetti definitori) direi anche costruttivamente *proposizionale*[17].

Di fronte alle aree ed esperienze ansiogene che l'improvvisatore si trova ad affrontare, ma forse potremmo anche meglio dire che decide di esplorare, entra in gioco il *costrutto* di *aggressività* (Kelly, 2004, pp. 356-357; Epting, 1990, p. 57), implicando un atteggiamento altamente elaborativo da parte dell'esecutore nei confronti di quei costrutti sonori fonte prima di confusione, ambiguità e imprevedibilità da cui siamo partiti.

Più il campo sarà poco battuto, più il soggetto, per fronteggiare l'*ansia* esperita, dovrà far ricorso alla sua capacità di investigare nuove modalità e strategie così da "muoversi" in tale contesto in un modo auspicabilmente più efficace, fluente e comprensibile. Aggredisce, cioè, l'*ansia*, "escogitando cose che possono tirarlo fuori dalla posizione scomoda" in cui si trova (Marsalis, 2009, p. 15). E quasi sempre è fonte di soddisfazione per il musicista districare l'ingarbugliamento che si genera da quella fase che potremmo ora considerare come *allentata* e *ansiogena*, la quale conduce, grazie ad un approccio *aggressivo,* ad una risoluzione[18] attribuibile alla chiusura del *ciclo della creatività*, cioè il *restringimento.*

In termini dunque più generali potremmo pensare all'*aggressività* come ad un processo che

[15] Suddivisione simmetrica dell'ottava in 12 semitoni identici.

[16] Per musica indiana mi riferisco principalmente ai concetti di *raga* e *tala*, caratterizzati da strutture che si discostano significativamente per metrica e intervalli scalari da quella che possiamo considerare la "concezione occidentale" della musica, a cui noi siamo abituati e che abbiamo cioè "in orecchio". Per un approfondimento si veda, ad esempio, Garzanti (2005, p. 1052).

[17] Cioè esente da implicazioni o rapporti causali "se… allora"; ma piuttosto "se… (potrebbe) anche". Perciò l'evento musicale rimane aperto e disponibile a varie possibili (ri)concettualizzazioni e reinterpretazioni. Per un approfondimento si veda Kelly (2004, pp. 144-145), Epting (1990, p. 48).

[18] Intesa come quel processo musicale che conduce alla "scarica" tensiva precedentemente creata; quindi una sorta di "conclusione", che implica un passaggio da una fase più dissonante (tesa) ad una maggiormente consonante (rilassata) (Garzanti, 2005, p. 752).

favorendo un'elaborazione del sistema musicale, nello specifico, proietta il musicista verso un futuro di novità sonore e soprattutto di modalità diverse (fresche, inedite, originali) di affrontare la "questione musicale". Chi sceglie di improvvisare, navigando cioè in acque poco conosciute o, per dirla in altri termini, in situazioni (ancora) non chiaramente costruibili, è sempre alla ricerca di qualcosa di destabilizzante; e il piacere sta (anche e soprattutto) nel processo, che solitamente avviene in maniera per di più spontanea, ma non necessariamente automatica o facile (!), il quale spesso sfocia in un "eureka", esplicitato dai musicisti con quei vocalizzi di assenso che si percepiscono, ad esempio, nelle registrazioni o durante le esibizioni live ("Yeah!").

Ne sono un esempio quelle sessioni informali, magari a tarda notte, in cui i musicisti, in un contesto particolarmente *allentato,* si permettono maggior spazio all'esplorazione di certe situazioni sonore più strane, implicite, *ansiogene*, quando cioè il senso di libertà e di iniziativa personale hanno la meglio su qualunque fine estetico e in cui il risultato lascia spazio al processo. Lì emerge quell'approccio squisitamente *aggressivo* a cui mi sto riferendo: si "sente" (in senso lato) quella passione disinteressata e autentica che fa "swingare" i jazzisti, fa "volare" i solisti sulla tastiera del loro strumento, o soffermarsi in modo particolarmente intimo e (auto-) riflessivo su determinate note e fa emergere combinazioni sonore straordinarie, creando, cioè, "cose nuove" (Marsalis, 2009, p. 80).

Aggiungo, a chiusura di questo paragrafo, un ultimo aspetto che concerne ciò che solitamente viene considerato come "difetto" o "limite" da parte del musicista. A qualunque livello la si concepisca, una limitazione può essere creativamente gestita con un approccio *aggressivo*, tanto che i musicisti più famosi ed intraprendenti sono in grado di tramutare tali "mancanze" in punti di forza. Ad esempio il sassofonista Joe Henderson, per supplire alla mancanza di volume, sviluppò una peculiare intensità ed incisività sonora (espressività ed emotività, in altri termini) (Marsalis, 2009, pp. 74, 77); oppure ci si potrebbe riferire ai molti chitarristi che approfondiscono e curano un fraseggio ricco di vibrati e suoni ad alto *sustain*[19] per compensare una mancanza di velocità esecutiva (spesso, ma non solamente, in ambito *blues*); e, per rimanere in tema, mi rifaccio allo stile chitarristico di Django Reinhardt, il quale a seguito di un incidente e relativa atrofizzazione dell'anulare e del mignolo della mano sinistra, sviluppò una tecnica ed un approccio allo strumento "tutto suo", tanto rivoluzionario quanto notevolmente apprezzato per stile ed originalità (suonava in sostanza solo con tre dita, indice e medio sulla tastiera e pollice per afferrare il manico).

Elaborare uno stile personale, ecco il punto.

L'"individualità"

"Dovevo avere una mia voce, qualsiasi voce fosse…" (Miles Davis).

Da una ricerca di un proprio suono, stile, espressività, di propri e peculiari modi con cui affrontare l'universo improvvisativo, dove possa emergere un'unicità che in quanto tale, e in quanto esseri (umani), ci appartiene, arriviamo piuttosto facilmente (e spontaneamente) al concetto di *individualità* proposto dalla teoria kelliana, secondo cui "le persone differiscono tra loro nel modo con cui costruiscono gli eventi [musicali]" (Kelly, 2004, p. 49). "Non potrebbe essere altrimenti… come non ci sono al mondo due persone uguali, così dev'essere anche con la musica" (Billie Holiday, in Donà, 2006, p. 174).

Tutto il panorama improvvisativo (e direi anche jazzistico: molte potrebbero essere le citazioni simili a quelle proposte poc'anzi) è caratterizzato da una particolare enfasi delle differen-

[19] Mantenimento di un suono in attivo nel tempo.

ze individuali: in parte prendendo esplicite distanze da una tradizione musicale di stampo accademico che tendeva, e forse tende ancora, ad omologare il *playing* e l'approccio al musicale in genere; in parte perché, essendo profondamente connaturato da aspetti creativi, innovativi, originali, non potrebbe essere altrimenti.

Riferendoci al sistema di costrutti sonori risulta abbastanza intuibile come lo stesso appaia naturalmente distinto tra un musicista e l'altro, un po' come le impronte digitali o la morfologia dell'iride. E tali differenze riguardano sia quegli aspetti prettamente contenutistici, quindi l'insieme di costrutti pertinenti ad esempio ai diversi tipi di scale, all'armonia, al senso del ritmo, al come ottenere determinati effetti timbrici, e così via; ma anche un punto di vista squisitamente procedurale, quindi il modo con cui chi si immerge nel flusso del sonoro affronterà la sfida dell'improvvisazione. Differenze che si evincono ad esempio quando due distinti musicisti, pur suonando con la medesima strumentazione, ottengono risultati acustici (anche) molto lontani tra loro. Oppure quando di fronte al medesimo evento, quale ad esempio una *jam session*, i solisti che improvvisano si rendono chiaramente riconoscibili proprio per quell'insieme di aspetti e scelte musicali che sembrano emergere dal loro DNA.

Spesso si usa dire che nella musica improvvisata esistono tanti approcci quante sono le persone. Si tratta altresì di valorizzare quegli aspetti che (ci) rendono diversi, in un procedere con e tra la musica che tiene costantemente conto di come poter trovare una via per comunicare "la propria visione del mondo" (Marsalis, 2009, pp. 9, 19). È il caso di colui che sceglie sonorità piuttosto abrasive e provocatorie, in un incedere di sviluppi ritmici intensi e dalla rapida *pulsazione metronometrica*[20]; ne potrebbe risultare un'improvvisazione "fatta" (risuona con il termine *industrial*[21], in quanto macro-genere musicale) con mezzi elettronici, combinati tra loro e/o con altri strumenti più tradizionali o con stimoli sonori di qualsivoglia sorta: dal vocalizzo registrato sul momento e quindi elaborato e manipolato secondo "quel proprio stile", all'input digitale generato da una app allo smartphone, anch'esso infinitamente plasmabile e trattabile. Un processo che si sviluppa attorno a dei significati (o costrutti) personali piuttosto "espliciti", a comunicare trasgressivamente una sorta di grido, protesta, sfogo. Oppure, in un'ipotetica contrapposizione, colui che decide per un percorso sonoro più "implicito", dove la propria individualità si evince "tra gli interstizi" (Cook, 2005, p. 74), tra una nota, una frase, un silenzio e l'altro.

Improvvisare su e con costrutti sonori semplicemente diversi, quindi. Non si tratta cioè di qualità in termini di "bello" o "brutto", ma di unicità di processo, sviluppo e risultato; perché differenti sono i percorsi seguiti con i diversi *sistemi di costrutti* in gioco. Ogni musicista ha dunque l'opportunità di comunicare un significato differente rispetto ad un altro, che si sviluppa dal suo sistema (unico); ma anche rispecchiare un modo di affrontare il e stare al mondo, appunto, originale. Si tratta, in sintesi, e per riprendere quanto già detto, di un'individualità che riguarda e prende forma sia dal contenuto dei costrutti (musicali) in gioco (mi riferisco, a titolo ulteriormente esemplificativo, al saper "padroneggiare" uno o più strumenti, alle scale pentatoniche, modali, esatonali, diminuite, ecc.[22], all'utilizzo di un sintetizzatore, di una *consolle* da *dj*[23], dei *software* per l'*editing* audio, ecc.) sia dai processi in cui tali costrutti vengono originati, manipolati e soprattutto combinati tra loro, in un insieme potenzialmente infinito di soluzio-

[20] O velocità a livello temporale, quantificabile in battiti per minuto (BPM).
[21] Macro-genere caratterizzato da ampie sperimentazioni sonore e rumoristiche.
[22] Varie tipologie di scale musicali caratterizzate da un numero di suoni peculiare, atte a favorire un proprio "ambiente sonoro".
[23] Insieme di apparecchiature utilizzare dal disc jockey (dj) per la riproduzione e la manipolazione di musica e materiale sonoro quali: giradischi, lettore di compact disc, mixer, drum-machine, sintetizzatori, effettistica di varia sorta, ecc.

ni, che portano ad altrettante infinite possibilità comunicative.

Quanto detto "attorno" al concetto di individualità, in un certo senso, si potrebbe riferire a qualunque "tipo di musica", in cui sostanzialmente risulta impossibile trovare due musicisti che per quanto abbiano studiato lo stesso strumento, per gli stessi anni, con lo stesso impegno e nelle medesime condizioni, suonino in maniera identica. Quindi, figuriamoci per la musica improvvisata! (Ovviamente) qui non si tratta solo di riconoscere le unicità, ma anche e soprattutto di enfatizzarle, ricercarle, sottolinearle, dando loro particolare legittimità e rispetto, così da valorizzare quei significati personali a cui si accompagnano.

Per concludere, con le parole di Wigram (2005, p. 12), "il significato nella musica improvvisata [è specifico] della persona che sta creando".

Dall'"intraplay" all'"interplay"

Potremmo anche dire dall'*individualità*, alla *socialità*. Per come la vedo io, l'improvvisazione può essere "fatta" (ancora, per quella concretezza che le attribuisco, per la sua efficacia nel creare e dare dei risultati; ecco perché uso il verbo "fare") nei contesti più svariati, arricchendosi di volta in volta di colori, sfumature, riflessi, aromi… sensazioni, peculiari, ispirata da quel *mood* situazionale che rende unica ogni performance, sia che la stessa riguardi un'esibizione *live*, sia che si tratti di una sessione in studio di registrazione. E una variabile di indubbio rilievo in merito riguarda proprio la presenza degli altri. Ecco, quindi, un completamento dal/del quadro precedente, dai significati personali, dall'individualità costruttiva, dal gioco del singolo, all'interazione tra i significati, alla costruzione dell'altro, al gioco tra le parti.

Si tratta cioè di suonare in "buona compagnia" (Donà, 2006, p. 195), dove le potenzialità del sonoro si arricchiscono di tutta una serie di suggerimenti nonché provocazioni che la somma dei singoli non sarebbe in grado di favorire. Ma perché ciò possa accadere risulta importante, forse indispensabile, che gli elementi coinvolti assumano un certo atteggiamento di reciproca *accettazione*, rispetto, impregnato da una sorta di umiltà e pazienza, nonché di quell'"ascoltarsi davvero" (Marsalis, 2009, p. 36) che caratterizza ciò a cui mi riferisco con il termine *interplay*.

Mi rifaccio dunque al concetto di *socialità* proposto dalla teoria kelliana sotto l'omonimo corollario, secondo cui "una persona può giocare un *ruolo* in un processo sociale [musicale] che coinvolge un'altra persona nella misura in cui costruisce i processi costruttivi dell'altra" (Kelly, 2004, p. 87). Importante risulta cioè assumere la prospettiva altrui, carpirne la modalità costruttiva degli eventi, quella maniera di vedere le cose e significare i fenomeni che nello specifico gravitano attorno all'universo del sonoro. O in altri termini, e più semplicemente, stiamo parlando del modo in cui le persone (musicisti) si mettono in relazione tra loro: l'interpersonale (l'*interplay*).

Improvvisare in un contesto di gruppo richiede una comprensione dell'altro piuttosto "attenta" (Marsalis, 2009, p. 20), raffinata, da valorizzare e coltivare, rispetto ad una situazione in cui i musicisti rivestono, ad esempio, un ruolo prettamente esecutivo, guidati cioè da un direttore e dallo spartito, in cui anche l'interpretazione personale ha margini alquanto limitati, se non nulli (mi riferisco qui a quegli *ensemble* orchestrali il cui obiettivo è di riprodurre fedelmente una determinata composizione scritta). Tale e successivi esempi, allo scopo di spiegare cosa si intenda, in modo ancor più nitido, con il termine (o *costrutto di*, per meglio dire) *ruolo.* Perché le persone (musicisti) riescano a giocare una relazione di *ruolo* (tra loro), devono in qualche misura sintonizzarsi e agire in funzione di una certa disponibilità alla comprensione reciproca (la quale catalizza altresì un processo di partecipazione interattiva): nello specifico si tratta di improvvisare assieme agli altri, non sopra o nonostante loro. Un po' come quando l'improvvisazione viene creata su basi pre-registrate (immaginiamo il virtuoso chitarrista ad

improvvisare su un tappeto armonico in mp3: esempio stretto di *intraplay*), rispetto ad un'improvvisazione con/di "veri" musicisti, i quali dialogano tra loro, "rispondono ai richiami e proposte sonore che si lanciano" (Marsalis, 2009, p. 35), partecipano cioè ad una costruzione in fieri di un proprio *sound*, in una particolare atmosfera di intuizione, anticipazione e rispetto (esemplificativo, invece, di ciò che intendo con *interplay*). Giocano un *ruolo* in questo tipo di improvvisazione, quindi, quei musicisti che riescono veramente, profondamente e autenticamente ad ascoltarsi, e (quindi) a suonare assieme (Sloboda, 1998, p. 228).

Tutto ciò, altresì, non implica necessariamente che tra loro, i musicisti, "vedano" le cose alla stessa maniera. Comprendere, intuire, prevedere una sequenza ritmica del batterista, ad esempio, mi permette di giocare un *ruolo* in quanto solista, che in quel momento si sta appropinquando al solo. Dal/con il suo punto di vista, posso verosimilmente anticipare determinati sviluppi acustici, passaggi (nel senso di frasi ritmiche), variazioni nell'intensità e nell'intenzione sonora. Ma "conoscendolo" posso aspettarmi che il volume che manterrà durante la mia performance sarà sempre "un po' troppo alto"; che quei "passaggi sui *tom*[24]" saranno "sempre un po' troppo enfatizzati", e che tenderà "a ritardare" nella chiusura del "giro"; "io farei diversamente". Ancora, durante la proposta di un tessuto armonico al pianoforte, tale musicista, avendo una certa "comprensione" della tromba che sta accompagnando, sceglie determinati *voicing*[25] di accordo in funzione di quanto si aspetta ciò possa risultare prezioso per l'improvvisazione solista del collega. Ma le frasi melodiche che verranno, non necessariamente appartengono ad un gusto, ad uno stile, ad un "suono" più caratteristici del pianista. Anzi, lo stesso potrebbe trovarle troppo "acide, frenetiche, disordinate", oppure "blande, fredde, con poco tiro". Eppure la cosa funziona, i due si capiscono, si intendono perfettamente… nel jazz probabilmente si direbbe che "c'è swing!" (Marsalis, 2009).

Si tratta di esempi di "buono e sano" *interplay*, dove i *ruoli* vengono giocati, rispettati e riconosciuti dalle parti in campo, dove si agisce in funzione dell'altro con un significativo grado di comprensione del suo universo sonoro, ma dove altresì il livello di *comunanza* è sia basso, che poco rilevante. Per spiegarmi meglio, secondo la teoria costruttivista, con il termine *comunanza* ci si riferisce a quelle modalità di costruire l'esperienza che possono essere più o meno simili tra i soggetti coinvolti (Kelly, 2004, pp. 82-87; Epting, 1990, pp. 42-45). Per cui, più nello specifico, di fronte alla medesima situazione musicale, due musicisti potranno agire scegliendo delle soluzioni melodiche simili, seguendo cioè dei processi costruttivi simili (da una serie di note isolate, ad un flusso più amalgamato ed intenso; da un suono più rarefatto ed impreciso, ad un suono più chiaro, pulito ed intelligibile, e così via) che favoriranno un risultato espressivo simile. Questo, in presenza di un elevato grado di *comunanza*. Altresì, come negli esempi da cui sono partito, in un medesimo evento musicale, sebbene entrambi i musicisti si stiano approcciando allo stesso in un'ottica squisitamente improvvisativa, l'interpretazione o la sperimentazione di tale fenomeno risulta alquanto particolare, così da concretizzarsi in azioni che sono (o potrebbero essere) diverse, cioè in una scelta di note, combinazioni delle stesse, intensità esecutiva, passaggi ritmici e armonici, e così via, piuttosto diversi.

