

## Allegato 5 - TRATTO DA UNA TESI DI SPECIALIZZAZIONE (Marianna):

Un costrutto è *"l'unità elementare di discriminazione attraverso la quale si attua il processo di costruzione"*. Il complesso sistema di costrutti di ogni individuo è prettamente personale, legato alle sue peculiari esperienze di vita, e canalizza il suo modo di dare senso e di muoversi nel mondo. Esso rappresenta un criterio fondamentale di valutazione che può essere esplicitamente formulato o implicitamente agito, verbalmente espresso o inarticolato, intellettivamente ragionato o vegetativamente sentito, ma che, in ogni caso, permette di riconoscere due cose come simili e, allo stesso tempo, di differenziarle da una terza cosa.

La teoria dei costrutti personali di G. Kelly (PCP, 1955) presenta come punto di partenza l'assunto filosofico dell' "alternativismo costruttivo", secondo cui vi è un mondo reale esterno, ma le persone possono costruire solo una loro propria versione di tale realtà. La costruzione del mondo è inoltre costantemente sotto revisione e cambiamento, mentre la verità non è mai raggiunta in senso assoluto. L'importante, tuttavia, sta nel modo in cui una data persona si rappresenta questa verità in un particolare momento.

La metafora della persona come scienziato è alla base dell'approccio PCP e descrive le persone come impegnate a costruire le loro teorie personali sul mondo, a verificarle attraverso le azioni e modificarle in base ai risultati degli esperimenti. Ogni teoria personale del mondo è costituita da discriminazioni di somiglianze e differenze che le persone applicano agli eventi che le circondano. Il risultato di queste discriminazioni porta alla generazione di costrutti - ossia alla costruzione di unità ermeneutiche minime di significato comprendenti due polarità in contrasto tra di loro, lungo un continuum di significato personale: un polo emergente e un polo sommerso, che tende ad emergere in determinate circostanze. Il modo in cui due elementi si trovano in un polo o nell'altro non segue un filo logico, come ad esempio i costrutti "bello" e "brutto" oppure "alto" e "basso", ma è del tutto personale: ad esempio, l'opposto di "gentile" può essere "freddo", "asettico" o "maleducato", secondo tre diverse persone.

L'insieme dei costrutti costituisce il nostro modo unico e originale di costruire il mondo e le nostre teorie nella diversa gamma delle esperienze umane. I risultati delle azioni condotte in base alle teorie possono essere convalidati, a conferma della teoria personale, oppure invalidati. La revisione della nostra teoria è ciò che è maggiormente coinvolto nel processo di cambiamento, poiché ci può permettere di

iniziare un nuovo esperimento sulla base di costrutti modificati.

Grazie a questi assunti teorici, la PCP dà un contributo originale al lavoro terapeutico.

## Allegato 6 - Kenneth e Mary Gergen

### IL FASCINO DEL CONCETTO DI “COSTRUZIONE SOCIALE”

Nel mondo delle idee sta avvenendo una trasformazione di grande importanza. Ovunque, le tradizioni vengono messe in discussione. Vi sono dubbi crescenti sull'universalità e sull'autorevolezza dei criteri di verità, oggettività, razionalità, progresso e moralità. Ovunque, le fedi sono sottoposte a verifica; e l'insicurezza bussava incessantemente alla porta. Tuttavia, nuove forme di comunicazione stanno emergendo da questa condizione di tumulto. Nuove voci di speranza e di promessa per l'esistenza umana si fanno sentire, attraverso i continenti e le culture, e nel fiorire di nuove pratiche professionali: nelle organizzazioni, nella scuola, nelle psicoterapie, nella ricerca e nel lavoro sociale, nel counseling, nella risoluzione dei conflitti, nello sviluppo delle comunità, e in altro ancora.