Ebbene, la *socialità* non è sovrapponibile alla *comunanza*, almeno per certi aspetti: indubbiamente, o possiamo supporre con buona sicurezza che, se si trovano "tutti lì", ad avere a che fare con "quel qualcosa di sonoro", nonché interessati al mondo dell'improvvisazione, ci deve pur essere un qualche aspetto di *comunanza* tra di loro. *Comunanza* nel costruire o ricostruire certi fenomeni della propria esperienza avvalendosi del mezzo musicale (piuttosto, cioè, che

[24] Propriamente detto Tom-tom. È un tamburo di forma cilindrica solitamente chiuso ad entrambe le estremità da membrane vibranti (dette *pelli*).

[25] Modalità di disposizione e selezione di suoni o note allo scopo di formare accordi dalla sonorità voluta.

figurativo, fotografico, dialogico, ecc.), scelto come utile e funzionale per esprimere "qualcosa". Certo, ma detto questo, potrebbe essere interessante considerare come da una *comunanza* a tale livello (che potremmo anche considerare *sovraordinato*), ci si possa non di rado imbattere in una significativa diversità ad altri livelli (relativamente *subordinati* al precedente) che in buona parte si identifica con l'*individualità* di ciascun membro del gruppo, dove cioè le modalità differenti di costruire, agire, processare gli eventi sonori mettono a confronto unicità che decidono di stare assieme.

Quindi, nel rispetto e nella consapevolezza di tali diversità, immedesimarsi nel ruolo dell'altro (tu, cantante, prova a metterti nei panni del sassofonista, o del percussionista) permette non solo di giocare un (proprio, autentico) ruolo all'interno dell'organico di cui si fa parte, ma anche di arricchire il *sound* finale della *band*; così come permette al singolo di plasmare la propria personalità arricchendosi di quelle differenze di cui abbiamo finora parlato.

Per rigor (di una mia) logica aggiungo, prima di concludere una breve riflessione:

da quanto detto, sembra dipingersi un quadro (sociale) piuttosto armonico e sereno tra i musicisti a cui immaginativamente ho fatto riferimento. Ebbene, lungi da me sostenere una visione idilliaca tout-court del rapporto tra gli stessi. Anzi, spesso le diatribe, i conflitti, le divergenze d'opinione, o per meglio dire quell'*impermeabilità* nei confronti dell'altro, dove cioè potremmo presupporre una prepotente ed eccentrica *individualità* (da "primadonna"), si riscontrano eccome, a scapito perciò della possibilità di giocare un *ruolo*, per come lo abbiamo inteso, l'uno nei confronti dell'altro. Improvvisare in gruppo, in un contesto in cui viene cioè richiesta una buona capacità di immedesimarsi nell'altro per favorire la costruzione dei suoi processi costruttivi (personali tanto quanto sonori) diviene allora alquanto difficile. Un risultato concreto lo si può immaginare in quelle *session* in cui non c'è *feeling*, manca l'amalgama, non si sente quella sintonia che caratterizza un "bel gruppo". I musicisti, pur suonando insieme, improvvisano da soli. Ma questo aprirebbe ad altri scenari, sicuramente di piacevole viabilità, tuttavia extra rispetto all'elaborato in questione.

Buona mi sembra la seguente sintesi per chiudere il cerchio, dall'*individualità* alla *comunanza*, fino alla *socialità*: "mentre conosci [comprendi] una persona, allo stesso tempo apprendi qualcosa del mondo [musicale, e non solo] e di te stesso, e se riesci a mettere a fuoco ciò che apprendi, il mondo e te stesso ti [saranno] sempre più vicini" (Marsalis, 2009, p. 17).

Conclusione: *Fade out*

Quanto proposto in questo elaborato vorrei che fosse stato una sorta di lettura, cioè una possibile interpretazione, di come il concetto di improvvisazione da me esposto si possa esplorare con alcuni aspetti scelti dal sottoscritto dal panorama della psicologia dei costrutti personali di G. A. Kelly. Certo, per navigare nelle acque dell'improvvisazione, tra "il musicale" e con "lo psicologico", ho operato delle scelte di materiale, adattando, scremando, selezionando alcune volte con maggior delicatezza, altre, forse, con più decisione e drasticità. Spero, di non aver osato troppo.

Ma in quanto tale si tratta pur sempre di un'ipotesi di percorso, una chiave di lettura che rispecchia le idee, le conoscenze e quei punti di vista che al momento della stesura mi appartengono (appartenevano), per cui rivisitabili e viabili secondo altre rotte. L'improvvisazione è anche e soprattutto qualcosa di situazionale, agita in un determinato momento, in un preciso ed unico qui ed ora. Così è stato anche per la stesura di questo articolo, per cui ogni paragrafo potrebbe essere o essere stato (ri)scritto diversamente.

Nulla di male, anzi. Tra i miei intenti c'era quello di perturbare, anche solo in minima parte, il sistema di costruzione musicale del lettore, fornendo degli spunti, degli input, degli stimo-

li che orientino al dubbio, alle domande e alla curiosità, piuttosto che dare una serie di nozioni e informazioni, o risposte a quelli che peraltro rischierebbero di essere (solamente) miei quesiti.

Dunque, un'enfasi al processo, dove i contenuti ne descrivono una possibile via di transito, giunta ormai al termine, in un *fade out*[26] in cui la musica continua ancora, anche dopo che i decibel sono arrivati allo zero. Una chiusura morbida, in dissolvenza appunto, di un percorso che non pretende certo di aver esaurito alcunché in merito ad un tema di così vasta portata. Una specie di punto, ma per altri inizi.

Propongo perciò al lettore di cercare in modo libero, con curiosità e creatività nel web, ma non solo, possibili spunti di ascolto, magari sfruttando anche qualche termine o concetto attingibile da questo elaborato. Ad esempio, combinando i termini *experimental*, *free*, *exploration*, *electronic*, *industrial*, *minimal*, *avantgarde*, *live*, *improvisation*, *music*, *sound* (ecc.).

Altresì qualche proposta personale, di artisti, gruppi e video:

Ali Akbar Khan (sarodista); Area (gruppo); ElectroAcoustic Ensemble (gruppo); Frank Zappa (chitarrista); Furt (duo elettronico); Gruppo di Improvvisazione Nuova Consonanza (gruppo); John Zorn (sassofonista); Keith Jarrett (pianista); Larry Young (organista); Miles Davis (trombettista); New Phonic Art (gruppo); Ornette Coleman (sassofonista); Otomo Yoshihide (polistrumentista); Pat Metheny (chitarrista); Ravi Shankar (sitarista); Stefano Bollani (pianista); Sun Ra (pianista); The Lounge Lizards (gruppo); Vishwa Mohan Bhatt (chitarrista indiano).

Video YouTube:

Exo 4 live experimental electronic music (https://www.youtube.com/watch?v=rCliqvyWnG0);

FURT Richard Barrett and Paul Obermayer plus guest John Russell (https://www.youtube.com/watch?v=dP9SOQG6gI4);

Jean Roupech: Electronic Music Improvisation 01 ("Analog Minimalistic Walk") (https://www.youtube.com/watch?v=sPbPWju8BsE);

JFlo Live Electronic music (improvised jam session) (https://www.youtube.com/watch?v=aWctRWZBQ_4);

Live & Improvisation by Monade Ach (Roland MC-202) & NightBirds (DSI Mono Evolver) (https://www.youtube.com/watch?v=OuK_k17yIFw);

San Diego Experimental Guitar Show (https://www.youtube.com/results?search_query=san+diego+experimental+guitar+show);

THroNG Free Ambient Electronic Music Improvisation in HD (https://www.youtube.com/watch?v=G_YEEM38KjQ);

… ma poi, la musica improvvisata, consiglio di esperirla dal vivo.

[26] Dissolvenza in uscita. Progressiva diminuzione di intensità di uno stimolo.

Riferimenti bibliografici

Ansaldi, G. (1993). *La lingua degli angeli. Introduzione all'ascolto della musica.* Milano: Guerrini e Associati.

Ceruti, M. (2009). *Il vincolo e la possibilità.* Milano: Raffaello Cortina.

Cook, N. (2005). Musica. Una breve introduzione. Trad. it. di E. M. Ferrando. Torino: EDT. (Tit. orig. *Music: A very short introduction*. New York: Oxford University Press, 1998)

Devoto, G., e Oli, G. C. (2008). *Il Devoto-Oli. Vocabolario della lingua italiana 2009.* Milano: Le Monnier, Mondadori Education. Dizionario digitale.

Donà, M. (2006). *Filosofia della musica.* Milano: RCS Libri.

Epting, F. R. (1990). *Psicoterapia dei costrutti personali. Introduzione alla teoria e metodica operativa della tecnica terapeutica.* Trad. it. a cura di G. Chiari e M. L. Nuzzo. Firenze: Martinelli. (Tit. orig. *Personal construct counseling and psychotherapy*. New York: Wiley, 1984)

Garzanti (2005). *Le garzantine. Musica.* Milano: Garzanti.

Kelly, G. A. (2004). *La psicologia dei costrutti personali. Teoria e personalità.* Trad. it. parz. a cura di M. Castiglioni. Milano: Raffaello Cortina. (Tit. orig. *The psychology of personal constructs*. New York: Norton, 1955)

Marsalis, W. (2009). *Come il jazz può cambiarti la vita.* Trad. it. di E. Fassio. Milano: Feltrinelli. (Tit. orig. *Moving to higher ground: How jazz can change your life*. New York: Random House, 2008)

Pavlicevic, M. (1997). *Musicoterapia applicata al contesto. Musica, significato, relazione.* Trad. it. di A. De Vivo. Roma: ISMEZ. (Tit. orig. *Music therapy in context: Music, meaning and relationship*. London: Kingsley, 1997)

Schiaffini, G. (2011). *E non chiamatelo jazz.* Milano: Casanova e Chianura.

Sloboda, J. A. (1998). *La mente musicale.* Trad. it. di G. Farabegoli. Bologna: Il Mulino. (Tit. orig. *The musical mind: The cognitive psychology of music*. New York: Oxford University Press, 1985)

Wigram, T. (2005). *Improvvisazione. Metodi e tecniche per clinici, educatori e studenti di musicoterapia.* Trad. it. di A. De Vivo. Roma: ISMEZ. (Tit. orig. *Improvisation: Methods and techniques for music therapy clinicians, educators and students*. London: Kingsley, 2004)

Zingarelli, N. (2003). *Lo Zingarelli. Vocabolario della lingua italiana.* Bologna: Zanichelli.

L'Autore

Davide Uderzo. Psicologo, psicoterapeuta specializzato presso la scuola costruttivista "*CESIPc"*. Appassionato di musica senza generi. Chitarrista in eterna discussione.
Attualmente in collaborazione con il centro servizi per anziani Ipab *"La Pieve"* e con la biblioteca comunale *"Gabriele Boschiero"* del suo paese d'origine, Breganze (VI).
Saltuario docente di recuperi scolastici e di chitarra moderna.

Email: uderzo.davide@gmail.com

Citazione (APA)

Uderzo, D. (2019). Il concetto di improvvisazione (musicale) e la psicologia dei costrutti personali. *Costruttivismi*, *6*, 54-70. doi: 10.23826/2019.01.054.070

Costruttivismi, 6: 71-84, 2019
Copyright @ AIPPC
ISSN: 2465-2083
DOI: 10.23826/2019.01.071.084

aippc
ISSN 2465-2083
COSTRUTTIVISMI
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

Una riflessione sul cambiamento nell'ottica costruttivista intersoggettiva. Un contributo delle neuroscienze

A reflection on change in intersubjective constructivist perspective: A contribution from neuroscience

Valeria Lucci

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Costruttivista, CESIPc, Firenze

Sommario. Nel presente articolo si propone un approfondimento dei concetti di trauma e dissociazione alla luce degli studi neurobiologici. Negli ultimi decenni, gli sviluppi delle neuroscienze hanno prodotto nuove conoscenze ed hanno aperto nuovi interrogativi sul funzionamento mentale, rendendo possibile un dialogo con le ricerche e i dati sviluppati nel contesto clinico. In particolar modo un importante punto di convergenza tra clinica e neuroscienze è rappresentato dalle ricerche sull'elaborazione mnestica del trauma che hanno dimostrato come l'esperienza può influenzare il cervello in maniera diretta, sia a livello metabolico sia strutturale. A partire da questa considerazione si propone una lettura dei temi teorici del trauma evolutivo e dei processi dissociativi, evidenziandone l'impatto sulle capacità di regolazione affettiva in chiave psicobiologica e giungendo ad una riflessione sul significato di cambiamento in psicoterapia.
Parole chiave: attaccamento, memoria implicita, trauma, dissociazione, cambiamento

Abstract. In this article we propose a deepening of the concepts of trauma and dissociation in the light of neurobiological studies. In recent decades, developments in neuroscience have produced new knowledge and opened new questions on mental functioning, making it possible to dialogue with research and data developed in the clinical context. In particular, an important point of convergence between clinical and neuroscience is represented by the researches on the memory processing of the trauma that have shown how the experience can influence the brain directly, both at metabolic and structural level. Starting from this consideration, we propose a reading of the theoretical themes of the evolutionary trauma and dissociative processes, highlighting the impact on the capacity of affective regulation in a psychobiological key and arriving at a reflection on the meaning of change in psychotherapy.
Keywords: attachment, implicit memory, trauma, dissociation, change

Ricevuto il 6 giugno 2019; accettato il 13 luglio 2019.
www.aippc.it/costruttivismi

Non si può comprendere il concetto di memoria se non si comprende che l'esperienza modifica le proprietà fisiche dei neuroni.

(Perry, 1999)

Il nostro cervello, nella forma matura, può essere considerato il risultato del potenziale genetico e dell'ambiente (Lingiardi 2001) Infatti, una delle scoperte più importanti negli ultimi anni nell'ambito delle neuroscienze è stata l'evidenza che le esperienze di vita sono in grado di apportare delle modifiche strutturali al cervello, agendo direttamente sull'espressione genica. Superato il concetto di unità statica, oggi consideriamo il cervello costituito da reti neurali che possono essere attivate in una quantità infinita di configurazioni. Il concetto di neuroplasticità non riguarda solo il periodo dell'infanzia e quello pre-puberale, ma negli ultimi venti anni è stato esteso a tutte le funzioni cerebrali e a tutte le età La rete sinaptica cerebrale e le strutture correlate, compresa la corteccia cerebrale, si riorganizzano attivamente grazie all'esperienza e alla pratica (Mahncke et al., 2006; Doidge, 2007). Il pensiero, l'apprendimento e le esperienze di vita sono in grado di produrre delle modifiche strutturali e funzionali, agendo in maniera diretta sull'espressione genica. Quindi *cambiare* è possibile. Tuttavia va considerato che esperienze di rilevanza traumatica avvenute nel cosiddetto periodo critico, quello dell'infanzia, inducono modificazioni strutturali e metaboliche tali da condizionare in maniera profonda le esperienze successive, influenzando le possibilità di cambiamento futuro (LeDoux et al., 1989; LeDoux et al., 1990) Risulta pertanto utile comprendere a quale *cambiamento* ci riferiamo nel contesto terapeutico e quali fattori modulino i processi *di cambiamento*. Ricerche recenti vanno nella direzione di studiare approfonditamente le interconnessioni esistenti tra memoria e trauma. Come vengono registrate le esperienze, dove vanno i ricordi, in che modo influenzano il nostro comportamento e come si presentano nel processo terapeutico?

Neuroplasticità e memoria implicita

Fin dai primi giorni di vita, il nostro cervello risponde alle esperienze che viviamo attraverso la creazione di connessioni tra le diverse cellule nervose.

Tutti i segnali sensoriali percepiti avviano una cascata di processi che influenzano la neurochimica e la cito-architettura neuronale.

Molte ricerche hanno poi confermato quello che Hebb (1949) aveva ipotizzato e cioè che circuiti cerebrali che vengono stimolati simultaneamente tendono ad essere attivati insieme anche in momenti successivi. Queste connessioni fra neuroni si rafforzano quanto più frequentemente quei gruppi di neuroni si attiveranno contemporaneamente. Questa simultanea attivazione produce un rafforzamento sinaptico che dà luogo a conseguenze funzionali importanti; infatti, in qualsiasi altro momento della vita di una persona, l'attivazione di solo alcuni neuroni implicherà l'attivazione dell'intero gruppo ad essi connesso. Al concetto di frequenza e ripetitività di attivazione di uno specifico pattern neurale, si aggiunge il concetto di intensità del tipo di segnale avvertito. Questi, insieme, condizionano il processo di creazione del modello di rappresentazione interna del mondo esterno, attraverso il quale i nuovi input vengono filtrati. Il nostro modo di esperire, dunque, è legato a dei modelli che a loro volta sono frutto dei nostri vissuti e del modo in cui questi sono stati sperimentati.

Il concetto di attivazione delle reti neurali abituale ed automatica, poi, spiega perché risulta difficile disapprendere qualcosa. Un comportamento divenuto dominante, dal momento che occupa una complessa circuitazione cerebrale, offre resistenza ai tentativi di cambiamento,

come si nota nella vita di tutti i giorni e nel contesto terapeutico, impedendo che quella circuitazione sia occupata da altre funzioni (Lingiardi & Filippucci, 2002).

Dal punto di vista strutturale inoltre sappiamo che il cervello si sviluppa in modo gerarchico e sequenziale: prima le strutture meno complesse (tronco cerebrale), poi via via, in tempi diversi durante l'infanzia, quelle più complesse (circuito limbico, aree corticali). Tale modalità di sviluppo ha un valore importante per la sopravvivenza. Alla nascita, per esempio, le aree del tronco cerebrale che controllano le funzioni cardiovascolari e respiratorie devono essere intatte. Al contrario, le aree corticali, correlate al pensiero astratto, necessitano di anni, prima di raggiungere lo sviluppo completo (18-20 anni per la competa mielinizzazione prefrontale).

Tale evidenza confermerebbe anche che ci sono periodi critici per la strutturazione funzionale del sistema nervoso centrale e che ci sono periodi più sensibili alle esperienze (Stiles, 2000). Rispetto al cervello dell'adulto, nel quale l'esperienza può modificare stabilmente il comportamento, nel cervello del bambino la stessa può modificare, in termini morfo-funzionali, la sua cito-architettura. Deprivazioni di esperienze sensoriali, durante le fasi critiche dello sviluppo, possono indurre effetti strutturali difficilmente reversibili nell'organizzazione del funzionamento cerebrale.

Posto il ruolo dell'apprendimento nelle modificazioni cerebrali, può essere utile chiedersi come vengano immagazzinate le esperienze e come queste possano influenzare la nostra vita. A questo proposito, infatti, un altro campo di ricerca delle scienze cognitive che desta molta attenzione ed interesse è quello degli studi sulla memoria.

Il processo mnestico può essere considerato suddiviso in quattro fasi – registrazione, codifica-immagazzinamento, organizzazione e recupero dell'informazione.

L'informazione percorre il sistema della memoria attraverso una serie di passaggi (Atkinson & Shiffrin, 1968). Il primo è quello della memoria iconica, che si attiva quando input sensoriali agiscono sugli organi di senso, aree che rimangono attive per tutta la durata del processo durante il quale l'informazione si trasforma in percezione. L'informazione viene quindi passata alla memoria di lavoro, la cosiddetta memoria a breve termine, che viene trattenuta per pochi minuti. Si ipotizza che il passaggio alla memoria di lavoro non comporti una modificazione genica, ma produca cambiamenti di tipo funzionale, e non strutturale. Le alterazioni nell'eccitabilità sinaptica porterebbero ad una probabilità aumentata di attivazione neuronale, ma solo in maniera temporanea.

L'ultimo momento è quello dell'immagazzinamento delle informazioni nella memoria a lungo termine.

Esiste ormai concordanza nel ritenere che esistano due tipi di memoria a lungo termine che si formano in tempi diversi, occupano localizzazioni differenti ed operano in modo relativamente indipendente: memoria esplicita e memoria implicita (Squire & Zola-Morgan, 1991; Schacter, 1992).

Le strutture coinvolte nella memoria implicita sono già sviluppate alla nascita e comprendono l'amigdala e altre regioni limbiche, i nuclei della base, la corteccia motoria e quella percettiva. Per memoria implicita si intendono tutti quei ricordi di cui non siamo consapevoli. Tale memoria si esplica sotto forma di memoria procedurale (conoscenza comportamentale – leggere, correre, andare in bicicletta) e di memoria associativa (quando crea associazioni inconsce tra parole, suoni, eventi). Nella memoria esplicita invece è coinvolto principalmente l'ippocampo (si sviluppa intorno ai due anni) per la registrazione delle informazioni e il loro richiamo. La memoria esplicita rappresenta quella forma di ricordi che possono essere volontariamente evocati e dichiarati; in funzione della natura di tali ricordi, si distinguono una memoria episodica ed una semantica.

Prima dello sviluppo dell'ippocampo, il cervello sembra essere in grado di registrare solo ricordi di tipo implicito (Siegel, 1999) che si formano grazie alla creazione di connessioni tra diverse cellule nervose in risposta alle nostre esperienze. La sintesi e la generalizzazione di tali esperienze portano alla formazione di modelli e schemi, inclusi quelli di reazione, di tipo automatico.

Le strutture neurali che mediano i meccanismi della memoria implicita sono, dunque, già presenti alla nascita e, nel corso del suo primo anno di vita, il bambino è già in grado di registrare (e forse di richiamare) ricordi a livello implicito (Siegel, 1999). A questo riguardo sono state fatte molte ricerche. Per esempio, gli studi sulle capacità di apprendimento nella fase prenatale hanno investigato la possibilità che i neonati fossero in grado di rispondere a stimoli sensoriali di cui essi avevano fatto esperienza nel grembo materno.

DeCasper e Fifer (1980) hanno condotto un interessante esperimento a riguardo, divenuto ormai celebre: durante il periodo di gravidanza alcune madri lessero la storia "The Cat in the Hat" due volte al giorno per sei settimane prima della nascita. Dopo la nascita, quando fu data loro la possibilità di allattare i neonati facendo loro ascoltare registrazioni della storia "nota" e registrazioni di storie differenti, risultò che i piccoli preferivano ascoltare la prima, mostrando comportamento di suzione più accentuato (per intensità e frequenza) durante l'ascolto.

Da un altro studio è emerso che la capacità di riconoscere la voce della mamma è acquisita prima della nascita: se infatti viene data ai neonati la possibilità di prestare attenzione alla voce della mamma tal quale e a quella della stessa, filtrata in modo da simulare lo spettro di frequenze disponibili nell'ambiente uterino, essi preferiscono la seconda (Fifer & Moon, 1994). I neonati preferiscono anche ascoltare la loro lingua madre rispetto ad una lingua straniera (Aslin & Hunt, 2001). Queste precoci preferenze sono testimonianza del fatto che il bambino ha ritenuto in qualche modo una traccia mnestica dell'informazione inerente la voce materna e delle caratteristiche acustiche e ritmiche dei suoni linguistici e portano conferma all'idea che il neonato regoli il proprio comportamento il base alle sensazioni soggettive promosse da eventi di cui egli ha avuto una precedente esperienza.

Possiamo quindi accettare l'ipotesi secondo cui le esperienze sensoriali intrauterine partecipino alla formazione di una "memoria di base" che permette al bambino di vivere con "continuità psichica" il passaggio dall'ambiente interno a quello esterno (Mancia, 2007).
La capacità di produrre processi narrativi autobiografici, invece, si sviluppa a partire dai tre anni di vita, poiché strettamente connessa allo sviluppo dell'ippocampo e alla maturazione della corteccia orbitofrontale, ed è influenzata sia dalle rappresentazioni presenti nella memoria implicita, sia da quelle della memoria esplicita.

In terapia quindi la persona sarà in grado di verbalizzare solo ricordi posteriori ai tre anni di vita ma contemporaneamente questi sono accompagnati da tutti quei ricordi impliciti che si manifesteranno nel modo di raccontarli, nella prosodia, nelle pause, nelle espressioni e nelle posture corporee. Questo conferma che all'interno del setting terapeutico un'attenzione particolare va data non solo al contenuto delle verbalizzazioni ma anche e soprattutto a quei fattori che si accompagnano al racconto. Non sempre e non solo quello che possiamo verbalizzare può avere avuto un valore importante nella nostra vita; esiste una notevole quantità di ricordi che influenza il nostro modo di relazionarsi con noi stessi e con il mondo, pur non riuscendo a tradurre tutto questo in parole.

Attaccamento e regolazione emotiva

Posta l'importanza delle prime esperienze di vita, un'attenzione particolare va riservata alle relazioni precoci tra bambino e figura di accudimento nei termini in cui esse vanno a determinare la struttura del legame di attaccamento, influenzando in maniera diretta la capacità di regolazione degli affetti del bambino (Albasi, 2006).

> *Il fine precipuo del sistema d'attaccamento così com'è descritto da Bowlby (1969) è mantenere la regolazione omeostatica della diade infante-caregiver.*
>
> (Schore, 2000)

All'interno degli scambi con la figura di attaccamento, infatti, il bambino acquisisce capacità di regolazione delle competenze affettive che sono alla base dello sviluppo del senso di sé. La relativa positività di tali scambi relazionali crea la condizione stabile alla regolazione affettiva relazionale che è interiorizzata come non verbale, e questo rende possibili ulteriori scambi interpersonali positivi a livello progressivamente più alti di sviluppo del sé.

La teoria della regolazione di Schore (2000) stabilisce che, affinché la regolazione affettiva si realizzi in modo efficace, la figura di accudimento che prende parte agli scambi deve modulare livelli di stimolazione né troppo elevati né troppo bassi, che potrebbero indurre livelli di attivazione nel bambino eccessivi o deficitari. D'altra parte, all'interno di un rapporto esistono momenti di non sintonizzazione affettiva che rappresentano situazioni stressanti per il bambino; sono proprio questi passaggi dalla sintonizzazione alla rottura, alla riparazione (se presente), che contribuiscono alla regolazione emotiva del bambino stesso.

Nelle prime fasi di sviluppo è l'adulto, quindi, che fornisce la maggior parte della modulazione degli stati affettivi; proprio all'interno di una dialettica di rotture e riparazioni, la figura di accudimento - quella che Winnicott (Winnicott, 1988) chiama "sufficientemente buona" - dopo una mancanza di sintonizzazione, rimedia e aiuta il bambino a regolare il suo stato negativo.

Se l'emozione dunque è regolata inizialmente dalla figura di accudimento, successivamente, però, essa diviene sempre più regolata internamente e si fa base per i successivi scambi relazionali. Questo è confermato dalle ricerche neuroscientifiche che evidenziano come le esperienze di tali scambi agiscono direttamente sui circuiti cerebrali in via di sviluppo, in particolar modo sui circuiti cerebrali e sottocorticali lateralizzati nell'emisfero destro. L'azione delle esperienze precoci sull'emisfero destro è stata sostenuta da Schore (1994), ed oggi molti studi ne confermano la validità.

> *Nel corso di comunicazioni di attaccamento visuo-facciali, uditivo –prosodiche e tattili-propriocettive emotivamente cariche tra emisferi destri, il caregiver sensibile e sintonizzato regola a livello implicito gli stati di attivazione del bambino.*
>
> (Schore, 1994)

> *Alla fine del primo anno di vita, i circuiti corticali e sottocorticali lateralizzati nell'emisfero destro, imprimono nella memoria implicita un modello che codifica le modalità di regolazione affettiva, che permettono alla persona di muoversi nelle relazioni interpersonali.*
>
> (Schore, 2011)

Sono le interazioni non verbali, e quindi gli scambi affettivi impliciti, che si verificano durante i primi anni di vita di un bambino che influenzano direttamente lo sviluppo cerebrale, in particolare la maturazione dell'emisfero destro, il cosiddetto cervello emotivo. Questa considerazione assume un significato molto importante se lo riportiamo al contesto terapeutico, come farò più avanti, nel quale il terapeuta assume il ruolo di figura di attaccamento nella relazione con il paziente. A risultare fondamentali nel processo di cambiamento esperienziale, non sono tanto i contenuti ma gli scambi emotivi che si realizzano implicitamente che assumono un ruolo fondamentale nella possibilità di imprimere delle modificazioni, così come nel primario rapporto con la figura di accudimento.

Neurobiologia della paura e traumi relazionali multipli

Come abbiamo visto, in ogni relazione esistono momenti di mancata sintonizzazione affettiva, momenti nei quali il bambino si trova a sperimentare emozioni paurose in situazioni stressanti. La possibilità di passare da *rotture* a *riparazioni* nella dialettica degli scambi intersoggettivi con la figura di accudimento permette al bambino di imparare a gestire i propri stati negativi. A questo riguardo, una vasta area di ricerca è rappresentata dagli studi sulla neurobiologia della paura e sulle modalità di risposta attivate in relazione a situazioni di vita quotidiana e in relazione a situazioni traumatiche.

La nostra sopravvivenza dopotutto è legata alla capacità di reagire immediatamente all'attacco di animali predatori e a pericoli mortali di altro tipo. Il successo dell'adattamento ha richiesto l'evoluzione e la specializzazione di un sistema neurovegetativo e neuroendocrino tale da consentire una strategia di fuga e attacco o una strategia che induce alla paralisi, attraverso la modificazione immediata del funzionamento del nostro corpo.

Ad una forte paura, infatti, corrisponde una cascata di sostanze neurochimiche che ha effetto profondo sul nostro corpo: vengono infatti immediatamente e intensamente modificati la pressione arteriosa, la frequenza cardiaca, la frequenza respiratoria e la dilatazione pupillare. E tutto senza alcun intervento cosciente.

In questo senso, l'evoluzione della specie ha selezionato un sistema di risposta veloce, che non necessita dell'attivazione della corteccia ma che coinvolge direttamente l'amigdala e le circuitazioni sottocorticali (che abbiamo visto essere le strutture che prima si sviluppano nel nostro cervello).

Non solo possiamo reagire senza intervento della corteccia, ma possiamo anche memorizzare grandi quantità di informazioni - come vedremo in modo tra l'altro diverso dalle esperienze nelle quali non ci sono stimoli minacciosi.

Questo percorso che passa attraverso l'amigdala è stato finito la "via bassa della paura".

Tuttavia, si può percepire qualcosa di allarmante nell'ambiente circostante che però non è immediatamente riconoscibile come minaccia. Questo è il caso di situazioni con stimoli simili in contesti diversi. In questo caso, solitamente ci affidiamo a quella che viene chiamata "via alta della paura", quel percorso che elabora le informazioni nelle regioni corticali del cervello dove è possibile procedere ad un'analisi più approfondita dello stimolo e quindi elaborare una strategia idonea allo scopo.

Qual è il motivo dell'utilizzo di una modalità o di un'altra nella vita di una persona?

La condizione di ripetitività di una minaccia intensa altera lo stato mentale, cognitivo e il tono neurovegetativo di una persona. Come abbiamo detto, inoltre, il verificarsi di eventi emozionalmente intensi e pericolosi nel periodo infantile determina in maniera profonda modificazioni sia strutturali che metaboliche. Traumi relazionali precoci multipli producono modificazioni cerebrali influenzando in modo significativo le modalità di esperienza e costruzione della realtà. Numerosi studi ormai convengono con l'evidenza individuata da LeDoux (1996): una persona che ha subito molteplici traumi manifesta meno flessibilità nella percezione del pericolo e nella risposta alla paura mostrando una attivazione del sistema neurovegetativo e neuroendocrino più immediato ed intenso.

Inoltre, un'altra importante riflessione viene dalla scoperta del fatto che i ricordi di un'esperienza traumatica vengono codificati in maniera diversa dai ricordi di normali esperienze. Ciò è dovuto sia ad una serie di alterazioni nella focalizzazione attentiva, sia all'azione interferente che un arousal estremo esercita sulle funzioni dell'ippocampo. I fattori neurochimici scatenati hanno effetti profondi sia sul modo in cui i ricordi vengono codificati, sia sul modo in cui vengono immagazzinati e rievocati.

Dal punto di vista clinico, a riguardo, come rilevato dagli autori che hanno studiato la dissociazione in relazione ai traumi (Albasi, 2006; Bromberg, 1998, 2006, 2011; Janet 1889; Ogden, Kekuni & Pain, 2006; Stern, 2003; Van der Hart, Nijenhuis & Steel, 2006; Van der Kolk, McFarlane & Weisaeth, 1996) è possibile constatare che i ricordi di una persona che ha vissuto traumi relazionali precoci, se presenti quelli di natura dichiarativa, sono spesso frammentari, non in sequenza logica e pieni di lacune. Si possono ricordare dettagli molto specifici e ricordare, contemporaneamente, poco o nulla di altre informazioni.

Citando Van der Kolk (1994), inoltre, i ricordi relativi al trauma non vengono codificati nella memoria esplicita: l'esperienza traumatica verrebbe smembrata e immagazzinata sotto forma di suoni, odori, stati emozionali, senso percezioni, sensazioni somatiche, separate dalle altre esperienze percettive. I contenuti della memoria traumatica non sono quindi simbolizzabili e sono atemporali. Queste caratteristiche sono ben visibili dal punto di vista clinico.

Stati emotivi intensi, connessi ad episodi di natura traumatica, possono irrompere in modo improvviso inaspettatamente sotto forma di flashback o di sensazioni, talvolta attraverso movimenti del corpo o intonazioni della voce particolari, risate inattese, pianti improvvisi. Abbiamo infatti visto come in presenza di stimoli, che richiamano l'originaria situazione, gruppi neurali attivati contemporaneamente, tendono a riattivarsi in maniera ugualmente simultanea anche successivamente.

Questo conferma l'idea che i ricordi di esperienze traumatiche, non verbalizzabili, continuano a vivere ed agire nella vita quotidiana pur lontani dalla coscienza.

I processi dissociativi

Quanto sopra esposto (Bromberg, 1998, 2006, 2011; Van der Kolk, 1994) rappresenta l'esito di processi dissociativi, intesi come strategie per evitare gli stati emotivi intensi connessi alla mancata sintonizzazione relazionale.

Prima di addentrarci nella neurofisiologia dei meccanismi dissociativi, vale la pena soffermarci sul significato di dissociazione.

Citando Putnam (1997), possiamo definire la dissociazione come uno stato in cui la persona subisce un'alterazione, più o meno temporanea, delle funzioni integrative quali identità, memoria, coscienza, percezione dell'ambiente circostante. La dissociazione in questo senso può essere intesa come un fenomeno trasversale, tale da potere essere collocato lungo un continuum ipotetico di intensità, che riflette un ampio spettro di esperienze, da quelle di lieve entità a quelle più gravi.

Anche Schore (2011) sostiene che "nell'essere umano la dissociazione è intrinseca allo sviluppo, sia normale che patologico", dal momento che rappresenta una strategia efficace a breve termine per evitare che il dolore di una mancata sintonizzazione si ripresenti.

Inoltre, è possibile osservare una momentanea perdita di nessi associativi nella vita quotidiana, come quando siamo assorti in un sogno ad occhi aperti o ci perdiamo nella lettura di un libro o nella visione di un film.

La dissociazione permette di regolare stati emotivi troppo intensi ed insostenibili per la persona, ponendosi come meccanismo psichico fortemente adattivo, quello che Steiner chiama "rifugio mentale", in cui proteggere il sé da realtà e dolori non arginabili, rimandandone l'elaborazione a tempi non definiti.