A questa rivoluzione nel pensiero e nell'azione, sono stati dati nomi diversi: post-fondazionalismo, post-empiricismo, post-illuminismo e post-modernismo. Tuttavia, il concetto comune, in tutte queste definizioni, è quello di **“costruzione sociale”**, cioè **la creazione di significati mediante le nostre attività collaborative**. Questo concetto è condiviso spontaneamente, senza che alcuna “autorità” individuale o gruppo di potere lo abbia imposto o “legittimato”. Si tratta di una condivisione priva di tensioni e di insicurezze, perché lo stabilire una “verità finale”, una “logica fondazionale”, un “unico codice di valori” o una “lista di comportamenti” sarebbe in contraddizione con la natura stessa del costruzionismo sociale.

Gli autori di questo libro hanno dedicato la maggior parte delle loro vite professionali alla prospettiva costruzionistica. Il loro scopo è di offrire una traccia in grado di aiutare gli studenti, i colleghi e i professionisti -o chiunque altro- nella comprensione e nell'apprezzamento delle idee costruzionistiche. Nei primi due capitoli verranno esposti alcuni dei più importanti aspetti teorici. Successivamente, verrà preso in considerazione l'impatto di questi aspetti sulle nostre modalità di vivere e lavorare. Si vedrà come le idee costruzionistiche vengono esplicitate nelle organizzazioni, nella psicoterapia, nel mondo della scuola, nella risoluzione dei conflitti, nella ricerca sociale e nella vita quotidiana. Infine, verranno prese in esame alcune delle critiche ricorrenti nei confronti del costruzionismo.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Il termine “costruttivismo” viene spesso usato intercambiabilmente con il termine “costruzionismo”. Secondo il costruttivismo in senso stretto, il luogo della costruzione del mondo si trova all'interno della mente o interiorità dell'individuo. Sebbene vi siano alcune similitudini fra il costruttivismo e il costruzionismo sociale, noi, nel presente libro, useremo solo il termine “costruzionismo”, per sottolineare l'importanza centrale che attribuiamo alle “relazioni”, e non già agli “individui”, come luogo della costruzione del mondo.

## 1. L'idea centrale: siamo noi che costruiamo il mondo.

Il costruzionismo sociale è basato su una sola idea importante, semplice e chiara. Tuttavia, di mano in mano che se ne analizzano le implicazioni e le conseguenze, questa semplicità scompare. **Il costruzionismo sociale ci chiede di ripensare tutto ciò che ci è stato insegnato circa il mondo e circa noi stessi.** E, insieme a questo ripensamento, siamo invitati a nuove ed entusiasmanti forme d'azione.

Per apprezzare le potenzialità di quest'idea, consideriamo il mondo della conoscenza basata sul senso comune. Che cosa è più evidente del fatto che il mondo si trova semplicemente "là fuori", affinché noi lo possiamo osservare e capire? Ci sono alberi, edifici, automobili, donne, uomini, cani e gatti, e così via. Se osserviamo con sufficiente attenzione, possiamo imparare come salvare le foreste, costruire edifici solidi e migliorare la salute dei bambini, ecc. ecc. Ora, però, proviamo ad assumere una prospettiva diversa.

Cosa succede se diciamo che non esistono alberi, edifici, donne, uomini, e così via, fino a quando non ci mettiamo d'accordo sul fatto che essi esistono? <<Assurdo -potrete dire-, guardati semplicemente intorno: tutte queste cose esistevano molto prima che arrivassi tu>>. Questo sembra ragionevole, ma facciamo una passeggiata insieme alla piccola Giulia, che ha un anno. Il suo sguardo sembra attraversare gli alberi, gli edifici e le automobili senza cogliere le differenze tra loro; Giulia sembra non distinguere gli uomini dalle donne. William James disse una volta che il mondo del bambino è <<una rimbombante e ronzante confusione>>. Che si sia d'accordo o no con queste parole di James, il mondo di Giulia non sembra essere lo stesso mondo di noi adulti. A differenza di Giulia, noi notiamo che le foglie autunnali cambiano il colore da verde in giallo, che la casa sulla nostra sinistra è di stile vittoriano, che l'automobile per la strada è una BMW, e che la donna che sta in piedi vicino a quel portone è in realtà un travestito. Gli stimoli che raggiungono i nostri occhi possono non essere diversi da quelli che raggiungono gli occhi di Giulia, ma il significato di "questo mondo" è diverso in Giulia e in noi. Noi e Giulia costruiamo il mondo secondo modalità diverse. Questa differenza è radicata nelle nostre relazioni sociali. **È grazie a queste relazioni sociali che il mondo è diventato quello che è.**