Se da un lato la dissociazione permette di preservare una sorta di continuità nel tempo della propria coerenza personale, scollegando stati incompatibili, il valore adattivo di tale modalità, però, finisce nel momento in cui il ricorso diventa massiccio a discapito del contatto con la realtà.

La dissociazione in situazioni traumatiche "*è la fuga quando non c'è via di fuga*" (Putnam, 1997).

Osservando questi processi, alla luce degli studi neuroscientifici, si può affermare che molte evidenze interdisciplinari, nello studio delle esperienze traumatiche, individuano la dissociazione come riposta psicobiologica secondaria e seguente all'iperattivazione.

Di fronte a processi di regolazione di attivazione alterati, nella fase iniziale, si verifica nel bambino una reazione di iperattivazione, innescata da una reazione di allarme o spavento nell'emisfero destro. Lo stressor materno attiva l'asse ipotalamo-ipofisi-surrene, elicitando così nel bambino un aumento della componente simpatica ad alto dispendio di energia del SNA. Ne consegue un innalzamento del ritmo cardiaco, della pressione cardiaca e della respirazione.

La successiva reazione al trauma relazionale è la dissociazione, quella con cui il bambino si disimpegna dagli stimoli del mondo esterno. Questo è il meccanismo parasimpatico (vagale) di risparmio di energia nel quale ritmo cardiaco, pressione sanguigna e respirazione decrescono. Collateralmente, l'attenzione diminuisce, mentre si innalza l'anestetizzazione e la diminuzione del livello di oppioidi endogeni (Lanius et al., 2005; Perry, 2005; Porges, 2007).

La dissociazione, dunque, può essere letta come una risposta all'iperattivazione simpatica del SNA, come "*improvvisa e rapida transizione dalla strategia fallimentare della lotta, che richiede una massiva attivazione simpatica, allo stato, metabolicamente conservatore, che mima la morte associato al complesso dorso-vagale*" (Porges, 2001).

Traumi relazionali multipli portano ad alterazioni neurobiologiche.

Nel 1980 William James affermava che stimoli emozionalmente intensi possono lasciare una "cicatrice indelebile nel tessuto cerebrale" sotto forma di duraturi cambiamenti a livello delle connessioni sinaptiche. Due recenti studi mostrano, al riguardo, che la dissociazione si associa ad una compromissione della competenza dell'emisfero destro ad elaborare le emozioni, in particolar modo in presenza di un'attivazione intensa e di stimoli emotivi a forte valenza negativa (Enrìquez & Bernabeu, 2008; Helton et al., 2010). Questi ed altri studi hanno contribuito ad evidenziare il ruolo centrale delle aree prefrontali corticali e sottocorticali limbico-autonome nella risposta dissociativa.

L'alterazione del sistema cerebrale destro, responsabile delle funzioni percettive del sistema visivo, uditivo e tattile, si traduce dunque anche nell'alterazione dell'esperienza percettiva e quindi di tutte le altre esperienze relazionali. A livelli anche minimi di stress, il sistema risponde con risposte fortemente difensive di ipoattivazione del sistema parasimpatico dorso-vagale.

Come dice Bromberg (2006), la funzione della dissociazione, di fronte a traumi relazionali multipli, consiste nell'agire come un "precoce sistema di allarme" che previene la potenziale disregolazione affettiva, anticipando il trauma prima del suo verificarsi.

Quando parliamo di dissociazione, è importante sottolineare come le esperienze di disconferma del Sé, di cui abbiamo prima parlato, non vengono eliminate dalla memoria. Si verifica invece uno svuotamento del contenuto emozionale di tali esperienze e/o si parla di una "non possibilità", più o meno temporanea, della loro riattivazione a livello consapevole (Cionini & Mantovani, 2016).

I contenuti emotivi restano nella memoria implicita, continuando ad orientare i comportamenti e le modalità di costruzione dell'esperienza nel presente, in assenza di consapevolezza (Stern, 2003).

Inoltre, come poc'anzi illustrato, dato che la dissociazione comporta un'alterazione delle capacità di autoriflessione su alcuni vissuti – rimanendo invece riservata solo ad alcuni ambiti della propria esperienza – la qualità dei ricordi dei vissuti traumatici, quando presenti, è caratterizzata da un senso di irrealtà che porta spesso a dubitare del ricordo stesso (Caretti & Caprarro, 2008).

Il cambiamento in psicoterapia. Dal contenuto alla relazione

Come considerato, il trauma evolutivo e la dissociazione sono presenti nella storia dello sviluppo di qualsiasi persona. Differiscono solo in termini di misura. Dunque, è possibile assumere che coloro che richiedono un aiuto psicoterapeutico presentino fenomeni dissociativi di differenti entità.

È quindi altrettanto presumibile che promuovere una riflessione comune intorno al processo terapeutico, operando con il modello di lavoro sviluppato seguendo le teorie della dissociazione, sia utile per lavorare con qualsiasi paziente.

Come abbiamo visto, il cambiamento è possibile ad ogni età perché ogni esperienza può produrre potenzialmente una modificazione cerebrale, anche se come abbiamo visto esperienze vissute in età precoce hanno un maggior potere trasformativo, in termini sia strutturali che metabolici. Traumi relazionali precoci multipli determinano poi modificazioni cerebrali profonde che influenzano in modo importante la strutturazione del sé.

Alla luce degli studi sui traumi e i processi mnestici è possibile considerare il setting terapeutico come uno spazio di esperienze relazionali, all'interno del quale è proprio la relazione ad assumere un valore fondamentale.

Uno spazio quello terapeutico nel quale la persona che chiede aiuto tenderà a riprodurre con il terapeuta, potenziale figura di attaccamento, quei processi di attribuzione di significato e quelle aspettative costruite nelle relazioni primarie. Il cambiamento personale avviene soprattutto attraverso la mediazione di dimensioni implicite.

In quest'ottica, la relazione terapeutica rappresenta dunque lo strumento più rilevante ai fini del cambiamento, poiché diviene lo spazio aperto all'interno del quale è possibile per il paziente condividere nuove esperienze intersoggettive (Cionini, 2014).

Nel 2014 Cionini affermava che la relazione terapeutica è da considerarsi

> *un fenomeno intersoggettivo che si crea nel setting, in quella dimensione del "Tra" e del "Noi", ovvero in quello spazio tra l'Io e il Tu che non appartiene a nessuno dei due membri della relazione, ma esclusivamente alla relazione stessa in termini di complementarietà.*

Questo non significa sottovalutare l'importanza delle procedure terapeutiche, usate sia per la valutazione clinica che nel processo terapeutico; implica considerare qualsiasi procedura come un "*atto relazionale*".

Il cambiamento, per la persona che si rivolge in terapia, può configurarsi come un processo durante il quale la stessa può rientrare in contatto con quegli gli stati di sé dissociati, all'interno di uno scambio intersoggettivo che ne permetta la legittimazione e dunque la conferma, rendendo possibile così l'integrazione con gli altri stati del sé.

Seguendo i recenti studi che, come abbiamo visto, sono concordi nel sostenere la centralità dell'emisfero destro nella regolazione delle emozioni, è possibile pensare che il meccanismo di cambiamento auspicabile nel setting terapeutico non agisca attraverso l'emisfero sinistro del terapeuta – attraverso cioè la trasmissione di informazioni e di contenuti espliciti, ma attraverso il "*processo di comunicazioni affettive tra emisferi destri*" (Schore, 2011).

Se, come assunto, le esperienze vissute come traumatiche continuano a vivere nella nostra memoria implicita, (implicito che, come dice Siegel (1999), sono spesso convogliate nel ritmo vocale, nell'intonazione, nella cadenza, nel tempo e nel movimento e nelle sensazioni al di fuori del riconoscimento conscio), il terapeuta si troverà di fronte a processi dissociativi che si

manifesteranno, oltre che nelle incongruenze di contenuti, anche e soprattutto nei flussi conversazionali, nelle assenze di ricordi, nel linguaggio non verbale.

Come la dissociazione è un fenomeno intrinsecamente relazionale, anche l'"elaborazione" del trauma precoce è da considerarsi quindi, come dice Bromberg (2011), "*fondamentalmente relazionale*".

Di qui la necessità di guardare anche all'altro partecipante della relazione, il terapeuta. (Cionini, 2013). Egli dovrà avere sufficiente consapevolezza delle proprie modalità di funzionamento cognitivo ed emotivo-affettivo e quindi dei propri processi dissociativi. È nella relazione che la dissociazione tra stati del sé viene mantenuta; e non è possibile pensare di abbandonarne l'uso difensivo senza contemplare l'aiuto di una persona in grado di riconoscere gli effetti relazionali della dissociazione. Il terapeuta può aiutare oltre che a leggere i propri processi dissociativi, a permettere alla persona di fare una nuova esperienza di sé e di sé con l'altro.

All'interno di questo contesto intersoggettivo

> *il contenuto verbale è solo uno degli ingredienti del qui-ed-ora, un campo modellato dalla dialettica continuamente mutevole tra quello che viene agito e quello che viene detto.*
>
> (Bromberg, 2011)

Anche i tempi del cambiamento sono ascrivibili solo all'interno del processo relazionale.

Questo è tanto più evidente quando si considera che la relazione con il terapeuta, per molte persone, viene vissuta come estremamente pericolosa. Nei casi estremi, nei quali il soggetto da bambino ha vissuto esperienze di assenza totale di sintonizzazione emotivo-affettiva e/o nei casi in cui la figura del caregiver è contemporaneamente colui/colei che dovrebbe proteggere e colui/colei che lo ha messo in pericolo, la relazione terapeutica può essere di per sé una minaccia. La persona con il terapeuta può infatti rivivere lo stesso paradosso (esito della necessaria dissociazione operata per le rappresentazioni della figura di accudimento e per le parti di sé): desiderio di vicinanza, sensazione di pericolo della stessa. Il setting, per le caratteristiche di intimità, propone una vicinanza percepibile come minaccia (Cionini & Mantovani, 2016). In questo caso potrebbe essere opportuno che il terapeuta assuma "*una posizione simile a quella di un naturalista che volendo avvicinarsi a un animale selvatico, lo fa lentamente e, mentre lo osserva, permette all'altro di farsi osservare per il tempo necessario a sentirsi al sicuro*".

> *Il successo del naturalista dipende dalla sua capacità di rimanere nell'habitat dell'animale abbastanza a lungo per osservarlo, ma soprattutto per lasciarsi osservare, finché l'animale non sia in grado di decidere cosa debba aspettarsi da quell'essere umano potenzialmente pericoloso.*
>
> (Miller, 1994)

I ruoli di paziente e terapeuta non si esplicano in una logica di subalternità. Entrambi si muovono all'interno di spazi condivisi. Come dice Bromberg (2011) è possibile che si trovino a vivere
talvolta in una dialettica di sicurezza/rischio e, in questa cornice, lo spazio può essere vissuto come meno pericoloso dal paziente se sente il terapeuta che non tenta di comprendere delle cose da solo, usando poi la sua verità sul di lui come "buon risultato terapeutico". All'interno del processo, la bilancia sicurezza/minaccia dovrebbe stare in un equilibrio che permetta al soggetto di muoversi; una "minaccia strategicamente orientata" può consentire alla persona di percepire una disregolazione all'interno del proprio sistema relazionale, ma, affinché questa

diventi motore di cambiamento, è utile che il cervello non si senta da solo, assediato dal pericolo, per evitare che attivi l'innesco automatico della dissociazione e ne rimanga prigioniero.

Anche soffermarsi sull'apparente assurdità delle incoerenze, che emergono nei contenuti e nel flusso conversazionale del paziente, può non essere di alcuna utilità ed anzi controproducente. Soffermarsi invece sulle sensazioni della realtà soggettiva degli stati non – me (Cionini & Mantovani, 2016) e quindi, come dice Bromberg (2011), cominciando ad aprire un dialogo tra emisferi destri, la persona può arrivare ad ampliare la propria capacità di rappresentare stati dissociati e riflettere su di essi. La possibilità di poterli osservare simultaneamente non impone di dover decidere quale sia più "vero", e questa nuova esperienza può consentire il passaggio dalla dissociazione al conflitto. All'interno di una relazione in cui si sperimenta che ciò che si è sentito è accettabile e condivisibile con l'altro (il terapeuta), il paziente può lasciare la protezione della dissociazione per iniziare a tollerare la presenza di un conflitto ed accogliere stati non -me come legittimi.

Conclusioni

Quale cambiamento in terapia?

Afferma Bromberg (1998)

> *La salute non consiste nell'integrazione. La salute è la capacità di rimanere negli spazi tra realtà diverse senza perderne alcuna (...) la capacità di sentirsi uno in molti.*
>
> *Restare negli spazi" è una formula che descrive la relativa capacità di una persona di far spazio, in ogni momento, per una realtà soggettiva non facilmente contenibile dal Sé di cui fa esperienza come "me" in quel momento.*

Come lo sviluppo cerebrale e lo sviluppo del sé di ogni individuo avviene all'interno di scambi relazionali, i processi di cambiamento all'interno del setting terapeutico trovano il loro maggiore strumento nella relazione tra paziente e terapeuta.

Come la dissociazione è un fenomeno relazionale, così anche il processo di cambiamento può avvenire all'interno di uno scambio intersoggettivo.

Quanto evidenziato dalle neuroscienze dà conferma al fatto che la focalizzazione sul solo contenuto che il paziente porta può non essere di alcun giovamento.

Ciò che può avere valore trasformativo non è tanto il fatto che la persona rientri in contatto con le memorie dissociate del passato - comunque importante - quanto piuttosto la possibilità di sperimentare che quello che ha sentito nelle proprie esperienze passate è accettabile e condivisibile con l'"altro", il terapeuta, che lo sente insieme a lei.

> *Ciò che può essere maggiormente trasformativo è la possibilità di rispecchiarsi negli occhi dell'altro (il terapeuta), di essere riconosciuti intersoggettivamente e sentirsi confermati, come non è avvenuto nelle esperienze precoci, cosicché le sensazioni degli stati non-me possano essere legittimate e divenire rappresentabili come parti di sé.*
>
> (Cionini & Mantovani, 2016)

Riferimenti bibliografici

Albasi, C. (2006). *Attaccamenti traumatici*. Torino: UTET.

Aslin, R. N., & Hunt, R. N. (2001). Development, plasticity and learning in the auditory system. In C.A. Nelson & M. Luciana (Eds.). *Handbook of developmental cognitive neuroscience*. Cambridge, MA: MIT Press.

Atkinson, R. C., & Shiffrin, R. M. (1968). Human memory: A proposed system and its control processes. In K. W. Spence & J. T. Spence (Eds.). *Advances in the psychology of learning and motivation research and theory* (Vol. 2, pp. 89-195). New York: Academic Press.

Berardi, N., & Pizzorusso, T. (2006). *Psicobiologia dello sviluppo*. Roma-Bari: Laterza.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, vol. 1*. New York: Basic Books. (trad. it. *Attaccamento e perdita, vol. 1, L'attaccamento alla madre*. Torino: Bollati Boringhieri, 1972)

Bromberg, P. M. (1998). *Standing in the spaces: Essays on clinical process, trauma, and dissociation*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press. (trad. it. *Clinica del trauma e della dissociazione*. Milano: Raffaello Cortina, 2007)

Bromberg, P. M. (2006). *Awakening the dreamer: Clinical journeys*. Hillsdale, NJ: Analytic Press. (trad. it. *Destare il sognatore: percorsi clinici*. Milano: Raffaello Cortina, 2009)

Bromberg, P. M. (2011*). The shadow of the tsunami: And the growth of the relational mind*. Hillsdale, NJ: Routledge. (trad. it. *L'ombra dello tsunami, la crescita della mente relazionale*. Milano: Raffaello Cortina, 2012)

Caretti, V., & Craparo, G. (2008). La disregolazione affettiva e la dissociazione nell'esperienza traumatica. In V. Caretti & G. Craparo (a cura di), *Trauma e psicopatologia: un approccio evolutivo-relazionale*. Roma: Astrolabio.

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

Cionini, L. (2014). La persona del terapeuta come strumento del cambiamento: implicazioni per il processo formativo. *Costruttivismi*, *1*, 29-33. doi: 10.23826/2014.01.028.032

Cionini, L., & Mantovani, I. (2016). Leggere la dissociazione dell'esperienza del trauma relazionale: la psicoterapia nell'ottica costruttivista intersoggettiva. *Costruttivismi*, *3*, 40-62.

DeCasper, A. J., & Fifer, W. P. (1980). Of human bonding: Newborns prefer their mothers voices. *Science*, *208*, 1174-1176.

Doidge, N. (2007). *The brain that changes itself: stories of personal triumph from the frontiers of brain science*. New York, NY: Viking.

Enrìquez, P., & Bernabeu, E. (2008). Hemisferic lateraly and dissociative tendencies: Differencies in emotional processing in a dichotic listening task. *Consciousness and Cognition*, *17*, 267-75.

Fifer, W. P., & Moon, C. M. (1994). The role of mother's voice in the organization of brain function in the newborn. *Acta Paediatrica*, *83*, 86-93. doi: 10.1111/j.1651-2227.1994.tb13270.x

Hebb, D. O. (1949). *The organization of behavior: A neuropsychology theory*. New York, NY: Wiley. (trad. it. *L'organizzazione del comportamento*. Milano: Franco Angeli, 1975)

Helton, W. S., Dorahy, M. J., & Russel P. M. (2010). Dissociative tendencies and right-hemisphere processing load: effects of vigilance performance. *Consciousness and Cognition, 20*, 696-702.

Janet, P. (1889). *L'automatisme psychologique*. Paris, France: Alcan.

James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York, NY: Henry Holt.

Lanius, R. A., Williamson, P. C., Bluhm, R. L., Densmore, M., Boksman, K., Neufeld, R. W. J., Gati, G. S., & Menon, R. S. (2005). Functional connectivity of dissociative responses in posttraumatic stress disorder: A functional magnetic resonance imaging investigation. *Biological Psychiatry*, *57*, 873-84.

LeDoux, J. E., Romanski, L., Xagoraris, A., & Romanski, L. M. (1989). Indelibility of subcortical emotional memories. *Journal of Cognitive Neuroscience*, *1*, 238-43.

LeDoux, J. E., Cicchetti, P. O., & Xagoraris, A. (1990). The lateral amygdaloid nucleus: Sensory interface of the amygdala in fear conditioning. *Journal of Cognitive Neuroscience*, *4*, 1062-1069.

LeDoux, J. E. (1996). *The emotional brain*. New York, NY: Simon & Schuster. (trad. it. *Il cervello emotivo*. Milano: Baldini & Castoldi, 1998)

Lingiardi, V. (2001). *La personalità e i suoi disturbi: un'introduzione*. Milano: Il Saggiatore.

Lingiardi, V., & Filippucci, L. (2002). Trauma e memoria tra psicanalisi e neuroscienze. *Maltrattamento e abuso nell'infanzia*, *4*, 36-60.

Ogden, P., Kekuni, M., & Pain, C. (2006). *Trauma and the body*. New York, NY: Norton.

Mancia, M. (2007). *Neuroscienze e psicoanalisi*. Milano: Springer.

Mahncke, H. W., Bronstone, A., & Merzenich, M. M. (2006). Brain plasticity and functional losses in the aged: Scientific bases for a novel intervention. *Progress in Brain Research*, *157*, 81-109.

Miller, D. (1994). *Women who hurt themselves*. New York, NY: Basic Books. (trad. it. *Donne che si fanno male*. Milano: Feltrinelli, 1997)

Perry, B. D. (1999). Memories of fears: How the brain stores and retrieves traumatic experiences. In J. Goodwin & R. Attias (Eds.), *Splintered reflections: Images of the body in trauma* (pp. 9-38). New York, NY: Basic Books.

Perry, B. D. (2005). The neurosequiential model of therapeutics. Using principles of neurodevelopment to help traumatized and maltreated children. In N. Body Webb (Ed.) *Working with traumatized youth in child welfare*. New York, NY: Guilford.

Porges, S. W. (2001). The polyvagal theory: Phylogenetic substrate of a social nervous system. *International Journal of Psychophysiology*, *42*, 123-146.

Porges, S. W. (2007). The polyvagal perspective. *Biological Psychology*, *74*, 116-143.

Putnam, F. W. (1997). *Dissociation in children and adolescent: A development perspective*. New York, NY: Guilford.

Schacter, D. L. (1992). Priming and multiple memory systems: Perceptual mechanisms of implicit memory. *Journal of Cognitive Neuroscience*, *4*, 244-256.

Schore, A. N. (1994). Affect regulation and the origin of the self. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Schore, A. N. (2000). Attachment and the regulation of the right brain, In A. N. Schore (Ed.) *Affect disregulations and disorders of the self*. New York, NY: Norton. (trad. it. *L'attaccamento e la regolazione del cervello destro*. In A. N. Schore, *I disturbi del Sé. La disregolazione degli affetti*. Roma: Astrolabio, 2003)

Schore, A. N. (2011). Foreword. In P. M. Bromberg (Ed.), *The shadow of the tsunami: And the growth of the relational mind*. Hillsdale, NJ: Routledge. (trad. it. Attaccamento, trauma, dissociazione: una premessa neurobiologica. In P. M Bromberg (a cura di), *L'ombra dello tsunami: la crescita della mente relazionale*. Milano: Raffaello Cortina, 2012)

Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: Toward a neurobiology of interpersonal experience*. New York, NY: Guilford. (trad. it. *La mente relazionale, Neurobiologia dell'esperienza interpersonale*. Milano: Raffaello Cortina, 2001)

Squire, L., & Zola-Morgan, S. (1991). The medial temporal lobe memory system. *Science*, *253*, 1380-1386.

Stern, D. B. (2003). *Unformulated experience: From dissociation to imagination in psychoanalysis*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press. (trad. it. *L'esperienza non formulata*. Pisa: Edizioni del Cerro, 2007)

Stiles, J. (2000). Neural plasticity and cognitive development. *Developmental Neuropsychology*, *18*, 237-272.

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

Van der Hart, O., Nijenhuis, F., & Steel, K. (2006). The haunted self: Structural dissociation and the treatment of chronic traumatization. New York, NY: Norton. (trad it. *Fantasmi del sè. Trauma e trattamento della dissociazione strutturale.* Milano: Raffaello Cortina, 2011)

Van der Kolk, B. (1994). The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of post-traumatic stress. *Harvard Review of Psychiatry*, *1*, 253-265.

Van der Kolk, B., McFarlane, A. C., & Weisaeth, I. (1996). *Traumatic stress: The effects of overwhelming experience on mind, body and society*. New York, NY: Guilford. *(trad. it. Stress traumatico. Gli effetti sulla mente, sul corpo e sulla società delle esperienze intollerabili.* Roma: Edizioni Magim, 2004)

Winnicott, D.W. (1988). *Lettere*. Milano: Raffaello Cortina.

L'Autrice

Valeria Lucci è psicologa psicoterapeuta a orientamento costruttivista intersoggettivo. Si occupa di valutazione neuropsicologica in età evolutiva e valutazione del danno psichico ed esistenziale.

Email: valeria.lucci@virgilio.it

Citazione (APA)

Lucci, V. (2019). Una riflessione sul cambiamento nell'ottica costruttivista intersoggettiva. Un contributo delle neuroscienze. *Costruttivismi*, *6*, 71-84. doi: 10.23826/2019.01.071.084

Costruttivismi, 6: 85-92, 2019
Copyright © AIPPC
ISSN: 2465-2083
DOI: 10.23826/2019.01.085.092

aippc
ISSN 2465-2083
COSTRUTTIVISMI
Rivista semestrale edita dalla
Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista

La dimensione di significato del sacrificio: una lettura in ottica costruttivista ermeneutica

The dimension of meaning of the sacrifice: A hermeneutic constructivist perspective

Roberta Franco

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Costruttivista, CESIPc, Firenze

Sommario. L'osservazione di come persone che si costruiscono in modi molto differenti fra loro possono utilizzare la dimensione di significato del sacrificarsi per descrivere quanto di più stabile e profondo sentono di essere in relazione agli altri rimanda ad una riflessione sul significato del termine "sacrificio". Il presente lavoro esamina l'etimologia del termine sacrificio, propone una lettura in ottica costruttivista del ruolo di persona che si sacrifica e una riflessione su un diverso modo di interpretare la dimensione di significato del sacrificio. Viene infine esplorato un tipo particolare di sacrificio: il sacrificio del terapeuta nella relazione con il cliente.
Parole chiave: costruttivismo, psicoterapia dei costrutti personali, ruolo nucleare, sacrificio

Abstract. The observation of how people, who greatly differ in the way they construct themselves, utilise the dimension of the meaning "sacrificing themselves" to describe what they feel is the deepest and most stable way they relate to others that leads to a reflection on the meaning of the term "sacrifice". The following extract examines the etymology of the term sacrifice and proposes an understanding, in a constructivist perspective, of the role carried out by a person who sacrifices herself and reflects on an alternative way of interpreting the dimension of the meaning sacrifice. Finally, a particular type of sacrifice is explored: the therapist's sacrifice inside the relationship with the client.
Keywords: constructivism, personal construct psychotherapy, core role, sacrifice

Etimologia e riflessione sul termine "sacrificio"

Il termine sacrificio, dal latino *sacrificare*, è composto da *sacrum,* azione sacra, e*ficium*, *per facere,* fare. Il sacrificio è pertanto l'atto di compiere un'azione sacra (Bolza, 1852).

Passiamo allora a chiederci: che cosa s'intende con "sacro"?

Ricevuto il 27 marzo 2019; accettato il 10 maggio 2019.
www.aippc.it/costruttivismi

Il concetto del sacro appartiene alle categorie fondamentali della moderna fenomenologia della religione, specialmente in rapporto alla distinzione tra sacro e profano, tra potente e relativamente privo di potenza (Merkel, 1936).

In latino il *sacer* è ciò che ha un dominio proprio e separato, in greco lo *hieros* è ciò che dà una qualificazione al divino: vivo, vigoroso, potente. Si specifica perciò, nella lingua greca, la connotazione del divino. Il termine *hagios* può essere avvicinato allatino *sanctus*, che indica l'azione di difendere il sacro da ogni violazione, ma assume in seguito anche un volere positivo, quello di rendere culto a dio con qualcosa (Benveniste, 1974, p. 205).

Il sacrificio

Il sacrificio attiene alle azioni che volgono al sacro, che tendono, per come abbiamo inteso il sacro, alla potenza. Se gli esseri umani manifestano sé stessi attraverso le loro azioni, essi vogliono compiere azioni che rivelino il loro legame con qualcosa che li supera e li sostiene e che, di volta in volta, si chiama *mana* o *sacer*. Queste azioni non possono essere azioni "anonime", debbono essere azioni eccezionali; anzi, si può rovesciare il punto di vista: anche le azioni quotidiane per essere valide e per avere successo debbono essere fatte invocando la protezione della Potenza. Tutto ruota, allora, sul "valore" di ciò che si offre. Proprio l'indagine sul valore consente anche di distinguere la generica "offerta" e il sacrificio in senso proprio. La differenza consiste, appunto, nel valore dell'offerta: il sacrificio è l'offerta di ciò che vale di più (Bello, 2009).

Van der Leeuw (1992) coglie nella concezione arcaica del "dare" questo elemento non secondario: "Dare è mettersi in relazione con una seconda persona, mediante un oggetto che in realtà non è un oggetto, è una parte, un pezzo dell'io" (p. 277).

Il sacrificio è pertanto l'offerta di ciò che di più valore una persona può avere: una parte di sé. Il dare del sacrificio, il dare sé stessi, per tendere alla potenza sembra essere il nucleo centrale del significato di sacrificio.

Se sostituiamo il termine Potenza con il suo significato di "possibilità di determinare qualcosa, di influire su qualcuno o qualcosa, di esercitare un ruolo egemone" (Sabatini, 2007), ecco che il significato di sacrificio potrebbe essere letto come l'offerta di una parte di sé per influire su qualcosa o qualcuno, per esercitare un ruolo egemone.

Il sacrificio in ottica costruttivista: il ruolo della persona che si sacrifica e le sue implicazioni

L'esperienza psicoterapeutica permette di incontrare clienti i quali descrivono sé stessi come persone che si sacrificano. Nella loro diversità di costruire e declinare questa dimensione di significato nucleare ho potuto riscontrare un aspetto di comunanza che, a mio avviso, viene ben descritto dalla ricostruzione etimologica del termine "sacrificio", per quanto concerne la rinuncia a parti di sé (l'offerta di parti di sé). Alcune persone possono intendere questa rinuncia come una rinuncia alla propria felicità, alla leggerezza della vita, come modo di proteggere sé stesse e gli altri, per sentirsi, in questo modo, affidabili. Altre interpretano il sacrificio come un modo che consenta loro di ottenere un'amabilità, e rinunciano a soddisfare i propri desideri di autoaffermazione o di libertà per raggiungere questo obiettivo.

Un altro aspetto di comunanza tra le persone che si costruiscono a livello nucleare su una dimensione di sacrificio è il tentativo di soddisfare i bisogni altrui, quantomeno quelli che co-

struiscono come tali. Tuttavia, spesso queste persone si trovano a sperimentare transizioni di rabbia e talvolta di ansia e giungono in psicoterapia lamentando una mancanza di riconoscenza da parte dell'altro.

Seguendo la ricostruzione etimologica del significato del termine "sacrificio" come "l'offerta di una parte di sé per esercitare un ruolo egemone", possiamo leggere nell'ottica della psicologia dei costrutti personali (Kelly, 1955) il sacrificio come un modo, stabile, con cui è possibile mettersi in relazione con gli altri.

La psicologia dei costrutti personali definisce tali modi come "costrutti nucleari di ruolo" e assegna loro un'importanza centrale nel mondo delle persone.

I costrutti nucleari di ruolo sono quelli attraverso i quali valutiamo aspetti centrali del nostro modo di essere ovvero ciò che riteniamo prioritario e che meglio ci caratterizza. Questa struttura di ruolo comprende tutti i costrutti che una persona usa per interagire con gli altri e permette di mantenere un senso di integrità e identità. I costrutti di ruolo consentono alla persona di prevedere e verificare le interazioni fondamentali con le altre persone. Ci si sente in colpa quando ci si rende conto che si è usciti da questo ruolo o si dimostra a sé stessi di comportarsi in contraddizione ad esso.

Il costrutto di "persona che si sacrifica" implica un modo di mettersi in relazione con l'altro che si accompagna all'anticipazione che, attraverso l'offerta di parti di sé, sarà possibile determinare dei cambiamenti nell'altro e avere una relazione con l'altro, ovvero la possibilità di giocare un ruolo.

Da un diverso punto di vista, l'offerta di parti di sé può essere letta come la scelta che la persona compie al fine di non elaborare parti di sé. L'ontogenesi di una tale costruzione potrebbe essere rintracciata nell'ipotesi della "non validazione", per come è stata riformulata da Chiari (2015) sulla proposta di Walker (2002). Ad ogni modo, seppur con le differenze intersoggettive che può assumere il significato personale di sacrificio, ipotizzo sia possibile rintracciare nell'offerta di parti di sé un aspetto di comunanza tra le possibili declinazioni del significato di questo costrutto, e che la scelta di rinunciare ad elaborare parti di sé possa essere letta come la scelta di "costringere" su queste parti. Kelly (1955) definisce la costrizione nei termini di una riduzione dell'ampiezza del campo percettivo allo scopo di minimizzare delle incompatibilità evidenti, limitando pertanto ciò che viene costruito: "quando una persona si muove nella direzione della costrizione, tende a limitare i suoi interessi, affronta solo un argomento alla volta, non accetta potenziali relazioni fra eventi ampiamente variabili, chiude in cerchi sempre più piccoli il percorso della sua routine quotidiana" (p. 477). Il significato di costrizione si contrappone a quello di dilatazione, intesa come espansione del campo percettivo.

Walker (2004) mette a confronto la costrizione con la "prelazione", intesa come un ridurre il processo di costruzione ad un solo modo di vedere le cose. La costrizione ha a che fare con il cosa noi dotiamo di senso (gli elementi) mentre la prelazione con la riduzione di cosa usiamo per dotare di senso le cose (i costrutti). Potremmo dire che la costrizione viene "adoperata" per limitare l'ansia, diversamente la prelazione per operare un'azione.

Alti livelli di costrizione implicano probabilmente che la persona scelga, ad un basso livello di consapevolezza cognitiva, di escludere quegli elementi i quali, se venissero inclusi nel suo campo percettivo, rischierebbero di comportare una revisione del sistema di costrutti, a carico della struttura nucleare e della struttura nucleare di ruolo in particolare. Potremmo dire che una persona sceglie di non operare una revisione sia pur minima del proprio sistema di costrutti sovraordinato se anticipa di andare incontro ad un vuoto di significati con i quali comprendere sé stessa e gli altri, a sperimentare ovvero una transizione d'ansia, e conseguentemente a non sapere più né come né in quale direzione muoversi.

In quest'accezione del significato di sacrificio personale, che pone l'accento sul processo della costrizione per poter mantenere una relazione con l'altro, per esercitare un ruolo, si può

rintracciare, per chi si costruisce a livello nucleare come persona che si sacrifica, un rischio di non poco conto: quello di andare incontro ad una mancanza di riconoscimento da parte dell'altro.

Kelly afferma che il sentirsi riconosciuti passa attraverso la comprensione da parte dell'altro del ruolo nucleare di una persona, tale da far sì che questa conservi il proprio essere sociale. Come elaborato da Chiari (2015), il tema del riconoscimento formulato da Ricoeur (2005) sull'identità personale come identità narrativa aggiunge, rispetto alla concezione di Kelly, un elemento che conferisce una maggiore processualità alla comprensione della sofferenza e/o del disturbo che possono presentare i clienti in psicoterapia.

Ricoeur (2005) descrive l'inizio del processo di riconoscimento all'interno della famiglia in una dialettica madre-bambino, dove lo sviluppo dell'identità è collegato alla reciprocità del riconoscimento intersoggettivo, alla disponibilità di riconoscersi reciprocamente come dipendenti l'uno dall'altro, ma nello stesso tempo come pienamente individualizzati.

Di seguito cercherò di comprendere, riferendomi agli scambi interpersonali dei pazienti adulti, quali aspetti possano essere implicati nelle relazioni delle persone che definiscono sé stesse utilizzando la dimensione di significato nucleare del sacrificio.

Se una persona si costruisce in un modo che esclude la possibilità di portare avanti i propri desideri, le proprie aspettative, in virtù spesso del favorire i desideri e le aspettative altrui, potrebbe ad un certo punto avere la sensazione che gli altri non la apprezzino. Anche la stessa possibilità di vedersi, attraverso gli occhi dell'altro, come una persona che si sacrifica potrebbe non essere riconosciuta.

La ricorrenza nel mettersi in relazione con gli altri attraverso un costrutto nucleare di sacrificio fa sì che la persona instauri relazioni in cui, fin dal loro inizio, alcune parti di sé vengono costrette, sacrificate, e pertanto omesse dallo spazio della relazione. In tal modo è possibile che l'altro, non vedendo le parti omesse, costruisca il sacrificando senza una piena comprensione di questo sacrificio. In assenza della costruzione dei processi di costruzione del sacrificando, chi si relaziona con esso difficilmente potrà rimandargli un senso di riconoscimento di questa dimensione di significato nucleare.

Il rischio cui va incontro una persona che si costruisca a livello nucleare in questo modo è quello di non sentirsi riconosciuta o, peggio, di sentire che il proprio ruolo viene invalidato. Di fronte ad una tale occorrenza la persona si troverebbe ad esperire una transizione di colpa e, per usare una terminologia psichiatrica, potrebbe andare incontro alla possibilità di sperimentare uno stato di depressione.

Spesso le persone che adottano questa dimensione di significato per definirsi a livello nucleare utilizzano, nella costruzione di sé, anche termini come "autonomia" e "indipendenza". È possibile affermare che una persona che utilizza una tale costruzione del sacrificio anticipi, ad un basso livello di consapevolezza cognitiva, che attraverso il suo sacrificio farà sì che l'altro l'apprezzi nella misura in cui lei gli è necessaria, ovvero capace di essere considerata oggetto utile per il soddisfacimento dei bisogni altrui, instaurando quindi una relazione di dipendenza da parte dell'altro nei suoi confronti. È tuttavia possibile affermare al contempo che una tale anticipazione risponda altresì al desiderio della persona che si sacrifica di collocare lei stessa le proprie dipendenze sulle persone per le quali si sacrifica. Nella teoria dei costrutti personali (TCP) il mettersi in relazione in questo modo non è legittimamente definibile come una costruzione di ruolo. Il termine "ruolo" implica infatti una comprensione dell'altro, che permette alla persona di muoversi in una direzione piuttosto che in un'altra a seconda della costruzione che ha dei processi di costruzione dell'altro. Il "ruolo", quindi, di persona che si sacrifica sarebbe più correttamente definibile come un "ruolo di dipendenza" (Ognibeni & Zoppi, 2015), dove l'altro non viene costruito, ma visto solo come un oggetto utile a soddisfare il desiderio di sentirsi necessari, amati, apprezzati, etc.

La persona che gioca un ruolo sacrificale può incorrere in un ulteriore elemento di disconoscimento qualora la persona in relazione con il "sacrificando" comprenda questa collocazione di dipendenza nei suoi confronti e non sia disposto ad accoglierla.

È possibile inoltre affermare che sacrificare parti di sé per cercare di soddisfare i bisogni altrui non necessariamente significa che esista una sufficiente corrispondenza tra quelli che la persona che si sacrifica immagina siano i bisogni dell'altro e i bisogni dell'altro stesso. Ne consegue che, oltre al disconoscimento del ruolo del sacrificando, l'"oggetto" delle attenzioni e dei sacrifici di quest'ultimo potrebbe non sentirsi a sua volta riconosciuto. La sensazione di non sentirsi riconosciuti da parte della persona in rapporto con chi si costruisce sulla base del sacrificio comporterebbe quindi un ulteriore ostacolo alla relazione.

Infine, è possibile immaginare che una persona che costruisce la propria identità attorno ad una dimensione di sacrificio possa sperimentare, oltre ad una transizione di colpa, o di minaccia di colpa, anche una transizione d'ansia. Se infatti una persona esclude ripetutamente dal proprio campo percettivo, oltre ai propri bisogni, anche la propria possibilità di formulare giudizi e in qualche modo con essi anche la verifica delle proprie ipotesi su di sé e sul mondo, potrebbe trovarsi, ad un certo punto della sua vita, a chiedersi: "chi sono? cosa voglio realmente?"; a sperimentare ovvero una transizione d'ansia.

Posto allora che il ruolo di persona che si sacrifica le venga disconfermato dagli altri, quale altra dimensione potrebbe venirle rimandata in modo tale da farla sentire vista, apprezzata, riconosciuta?

Parte del lavoro psicoterapeutico potrebbe essere orientato all'elaborazione di quelle parti di sé che, se "giocate" nella relazione, potrebbero consentire alla persona di costruire uno "spazio" per incontrare l'altro senza dover necessariamente escludere sé stessa.

Il sacrificio in psicoterapia

Il sacrificio del terapeuta

Nella stanza della terapia si trovano due persone, terapeuta e cliente, impegnate in una relazione che potremmo definire alla pari ma con differenti ruoli. Con il termine "alla pari" intendo sottolineare che il terapeuta non si pone (non dovrebbe porsi) nella posizione di colui il quale è detentore di una conoscenza di superiore importanza o valore rispetto a quella del cliente. Esiste tuttavia una differenza tra questi due soggetti in relazione, una differenza che attiene ai reciproci ruoli.

Il cliente porta nella stanza della terapia la propria sofferenza. Nella TCP tale sofferenza viene concepita come un disturbo qualora si configuri come un blocco nel movimento personale. Il ruolo della persona del cliente è pertanto quello di colui che chiede un aiuto nell'alleviare la propria sofferenza, visto dal punto di vista del cliente, e nel riprendere un movimento personale, visto dal punto di vista del terapeuta. Accanto al ruolo di persona che chiede aiuto il cliente porta inoltre il proprio ruolo nucleare nell'area della relazione terapeutica, ovvero il proprio modo di sentirsi e di riconoscersi come sé stesso in relazione con l'altro: detto in altro modo, il paziente porta tutto sé stesso.

Il terapeuta si colloca nella relazione in un modo differente. Il ruolo del terapeuta deve essere necessariamente "terapeutico". L'apparente tautologia sta ad indicare che la posizione relazionale adottata dal terapeuta varierà da persona a persona a seconda della costruzione professionale che il terapeuta formula del problema del paziente. Assumere un ruolo terapeutico o professionale in TCP significa immaginarsi come attori in una relazione nuova, attraverso la

quale favorire nuove esplorazioni da parte del cliente all'interno della stanza della terapia così come all'esterno.

Una tale scelta da parte del terapeuta esclude la possibilità che questi porti avanti l'elaborazione di parti di sé, ammesso che queste non abbiano a che fare con l'elaborazione di parti del terapeuta attinenti al ruolo di cura.

Il terapeuta deve evitare che entrino nello spazio della relazione terapeutica le proprie dimensioni di dipendenza, come ad esempio il bisogno di riconoscimento di dimensioni di affidabilità, di amabilità, di efficacia. A tale proposito ricorderò sempre le parole del mio terapeuta in formazione: "*Saprete di aver fatto un buon lavoro quando al termine della terapia il cliente vi dirà che sta meglio anche se si rende conto che voi non avete fatto poi un granché!*". Definito in questo modo, il terapeuta può essere visto nell'atto di compiere un sacrificio, nella misura in cui chiede a sé stesso di offrire una parte di sé per influire su qualcosa o qualcuno, per esercitare un ruolo. Il terapeuta è chiamato ad operare una sorta di sacrificio narcisistico.

Interpretato in questo modo, il sacrificio del terapeuta non implica tuttavia una rinuncia a considerare parti di sé (non sarebbe definibile infatti, nei termini della PCP, come una costrizione). "Sacrificarsi" in questo modo consente infatti, al terapeuta, la possibilità di continuare a giocare un altro ruolo con il cliente, non il ruolo di persona che si sacrifica, ma un ruolo di cura. Le dimensioni personali del terapeuta non sono pertanto costrette quanto momentaneamente sospese.

Chiedere un sacrificio a chi si sacrifica

Vorrei qui proporre, almeno in termini molto sovraordinati, un invito che ritengo possibile rivolgere alle persone che in terapia giungono con una costruzione di sé come di persone che si sacrificano. Posto che la direzione e il tipo di mosse terapeutiche dipendono dal blocco personale del cliente, immagino che una posizione nuova per la persona possa essere quella di considerare parti di sé pur scegliendo talvolta di ometterle nella relazione con l'altro.

Chiedere una cosa del genere a chi si costruisce come una persona che si sacrifica potrebbe risultare paradossale e trovare l'altro refrattario ad accogliere un tale invito. Includere sé stessa nella relazione, considerare parti di sé (desideri, aspettative, bisogni) sarebbe proprio quello che la persona evita di portare avanti. In tali termini però potrebbe anche essere visto come un sacrificio, il metter via e pertanto sacrificare la parte di sé "sacrificale".

Possiamo anche considerare che il processo della costrizione, per dirsi tale, necessita di essere utilizzato ad un basso livello di consapevolezza cognitiva. Vale a dire che la persona potrebbe non rendersi conto appieno delle parti di sé omesse.

Lavorare per far sì che il cliente includa parti di sé nella relazione significherebbe quindi cogliere tutte le occasioni possibili per "fermare" l'attenzione della persona su quelli che, di volta in volta, sono i propri bisogni, le proprie emozioni, i propri desideri, le proprie paure, etc. Nei termini della TCP si tratta di favorire una più ampia costruzione di sé. In questi termini rapportarsi alla costrizione "sacrificale" potrebbe essere raffigurato per il terapeuta come un lavoro sull'ansia.

La seconda parte dell'invito, "pur scegliendo talvolta di ometterle nella relazione", potrebbe ulteriormente favorire l'accettabilità di questa proposta, lasciando alla persona la possibilità di continuare a vedersi come colei che sceglie di offrire parti di sé per esercitare un ruolo. Per fare un esempio, basti pensare a quante volte il terapeuta, pur comprendendo i processi di costruzione del paziente, si può ritrovare a pensare che, lui stesso nei panni dell'altro, si sarebbe comportato diversamente. Ciò non di meno a nessuna di queste occorrenze il terapeuta dà voce: sceglie invece di sospendere tali costruzioni personali per favorire l'esplorazione del cliente sul suo sé in relazione. Allo stesso modo la persona del cliente, formulati maggiormente i propri giudizi, bisogni, desideri, potrebbe trovarsi in una posizione di scelta ad un alto livello di con-

sapevolezza cognitiva, e pertanto vedere davanti a sé la possibilità di giocare tali elementi nella relazione oppure ometterli.

Letto in questi termini, il sacrificio perderebbe il suo carattere costrittivo e potrebbe assumere invece delle connotazioni più simili al sacrificio del terapeuta o al ruolo terapeutico.

Conclusioni

L'esclusione di alcuni elementi dal campo percettivo della persona, attraverso l'utilizzo prevalente del processo di costrizione, che ho descritto come peculiare nella definizione di sé di una persona che si sacrifica, può essere letto come un modo di non sottoporre a verifica quelle parti di sé che probabilmente la persona sente come più fragili. Con il termine "fragilità" mi riferisco alla scarsa disponibilità di quei costrutti, probabilmente nucleari, ad andare incontro a una revisione, sia nei termini di una invalidazione sia di una validazione.

Costruire il proprio senso di identità su una dimensione di sacrificio rischia di comportare limitate possibilità di cambiamento per la persona, a favore di un potenziale sviluppo di un disturbo qualora la persona vada incontro ad una mancanza di riconoscimento da parte degli altri di persona che si sacrifica.

In contrasto con alcuni impliciti culturali, soprattutto di matrice cattolica, che vedono nel sacrificio personale un mezzo di crescita e di cambiamento, sostengo qui l'utilità di favorire una diversa declinazione della dimensione del sacrificio in una direzione che implichi un maggiore elaborazione della scelta del sacrificio (sacrificare cosa, con chi sì e perché, con chi no e perché, a quale fine, per ottenere cosa, per evitare cos'altro, a quale costo, per quanto tempo, con quali mezzi…) e con essa una maggiore elaborazione di sé e dei processi di costruzione dell'altro.

L'anticipazione sarebbe quindi che ad una maggiore comprensione dell'altro, unita ad una minore ansia su sé stessi, corrisponda la possibilità di vivere una vita personale e relazionale più ricca e soddisfacente, nella misura in cui il "dare all'altro" lascia spazio ad un "essere con l'altro".

Riferimenti bibliografici

Bannister, D., & Fransella, F. (1971). *Inquiring man*. Harmondsworth, England: Penguin. (trad. it. *L'uomo ricercatore*, Firenze: Martinelli, 1986)

Bailey, A., & Walker, B. M. (2003). Using psychophotography as a non-verbal measure of constriction. In G. Chiari & M. L. Nuzzo (Eds.), *Psychological constructivism and the social world* (pp. 306-317). Milano: Franco Angeli.

Benveniste, E. (1974). *Le vocabulaire des institutions indoeuropéennes. Tome 2: Pouvoir, droit, religion*. Paris, France: Les Editions de Minui.

Bolza, G. B. (a cura di). (1852). *Vocabolario genetico-etimologico della lingua italiana*. Vienna: I. R. Stamperia di Stato.

Chiari, G. (2015). A narrative hermeneutic approach to personal construct psychotherapy. In D. Winter & N. Reed (Eds.), *The Wiley handbook of personal construct psychology* (pp. 241-253). London, England: Wiley-Blackwell.

Epting, F. R. (1984). *Personal construct counseling and psychotherapy*, New York, NY: Wiley. (trad. it. *Psicoterapia dei costrutti personali*. Firenze: Martinelli, 1990)

Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs*, Vol. I & II. New York, NY: Norton. (trad. it. parz. *La psicologia dei costrutti personali*. Milano: Raffaello Cortina, 2004)
Merkel, F. R. (1936). Sacralità. In *Enciclopedia Italiana.* Roma: Treccani.
Ognibeni, M., & Zoppi, O. (2015). Il RUOLO e i ruoli di dipendenza. *Costruttivismi, 2*, 194-205. (Engl. transl., ROLE and dependency roles. *Costruttivismi,* 2015, *2*, 206-216)
Ricoeur, P. (2004). *Parcours de la reconnaissance. Trois études*. Paris, France: Stock. (trad. it. *Percorsi del riconoscimento*. Milano: Raffaello Cortina, 2005)
Sabatini, F., & Coletti, V. (a cura di). (2007) *Il Sabatini Coletti: dizionario della lingua italiana 2008*. Milano: Rizzoli Larousse.
Van der Leeuw, G. (1992). *Fenomenologia della religione*. Torino: Bollati Boringhieri.
Walker, B. M. (2002). Nonvalidation vs (In)validation. Implications for theory and practice. In J. D. Raskin & S. Bridges, (Eds.), *Studies in meaning: Exploring constructivist psychology* (pp. 49-61). New York, NY: Pace University Press.

Sitografia

Ales Bello, A. A. (2009). *Il sacrificio dal sacro alla desacralizzazione*. Memorandum, Belo Horizonte, v. 16, p. 19-33. Disponibile da http://www.fafich.ufmg.br/~memorandum/a16/alesbello07.pdf
Walker, B. M. (2004). Constriction. In: The internet encyclopaedia of personal psychology. Disponibile da: http://www.pcp-net.org/encyclopaedia/constriction.html

L'Autrice

Roberta Franco, psicologa sperimentale e psicoterapeuta cognitiva ad orientamento costruttivista ermeneutico, svolge attività clinica privata, in setting individuale e di coppia. Collabora con il Consiglio Nazionale delle Ricerche (CNR) nell'ambito delle neuroscienze. È consulente della procura presso il tribunale in merito all'idoneità testimoniale.
Email: francoroberta@yahoo.it

Citazione (APA)

Franco, R. (2019). La dimensione di significato del sacrificio: una lettura in ottica costruttivista ermeneutica. *Costruttivismi*, *6*, 85-92. doi: 10.23826/2019.01.085.092

Costruttivismi, 6: 93-103, 2019
Copyright © AIPPC
ISSN: 2465-2083
DOI: 10.23826/2019.01.093.103

RECENSIONI
REVIEWS

"*The Shape of Water*". Riflessioni sulla pellicola di Guillermo del Toro secondo la prospettiva postrazionalista

"The Shape of Water": Reflections on Guillermo del Toro's movie according to the postrationalist perspective

Daniela Merigliano

SITCC – Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva

Sommario. L'intento è quello di mettere in evidenza come la prospettiva postrazionalista rappresenti una base valida per un metodo di indagine complesso della realtà. Il cinema può essere analizzato per rintracciare il significato personale dell'artista, anche sulla base delle fonti biografiche. L'analisi delle sequenze della pellicola di Del Toro "*The Shape of Water*" consente di cogliere e sviluppare l'emergere di un significato peculiare, il tema della solitudine, della diversità e della perdita nello svolgersi del film, come asse portante e, nondimeno chiave di lettura, degli eventi raccontati.
Parole chiave: postrazionalismo, significato personale, Guillelmo del Toro,"The Shape of Water", cinema, psicologia

Abstract. The Author's aim is to remark how the Postrationalist perspective represents a solid base to investigate reality in a complex way. Movie can be also analyzed to reach the artist's personal meaning thanks to his biographical sources. The analysis of sequences of the last movie by Guillermo del Toro "*The shape of water*" makes us comprehend and develop the spreading of a peculiar meaning: the theme of loneliness, diversity and loss. We can experience it throughout the whole film as backbone and reading key for the events.
Keywords: postrationalism, personal meaning, Guillelmo del Toro, "The Shape of Water", movie, psychology

Ricevuto il 19 dicembre 2018; accettato il 5 luglio 2019.
www.aippc.it/costruttivismi

La prospettiva

Ho già trattato dell'opera cinematografica di Guillermo del Toro perché colpita dalla capacità espressiva e dalla profonda sensibilità che le storie narrate nei suoi film riescono a proporre (Merigliano, 2010, 2011).

L'analisi delle sequenze dell'ultima sua pellicola, "*The Shape of Water*", che ho scelto questa volta ha fornito un pretesto per cogliere e sviluppare l'emergere di un Significato peculiare: il tema della solitudine, della diversità e della perdita nello svolgersi della trama narrativa del film, come asse portante e, nondimeno, chiave di lettura degli eventi raccontati. La prospettiva da cui osservo e studio l'opera cinematografica del regista messicano è quella Costruttivista Postrazionalista. Opere letterarie, pittoriche, cinematografiche, fotografiche possono largamente essere utilizzate a scopo di indagine e di analisi del funzionamento umano in un percorso di vita. Per far ciò seguo come filo conduttore dello studio il Significato Personale insito nei temi emergenti dal racconto e tento di ricostruirne la coerenza di elaborazione anche attraverso un attento esame della storia di vita del regista che narra e della sua produzione artistica. In sostanza l'invariante sistemico costituente la struttura identitaria dell'autore si riconosce facilmente nella sua produzione artistica. Negli stessi personaggi che animano le sue storie, se si tratta di un autore letterario o di un regista teatrale o cinematografico, quello specifico modo di funzionare e leggere la realtà emerge esprimendo il significato intimo dell'artista che crea.

Il punto di vista da cui partiamo per l'indagine e la rilettura dell'opera cinematografica scelta in questo caso, rientra in un ambito Costruttivista, per meglio dire Sistemico-Processuale, che propone una posizione epistemologica in cui la realtà, "*multiversa*", viene concepita come un fluire continuo, multidirezionale e multilivellare di processi cognitivi in costante svolgimento (Maturana & Varela, 1985, 1987).

In accordo con una prospettiva Ontologica, le emozioni si rivelano forme di conoscenza e corrispondono a quell'ordinamento immediato della realtà che percepiamo come "dato" nel fluire della nostra prassi del vivere (Guidano, 1988). Cogliamo questo aspetto in modo chiaro nello svolgersi della pellicola che analizzo nelle sue sequenze: le emozioni sono il mezzo primario di scambio e conoscenza della propria esperienza di sé e dell'altro. Nel caso del film scelto qui, ricorrono costanti solitudine, disperazione, rabbia e senso della perdita.

Nell'evoluzione del nostro ragionamento sul modello teorico di riferimento cogliamo come i sé diventi processuale. Nella dialettica costante tra l'"*I*" che esperisce e il "Me" che valuta e significa, l'identità narrativa si dispiega in modo processuale (Mead, 1934). Il "*Self*" si svolge in una dinamica multimodale e multilivellare. L'aspetto multimodale è dovuto al fatto per cui la conoscenza non è solo cognitiva ma è anche emotiva, sensoriale, percettiva, cinestesica e procedurale. Quello multilivellare esiste perché l'emergenza del linguaggio e la sua progressiva articolazione fanno sì che l'esperienza si manifesti costantemente, simultaneamente e su un doppio livello: quello dell'esperienza immediata e quello dell'immagine cosciente di sé, con la differenza che l'esperienza immediata non è legata all'intenzionalità, fluisce per conto proprio, in maniera continua e incessante, mentre l'immagine cosciente è sempre un passo indietro rispetto all'esperienza immediata, perché deve continuamente riordinare e riferire a sé l'accadere momento per momento che intanto è già progredito (Guidano, 1988). Il Significato Personale è l'elemento fondante tutto questo e si pone definendo il tipo di coerenza sistemica a cui ciascuna Organizzazione Cognitiva Personale è vincolata durante il suo ciclo di vita. Il Significato Personale, quale principio ordinatore dell'esperienza umana, rappresenta il filo conduttore delle riflessioni qui proposte, come risultato espressivo di una soggettività specifica, quella del regista in questo caso, che prende forma nei caratteri e nel muoversi dei personaggi nel film. Secondo Guidano, il Significato Personale rappresenta la processualità proattiva, progettuale in un costante ordinamento di reti di eventi significativi variamente correlati tra loro, che porta avanti un'esperienza

di sé e del mondo ("*Io*") specificatamente riconoscibile come unitarietà e continuità del proprio Sé nel tempo ("*Me*"). Ancora, il Significato si esprime nella costruzione di una comprensione in grado di rendere progettuale il futuro che svela uno specifico modo di essere (Guidano, 1992; Dodet & Merigliano, 2016).

Nella prospettiva dei sistemi complessi un'"*Organizzazione di Significato Personale*" è "*l'insieme di processi che sottendono l'elaborazione di un significato personale per il quale, pur sperimentando numerose trasformazioni, un individuo mantiene il suo senso di unicità personale e continuità storica*" (Guidano, 1988).

Ribadire tali assunti teorici rende possibile la comprensione dell'approccio alla lettura del film in questione dal punto di vista dell'autore che scrive intento a rivelare il verosimile invariante sistemico proprio del regista del film, impresso nel modo di funzionare dei suoi personaggi.

Trattiamo di storie narrate.

Attraverso il linguaggio diamo senso all'esperienza, costruendo in tal modo la nostra identità narrativa che si mantiene unica e irripetibile grazie alla dialettica costante di un Self Narratore che spiega e valuta e di un Self Protagonista che esperisce (Ricoeur, 1993). La dimensione storica dell'esperienza infatti e la sua possibilità di essere messa in sequenza fa sì che l'individuo renda in forma narrativa ciò che esperisce di sé e della realtà circostante. Ci colpisce l'aspetto peculiare di ogni narrazione, sia cinematografica che letteraria, sia pittorica o fotografica: il punto di vista di chi racconta (Merigliano, 2017). Si narra agli altri per comunicare e si racconta a se stessi per dare senso alle proprie esperienze vissute. Nella prassi del *raccontar storie* si compie la costruzione dei propri significati e quindi di sé. Il linguaggio, proprietà unica dei primati umani, è lo strumento attraverso cui l'esperienza che si organizza in forma narrativa prende senso e significato.

L'applicazione della prospettiva teorica Postrazionalista all'analisi del cinema e delle arti espressive tutte, quindi, non solo permette di osservare la storia narrata di personaggi come reali casi clinici, ma ci dà l'opportunità di ricostruire il Punto di Vista/Significato Personale del regista che "*orienta*" le vicende e il muoversi e l'agire dei personaggi nella storia, rappresentando sé e il proprio modo peculiare di fare esperienza.

Questo è filo conduttore che seguiamo nella nostra ricerca.

"*L'uomo è l'unico animale che non può vivere senza racconti, cioè senza produrre e consumare continuamente affabulazioni, invenzioni, fantasie. Elabora racconti persino quando dorme …*" (Ferrero, 2014).

Il contenuto del film

A questo punto, forti di una prospettiva teorica certa, occupiamoci di conoscere lo svolgimento della trama del film del quale analizzeremo passaggi e sequenze.

"C'era una volta nel 1962 una donna che non poteva parlare e una creatura che non aveva mai parlato ...".

Così Guillermo del Toro introduce lo spettatore nelle sequenze iniziali del suo film "*La forma dell'acqua - The Shape of Water*", vincitore del Leone d'oro come "miglior film" alla 74ª Mostra internazionale d'arte cinematografica di Venezia, del Golden Globe per il "miglior regista" e ancora, premiato con quattro Premi Oscar 2018 (miglior film, miglior regia , miglior scenografia, miglior colonna sonora) .

Siamo nel 1962 a Baltimora, nel pieno della Guerra Fredda. Elisa, giovane fanciulla muta, lavora in un laboratorio scientifico come donna delle pulizie. Con l'amica e collega Zelda, incaricate di ripulire una parte di laboratorio segreta, si imbatte per caso in un pericoloso esperimento

governativo: studiare una creatura anfibia dall'aspetto umanoide, proveniente dal Sudamerica, da un fiume amazzonico, tenuta in una vasca sigillata piena d'acqua.

Il "*mostro*" si rivela però un essere di grande intelligenza e profonda sensibilità e di lui Elisa si innamora ricambiata. Questo sentimento sarà contrastato dalle tristi e crudeli evenienze dovute alla competizione tra le due potenze, americana e russa, per la supremazia nella corsa allo spazio. La ragazza sarà supportata nella sua impresa di salvare la misteriosa creatura, dall'amica Zelda, afroamericana che lotta per i suoi diritti dentro il matrimonio e nella società, e da Giles, vicino di casa omosessuale, discriminato sul lavoro.

In sostanza, in accordo con quanto afferma del Toro, questa è la favola di "*una Principessa senza voce*», in «*una storia d'amore e perdita, e di un mostro che voleva distruggere ogni cosa*». Si coglierà presto che il mostro distruttore è in effetti un essere umano e che la creatura anfibia segregata in catene è «*un Principe giusto, alla fine di un regno*"[1].

Il film e il regista

Le prime due parole che spiccano introducendoci alla visione del film sono "*amore*" e "*perdita*".

Di questo il regista intende trattare e su questi temi, la reciprocità e la solitudine, fondo la mia analisi.

L'idea è che l'ipotetico nucleo sistemico abbandonico che sottende il modo di essere e di esprimersi del regista, ricavato anche dallo studio della sua storia personale oltre che artistica, sia inevitabilmente riconoscibile come "firma d'autore" nel modo di funzionare dei personaggi che crea per i suoi film. In sostanza i protagonisti della storia che del Toro narra, sentono, pensano, si muovono esattamente come umani appartenenti a un'Organizzazione Depressiva farebbero. E non può che essere così dal momento che, prodotto della sua creatività, manifestano quello specifico modo di ordinare la propria esperienza.

L'ipotesi che pongo è che i due protagonisti esprimano sentimenti attinenti a tematiche di tipo abbandonico variamente declinate nell'evolversi delle vicende e nella singolarità dei caratteri personali, pur nel rispetto di uno sviluppo immaginifico tipico del genere fantasy. L'intento è quello di seguire, nello svolgersi della storia narrata, la modalità di funzionamento dei personaggi, indagando e rendendo esplicito ove possibile il *core* del tema della perdita. L'invariante sistemico intorno al quale un'Organizzazione di Significato di tipo Depressivo si va articolando ci propone costanti vissuti di solitudine disperante e di non amabilità. Avevamo già colto aspetti sovrapponibili nelle precedenti pellicole del regista: "*Il labirinto del fauno*" del 2006 e "*La spina del diavolo*" del 2001. In questi due casi si trattava di storie di piccoli fanciulli orfani e disperati, tipologie abbandoniche ancora armoniche che si arrabattano per andare avanti e non soccombere in un mondo di solitudine e di dolore senza riparo (Merigliano, 2010; Merigliano, Moriconi & Diamante, 2011).

Del Toro esprime da subito chiaramente gli intenti sugli obiettivi del film: *"Volevo creare una storia, bella ed elegante, sulla speranza e la redenzione come antidoto al cinismo dei nostri tempi. Volevo che questa storia avesse la forma di una favola, con un semplice essere umano che si imbatte in qualcosa di più grande e più trascendente di ogni altra cosa nella sua vita. Poi ho pensato che sarebbe stata una grande idea mettere a confronto questo amore contro qualcosa di banale e malvagio come l'odio tra le nazioni, che si esprime al meglio con la Guerra Fredda, e con l'odio razziale, di classe e di genere. Il fatto che i due protagonisti del film non parlino,*

[1] https://locchiodelcineasta.com/la-forma-dellacqua-recensione-film/

quanto meno in maniera convenzionale, non fa altro che intensificare la storia d'amore, spogliandola delle incomprensioni che spesso si creano tra gli esseri umani. Una cosa dell'amore è che è così incredibilmente potente, che non richiede parole"[2].

Già nel titolo ritroviamo l'essenza di quello che sarà il filo conduttore della storia.

"*La forma dell'acqua*" ci riporta alla "forma" delle emozioni: sia l'una che le altre assumono e si adattano all'assetto del sistema che le ospita. Il regista: "*L'acqua prende la forma di tutto ciò che la contiene in quel momento e, anche se l'acqua può essere così delicata, resta anche la forza più potente e malleabile dell'universo. Vale anche per l'amore, non è vero? Non importa verso cosa lo rivolgiamo, l'amore resta se stesso sia verso un uomo, una donna o una creatura"*[3] . Adam stesso, la creatura anfibia, "*prende la forma" di quello con cui si confronta, assumendo empaticamente i sentimenti di chi ha di fronte."*[4] Possiamo affermare la medesima cosa pensando alla immediata sintonia che si crea nella reciprocità che Elisa instaura con l'essere acquatico nello scambio di una serie efficace di segnali e messaggi necessariamente non verbali. Si coglie sin dai primi fotogrammi come la prevalenza di immediatezza tra tutti i personaggi del film, renda possibili i contatti, le reciprocità permettendo il naturale incontro tra *solitudini*, quella di Elisa, quella di Gilles, quella della Creatura. Elisa non parla se non con il linguaggio dei gesti, ma può comunicare facilmente con l'amico, il vicino di casa omosessuale Gilles, altra espressione di riservatezza, solitudine e rassegnazione. E ancora fluidi e immediati sono gli scambi che la ragazza ha con la collega Zelda, anch'ella rappresentanza esplicita di emarginazione e fatica a condurre l'esistenza con un marito che non l'ascolta mai. Non sembrano essere fondamentali le parole verbalizzate nell'espressione di queste tre reciprocità. Del Toro afferma: *"Per me i tre insieme* (Elisa, Zelda, Giles n.d.a.) *costituiscono un unico personaggio, come se fossero diverse parti dello stesso cervello. Tutti e tre vivono ai margini e sono invisibili per motivi diversi: uno per la razza, uno per l'orientamento sessuale, uno per la disabilità; però poi si uniscono per la creatura. Al laboratorio pensano di combattere delle potenti spie sovietiche, ma amo il fatto che stiano effettivamente combattendo due donne delle pulizie e un artista gay"* (Treanni, 2018).

Piccole storie nella grande Storia. Nel racconto il regista tiene sullo sfondo la Storia, la guerra Fredda, il conflitto tra Americani e Russi e qui innesta coerente quello delle esistenze dei personaggi descritti, semplici ma pur eroiche nel loro spendersi.

Protagonista assoluto della narrazione è l'incontro che progressivamente si va articolando tra la ragazza e l'anfibio che nel laboratorio viene chiamata "*the asset*", la risorsa. Elisa è orfana, è cresciuta in un istituto (tema caro al regista), la storia ci narra che ha un legame speciale con l'acqua. Tale mezzo, comune patrimonio per i due protagonisti, permette loro di *ri-conoscersi* presto, senza mediazioni cognitive o linguistiche, di cogliere come familiari quei segnali primordiali appartenenti alle realtà personali di entrambi. Fin da subito i primi contatti sono spesi con sguardi filtrati da vetri e dall'acqua stessa, o ancora con piccoli gesti come lo scambio dell'uovo che permette il primo vero incontro che diremmo *riconoscimento*. L'uovo ci richiama la simbologia della nascita, dell'inizio di tutte le cose, del legame. Qui simboleggia l'unione tra i due personaggi e il suo necessario nutrimento. Altro elemento chiave, verosimilmente caro a questa tipologia di funzionamento, la Depressiva, è il sale come imprescindibile veicolo di vita per il dio anfibio che altrimenti progressivamente morirebbe[5]. Commuove la sollecitudine con cui

---

[2] http://www.fantascienza.com/23364/la-forma-dell-acqua-una-storia-di-redenzione-come-antidoto-al-cinismo-dei-nostri-tempi

[3] http://shakemovies.com/la-forma-dellacqua-the-shape-of-water-guillermo-del-toro/

[4] http://shakemovies.com/la-forma-dellacqua-the-shape-of-water-guillermo-del-toro/

[5] "*verosimilmente caro ...*". Mi riferisco a riguardo a un dato empirico di costante riscontro nella mia pratica clinica del quale al momento non so dare spiegazione. Sembrerebbe emergere una spiccata preferenza da parte di soggetti con Organizzazione di Significato di tipo Depressiva per alimenti e cibi salati rispetto a nutrienti dolci. Riporto il dato in quanto mi ha sorpreso il suo costante ripetersi in questi anni di lavoro

Elisa si preoccupa di procurare il sale da immergere nell'acqua della vasca in cui sta custodendo il suo protetto.

La giovane non può parlare ma riesce a sentire. La musica che tanto ama diventa veicolo di condivisione immediata con la Creatura, relegata e trattenuta nella piscina/prigione.

Emerge chiara allora l'adesione all'altro per come è, anzi proprio per la sua *diversità*, per la sua *problematicità* accolta come garanzia di tenuta della relazione. Viene qui espressa in tutta la sua complessità la modalità di costruzione dei legami affettivi tipica dell'Organizzazione di Significato Personale Depressiva, centrata sulla necessità che l'altro aderisca ai propri temi specifici e che scelga il soggetto in modo esclusivo proprio per quei tratti "*negativi*" che allontanano invece gli altri. In una costante percezione della personale non amabilità, la certezza della perdita spinge a garantirsi tutela dal dolore in ogni eventuale investimento e coinvolgimento emotivo con l'altro. Nasce allora il bisogno di autenticità nella reciprocità che porta l'individuo così organizzato a costruire legami affettivi. Nell'anticipazione continua della perdita non ci si può permettere di sentirsi respinti, raggirati, abbandonati di nuovo.

Del Toro chiarirà questo concetto*: "I mostri umani sono molto più difficili da individuare. Possono essere eleganti, sorridenti oppure in lacrime nei programmi televisivi. Non sappiamo quale sia la verità. I mostri, invece, portano la verità con loro, la esibiscono"*[6].

Lo sforzo che Elisa compie nel tirare avanti una dura esistenza e quello della creatura anfibia che, vessata e torturata, si trova tragicamente in un tempo e in un luogo ostili e avversi, diventano due vere e proprie imprese eroiche atte a rendere chi le compie degno e amabile: "*se non facciamo niente, non siamo niente*" ci ricorda la ragazza a conferma della imprescindibile urgenza di compiere l'impresa di liberazione della creatura amica, tenuta in catene.

Il tema esistenziale di *condanna ed elezione*, su cui si fonda l'esistenza, pur tipico dell'Organizzazione di Significato di tipo Depressivo, si esplicita per il mostro nell'essere "*bestia*" e allo stesso tempo *divinità che può riparare ferite fino a restituire la vita* e per Elisa, muta e per questo al margine, ma anche *eletta per essere stata accolta e amata dal dio anfibio.*

Dice il regista*: "Da bambino mi sentivo fuori luogo un po' ovunque, proprio come i mostri. Per me il mostro è una creatura coraggiosa, che esiste nonostante l'oppressione della gente normale. Ciò che mi piace è che è come un animale, non c'è nulla di ipocrita in lui. King Kong è esattamente ciò che sembra, così come Godzilla e via dicendo"*[7].

In generale in un'Organizzazione di Significato Depressiva, che qui troviamo pienamente rappresentata, l'esperienza pervasiva di sé mai in grado di ottenere un attaccamento emotivo stabile, nonostante il continuo sforzarsi, genera un senso di indegnità e non amabilità cui riferire la propria incapacità di relazione. Le emergenze emotive più ricorrenti che si alternano tra rabbia e disperazione, non vengono sempre espresse in modo franco, quanto piuttosto sono spesso celate in atti volti a gestire ogni eventuale rifiuto, maltrattamento, solitudine, in un'autosufficienza a volte disperata. Pensiamo a come Del Toro ci descrive l'andamento dell'esistenza di Elisa nelle sue molteplici difficoltà principalmente dovute all'impossibilità di esprimersi verbalmente.

La ragazza, vero esempio di autosufficienza, non si ferma di fronte a nulla, possiamo ben dirlo, affronta e risolve brillantemente le piccole e grandi cose che la vita le va riservando.

Nell'ambito della regolazione emozionale questi soggetti così organizzati, nel percepirsi, nel rapporto che hanno con se stessi e nella modalità di mettere a fuoco la propria esperienza, tendono a mettersi a fuoco dall'interno (modalità Inward) (Lewis, 1994, 1998; Magai & McFadden, 1995; Guidano, 2010) mentre riguardo al livello di contesto cui l'individuo si sintonizza, nello

---

clinico con i pazienti. Auspicabile sarebbe ipotizzare uno studio a riguardo che si sviluppi a ponte tra la psicologia, la neurologia e le tecniche di neuroimaging funzionale per confermarne eventualmente il riscontro e darsi ragione di tale evenienza.

[6] https://www.mondofox.it/2018/02/15/guillermo-del-toro-intervista-fox/

[7] https://www.mondofox.it/2018/02/15/guillermo-del-toro-intervista-fox/

sviluppo del rapporto con l'alterità, non appaiono dipendenti dal campo esterno nella loro modalità di funzionamento (Field Independent) (Witkin, 1949).

Per concepire l'ipotesi di un tema di tipo abbandonico dobbiamo parlare di modelli di attaccamento, e per farlo ci riferiamo alle tipologie derivate dal lavoro di Patricia Crittenden degli anni '90. Da pattern di attaccamento specifici, in adulto si formerà la relativa Organizzazione di Significato Personale. Per brevità, individuiamo solo il gruppo cui sembrano appartenere i protagonisti del film in analisi, riconoscibile nel pattern A, tipo Evitante. Questo stile è caratterizzato principalmente da una peculiare inibizione delle espressioni emotive da parte del bambino al fine di garantirsi la prossimità con il caregiver percepito come "non in grado di poterle accogliere" (Crittenden, 1994, 1997). Un attaccamento di tipo A in cui si riconosca come oscillazione emotiva di base un alternarsi di emozioni come disperazione/rabbia, darà verosimilmente origine ad una Organizzazione di Significato Personale di tipo Depressivo nell'individuo adulto. I relativi temi narrativi si incentreranno su vissuti di indegnità, non amabilità e solitudine. In generale tali tematiche in termini relazionali sono correlate a emergenze emotive relative a vissuti di perdita, di abbandono, separazione, autosufficienza.

Ci indica Bowlby come i pattern di attaccamento che favoriscono l'elaborazione di un'esperienza di perdita possono ritrovarsi nei casi in cui:

- vi sia stata una perdita precoce di uno dei genitori;
- si sia verificata una separazione prolungata o definitiva da questi;
- si stabilisca una relazione in cui continue minacce di abbandono o sottrazione di affetto procurino un'esperienza continuativa di perdita e rifiuto;
- si verifichi un'inversione del ruolo genitore-bambino per cui quest'ultimo deve prendersi cura del genitore (Bowlby, 1976, 1978, 1983).

In generale l'esperienza pervasiva di sé mai in grado di ottenere un attaccamento emotivo stabile, nonostante il continuo sforzarsi, genera un senso di indegnità e non amabilità cui riferire la propria inettitudine alla relazione con gli altri, la personale inidoneità e non appartenenza al genere umano.

Il sistema può essere messo in crisi da tutte quelle situazioni che producono un'esperienza soggettiva di perdita riferibile all'incontrollabilità della propria negatività. Un "espediente" caro a questa tipologia di funzionamento è la disconnessione emotiva. Per fronteggiare emergenze emotive non gestibili perché cariche di un portato doloroso e disperante o viceversa troppo gioioso e quindi altamente pericoloso per il soggetto perché caduco e inafferrabile, disconnettere emotivamente permette di tenere sullo sfondo non mettendo a fuoco le emozioni emergenti, non riconoscendole, non correlandole ad altro, né significandole.

In sostanza, il sentimento della perdita può essere colto senza dubbio come fattore destabilizzante l'esperienza di sé e del mondo circostante, fino a vederlo diventare nucleo centrale di un'espressione psicopatologica vera e propria. Con maggior difficoltà si realizza come questo stesso sentimento sia il fattore ordinante l'esperire umano per individui con un'Organizzazione di Significato Personale di tipo Depressivo. Il muoversi e l'agire dei personaggi principali del film che stiamo analizzando ne sono un validissimo esempio.

Riferiamoci a questo punto alle note biografiche del regista e avanziamo delle ipotesi.

L'esistenza di Guillermo del Toro nel Messico degli anni '70/'80 non fu semplice*: "Attraverso questa storia volevo celebrare le diversità, le imperfezioni e, soprattutto, l'altro, vale a dire chi è diverso da noi. Non mi interessava parlare di tolleranza, bensì d'amore. Volevo fare un film che fosse ricco di idee piene di vita"*[8]. A seguito del rapimento del padre, pilota di moto, occorso nel 1998, ai suoi 24 anni, dopo averlo liberato attraverso il pagamento di riscatto, Del Toro decise di trasferirsi dal Messico a Los Angeles dove attualmente vive: *"Il Messico è un*

[8] https://www.mondofox.it/2018/02/15/guillermo-del-toro-intervista-fox/

paese molto violento, penso che molti degli elementi caratteristici dei miei film derivino da una specifica sensibilità messicana"[9]. L'ambientazione spettacolare e l'estetica ricercata collocano le sue pellicole in contesti tetri e soffocanti ricchi di situazioni magiche e fantastiche. La disinvoltura con la quale ci propone richiami continui e citazioni del Vecchio Testamento è coerente con la sua storia personale. Nel gennaio del 2007 durante un'intervista per il programma radiofonico "*Fresh air with Terry Gross*", raccontò della sua infanzia passata con una nonna cattolica e parlò dei suoi continui maltrattamenti. Quando aveva circa 7-8 anni, la nonna lo costringeva a mortificarsi con autopunizioni come quella di mettere tappi di bottiglia di metallo nelle scarpe durante il percorso che lo portava a scuola, fino a far sì che le piante dei suoi piedi sanguinassero. Ella cercò anche di esorcizzarlo per ben due volte a causa della sua persistente passione per la fantasticheria e per il disegno relativo a mostri nati dalla sua immaginazione (Merigliano, 2010; Merigliano, Moriconi & Diamante, 2011). Il suo stile è caratterizzato da un gusto spiccato per la biologia, per la Scuola d'Arte Simbolista, per la fascinazione verso mondi fantastici, orridi personaggi, fate e luoghi oscuri. Egli stesso ha affermato di essere *"innamorato dei mostri […] la mia fascinazione per i mostri è quasi antropologica […] li studio, li disseziono […] voglio sapere come funzionano, che aspetto hanno dentro e come si comportano […] ho una specie di feticismo per insetti, orologi, luoghi oscuri, cose senza nascita"*[10]. I suoi mostri preferiti sono 'Frankenstein' e 'The Creature of the Black Lagoon' da cui sembra abbia preso numerosi spunti per lo sviluppo de "*La forma dell'acqua*". Evidenti appaiono i frequenti richiami alla storia de "*La bella e la bestia*".

L'amore e la sensualità, ci dice quel finale, sono possibili anche se sei "un mostro". Questo è esattamente il punto centrale de La Forma dell'Acqua. Del Toro lo ha spiegato bene: "*Mi piace creare dei film liberatori, che dicono che è bene essere ciò che si è, cosa che, in questo momento storico, poi, mi sembra molto pertinente*" [11].

Analogie possibili

Un'ultima riflessione sul *core* del nostro ragionamento: il tema di perdita.

Se analizziamo con attenzione anche il film "*Lezioni Di Piano*" del 1993 per la regia di Jane Campion, film che ha vinto tre Premi Oscar, che è stato premiato al Festival di Cannes e che ha vinto un premio ai Golden Globe, troviamo evidenti analogie con la pellicola di del Toro qui trattata. Gli stessi temi di solitudine e di perdita che emergono e sottendono costantemente il muoversi dei personaggi nel film "*The Shape of Water*", si riscontrano come base portante della storia e nell'esprimersi dei protagonisti del film della Campion. Supponiamo che in entrambi i casi il prodotto artistico sia sostenuto da un comune tema ordinatore, proprio verosimilmente dei due registi: un Significato Personale di tipo abbandonico che si rivela così nella trama filmica e nei suoi attori.

Rivediamo la storia in *"Lezioni di piano*": Verso la metà dell'Ottocento Ada McGrath, una donna scozzese muta dall'età di sei anni, viene mandata in Nuova Zelanda insieme a sua figlia Flora per sposare il colono inglese Alistair Stewart. Ada ha portato con sé un pianoforte, il suo unico mezzo di comunicazione con il resto del mondo, ma suo marito rifiuta di tenere lo strumento e lo vende al loro vicino Baines, al quale Ada inizia a dare lezioni di musica. Anche in questo caso la protagonista è una donna con problemi di comunicazione con gli altri. È muta,

[9] https://www.pressreader.com/italy/vanity-fair-italy/20180321/281852939104350
[10] https://www.silenzioinsala.com/articoli/1930/guillermo-del-toro-e-il-fantasy-una-storia-damore
[11] http://www.fantascienza.com/23364/la-forma-dell-acqua-una-storia-di-redenzione-come-antidoto-al-cinismo-dei-nostri-tempi

vedova con una figlia, e per convenienza familiare deve sposare uno sconosciuto. Si trasferisce con lui in un'isola sperduta in Nuova Zelanda. Non le è concesso di suonare il piano, sua unica consolazione. Ma con l'aiuto di un uomo all'apparenza rozzo, in realtà molto sensibile, il suo desiderio sarà esaudito. Tra loro nasce un particolare idillio che farà uscire di senno il marito.

Fra le varie scene del film, indimenticabile quella in cui Ada si lascia sprofondare in acqua insieme al suo pianoforte. Un merito particolare va alla colonna sonora composta da Michael Nyman che diventa fondamento portante di tutto il film.

In un'analisi più accurata, alla ricerca dell'invariante sistemico, motore del prodotto, i due film a confronto rivelano che:

- le protagoniste sono entrambe mute, quasi a sottolineare quel senso di non appartenenza e di estraneità dal consorzio dei propri simili, conferma di una solitudine ineluttabile, tipico dell'organizzazione Depressiva.
- Entrambe sono vessate dal contesto esterno: l'una per la ferocia del poliziotto di regime che tortura e poi tenta di uccidere la creatura marina nel clima della guerra fredda tra USA e Russia, l'altra per la insensibilità crudele del marito che le impone di liberarsi del piano, unica sua risorsa. Tutto a conferma che l'esistenza è spesso grama e che non si può che lottare nonostante tutto, per garantirsi quella insperata possibilità di appartenenza e amabilità.
- Per entrambe la musica è veicolo privilegiato di comunicazione emotiva. L'una con l'essere marino, l'altra con il rude vicino di casa cui è stato venduto il suo piano e al quale la donna darà lezioni. Silenzio e sonoro si intrecciano nello sviluppo delle due storie. Condanna e elezione si ripropongono a ribadire una specialità dell'essere che si volge inevitabilmente in emarginazione e solitudine.
- La trama procede, descrivendo in entrambi i casi un'appassionata storia d'amore nella ricerca costante di una possibile e insperata percezione di sé come oggetto di amore, pur nella personale problematicità.
- La scena finale si svolge nell'acqua in cui le due protagoniste ritrovano ciascuna la propria possibilità di riscatto e liberazione dai vincoli esterni. In questi due casi viene ribadito come nello scenario delle due protagoniste dei film sia presente come "possibilità" la morte, possibile via di scampo ad un'esistenza fatta da dolore senza riparo. Questo sentimento connota e ben rappresenta la tipicità esistenziale dell'Organizzazione di Significato Depressiva

In entrambe le storie comunque, la fine si pone come una rinascita: una nuova partenza di due anime a questo punto più definite che diventano a tutti gli effetti espressione piena del loro essere. Si rinnova il concetto per cui il tema di perdita è vincolo, ma anche principio fondante e ordinatore del personale modo di significare la propria esperienza con una sua possibile generatività.

Conclusioni

Il tentativo di una lettura del film di Guillermo Del Toro dal punto di vista di chi fa l'esperienza del vivere ha portato a riconoscere il Significato Personale specifico che sottende alla verosimile Organizzazione di Significato del regista e emergente quindi nei suoi personaggi che si muovono nello sviluppo della storia narrata. Tipologie abbandoniche armoniche e in qualche modo generative che si arrabattano per andare avanti e non soccombere in un mondo di emarginazione, rifiuto, solitudini e dolori senza riparo si sono espresse in diverse declinazioni del loro tema personale. Il regista stesso ha affermato di non aver avuto idea di fare un film su *creature*

mostruose come esseri malvagi e spaventosi, quanto piuttosto sulle *diversità* e sulla conseguente emarginazione e fatica del vivere. Nella sua pellicola i cosiddetti *mostri* si rivelano creature sensibili e dotate di aspetti emozionali profondi, alcuni *umani* al contrario si comportano da veri esseri orribilmente crudeli. Aspetti diversi di solitudine e desolazione.

Alla cerimonia di premiazione dei Golden Globe Del Toro ha dichiarato: *"Penso che i mostri siano gli angeli custodi delle nostre beate imperfezioni, che consentano e incarnino la possibilità di fallire e di continuare a vivere"*[12].

Il filo conduttore della nostra storia è stato quindi il Significato Personale che sottende tacito al riordinamento dell'esperienza e che muove così l'espressione artistica, come abbiamo potuto riscontrare, anche nell'opera preziosa di Guillermo del Toro. "*Come nel dramma, così anche una vita può essere descritta come un "copione", un copione continuamente rifatto che continuamente guida il dramma interiore*" (Bruner, 2005).

Riferimenti bibliografici

Bowlby, J. (1976). *Attaccamento e perdita, Vol. I: L'attaccamento alla madre.* Torino: Bollati Boringhieri.

Bowlby, J. (1978). *Attaccamento e perdita, Vol II: La separazione dalla madre.* Torino: Bollati Boringhieri.

Bowlby, J. (1983). *Attaccamento e perdita, Vol III: La perdita della madre.* Torino: Bollati Boringhieri.

Bruner, J. (2005). *Il conoscere. Saggi per la mano sinistra.* Roma: Armando.

Crittenden, P. M. (1994). *Nuove prospettive sull'attaccamento.* Milano: Guerini.

Crittenden, P. M. (1997). *Pericolo, sviluppo e adattamento.* Milano: Masson.

Dodet, M., & Merigliano, D. (2016). Significato, identità, relazione: una riflessione sul metodo postrazionalista in psicoterapia. *Costruttivismi*, *3*, 63-75.

Ferrero, E. (2014, Marzo 30). *Evolversi con le storie*. Domenica-Il sole 24 ore.

Guidano, V. F. (1988). *La complessità del Sé*. Torino: Bollati Boringhieri.

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

Guidano, V. F. (2010). *Le dimensioni del Sé. Una lezione sugli ultimi sviluppi del modello postrazionalista* (Mannino, G., a cura di). Roma: Alpes.

Lewis, M. (1994). Myself and me. In S. T. Parker, R. W. Mitchell, & M. L. Boccia (Eds.), *Self-awareness in animals and humans: Developmental perspectives* (pp. 20-34). New York, NY: Cambridge University Press.

Lewis, M. (1998). *Il sé a nudo. Alle origini della vergogna.* Firenze: Giunti.

Magai, C., & McFadden, H. S. (1995). *The role of emotions in social and personality development.* New York, NY: Plenum Press.

Maturana, H. R., & Varela, F. J. (1985). *Autopoiesi e cognizione.* Venezia: Marsilio.

Maturana, H. R., & Varela F. J. (1987). *L'albero della conoscenza.* Milano: Garzanti.

Mead, H. G. (1934). *Mind, self, and society*. *From the standpoint of a social behaviorist.* (Ed. by Charles W. Morris). Chicago: University of Chicago Press.

Merigliano, D. (2010). Cinema e psicologia: Lettura postrazionalista dei film: "Il labirinto del fauno" e "La spina del diavolo" di Guillermo Del Toro. *Psicobiettivo*, *2*, 155-168.

Merigliano, D. (2017). *In un mondo di immagine. Il significato personale tra cinema, fotografia e web.* Bologna: Bononia University Press.

[12] https://www.quotidiano.net/magazine/showbiz/la-forma-dell-acqua-il-film-romantico-dell-anno-1.3720636

Merigliano, D., Diamante, M., & Moriconi, F. (2011). *Dietro lo schermo. Il cinema come percorso di costruzione del significato personale*. Milano Franco Angeli.
Ricoeur, P. (1993). *Sé come un altro.* Milano: Jaca Book.
Treanni, C. (2018, Marzo 20). *Delos Science Fiction 195*. Milano: Delos Digital.
Witkin, H. A. (1949). Perception of body position and of the position of the visual field. *Psychological Monographs: General & Applied*. *63*, 1–46.

L'Autrice

Daniela Merigliano è medico psichiatra e psicoterapeuta. Si è formata e ha collaborato con Vittorio Guidano. È cofondatrice del Laboratorio di Psicologia Cognitiva Postrazionalista di Roma. Didatta SITCC, già Professore a contratto presso l'Università degli Studi di Siena, si occupa di clinica, ricerca e formazione a Roma e presso diverse scuole di specializzazione in psicoterapia in Italia dove svolge la sua docenza. Nel 2008 ha prestato una consulenza scientifica e ha partecipato come esperta in studio alla serie televisiva *Vivo per miracolo* della emittente nazionale "La 7". Si è interessata in modo specifico dei rapporti tra cinema e psicopatologia e dell'utilizzo dei sogni in psicoterapia. Nel 2011 ha pubblicato per Franco Angeli il volume *Dietro lo schermo. Il cinema come percorso di costruzione del significato personale* con F. Moriconi e M. Diamante e nel 2017 ha pubblicato *In un mondo di immagine. Il significato personale tra cinema, fotografia e web* per la Bononia University Press, Bologna. Nel 2019 ha curato il volume *La Psicoterapia postrazionalista: Casi clinici, metodi di intervento e aspetti applicativi,* Franco Angeli Editore, Milano.

Email: dameri.lab@gmail.com

Citazione (APA)

Merigliano, D. (2019). "*The Shape of Water*". Riflessioni sulla pellicola di Guillermo del Toro secondo la prospettiva postrazionalista. *Costruttivismi*, *6*, 93-103. doi: 10.23826/2019.01.093.103