### I differenti “tu” da differenti punti di vista.

Consideriamo proprio te, lettore di questo libro. Chi o che cosa sei? Immagina di trovarti di fronte a molte persone diverse, appartenenti ai più diversi percorsi della vita e alle più diverse regioni del mondo. Ognuna di queste persone ti guarda e poi annuncia ciò che vede in te. Ecco come potrebbero andare le cose:

#### Per il:

Biologo  
Parrucchiere  
Insegnante  
Omosessuale  
Cristiano  
fondamentalista  
Genitore  
Artista  
Psicologo  
Fisico  
Bancario  
Medico  
Indù  
Amante

#### Tu sei:

“un mammifero”  
“il taglio di capelli  
dell’anno scorso”  
“un allievo promettente”  
“un eterosessuale”  
“un peccatore”  
“sorprendentemente  
bravo”  
“un modello eccellente”  
“un soggetto leggermente  
nevrotico”  
“una composizione  
d’atomi”  
“un futuro cliente”  
“un ipocondriaco”  
“uno stato imperfetto  
dell’Atman”  
“una persona  
meravigliosa”

Se non ci fosse nessuno che ti identificasse, cosa saresti tu? Saresti ancora qualcosa?

**L’idea centrale del costruzionismo sociale sembra piuttosto semplice, ma è anche profonda: tutto ciò che consideriamo reale è costruito socialmente. Ovvero, detto in forma più incisiva, nulla è reale, se non vi è un accordo sociale sul fatto che lo sia.**

Lo scettico potrebbe obiettare: <<Vorresti dire che la morte non è reale, o che non è reale il corpo, il sole o questa sedia e così via?>>. Su questo punto, dobbiamo essere chiari: i costruzionisti sociali non sostengono che “non

esiste nulla” o che “non c’è alcuna realtà”. Ciò che essi sostengono con forza è un’altra cosa: che ogni qualvolta definiamo ciò che è la realtà, **parliamo sempre e solo all’interno di una determinata tradizione culturale**. Certamente, “qualcosa è accaduto”, ma per descriverlo dobbiamo **inevitabilmente** rappresentarlo da un punto di vista culturale **particolare**, con un linguaggio **particolare**, attraverso un **particolare** mezzo visivo o verbale.

Ad esempio, se diciamo: <<Suo padre è morto>>, stiamo parlando da un punto di vista biologico. Stiamo costruendo l’evento, “ciò che è accaduto”, in quanto “termine di certe funzioni corporee” (tuttavia, anche i medici possono essere in disaccordo sulla definizione della morte: lo specialista dei trapianti può avere un’opinione diversa dal medico di famiglia). In altre tradizioni culturali, potremmo anche dire: <<Suo padre è andato in paradiso>>, oppure: <<Vivrà per sempre nel suo cuore>>, <<Questo è un nuovo ciclo della sua reincarnazione>>, <<Il suo fardello è stato alleggerito>>, <<Vive nelle buone opere che ci ha lasciato>>, <<La sua vita continua nei suoi tre figli>>, oppure <<La composizione degli atomi di questo oggetto è cambiata>>, ecc. Al di fuori di tutte le convenzioni possibili per comprendere la “morte”, che cosa si può dire su di essa? Dalla piccola Giulia, l’evento “morte” non viene assolutamente rilevato.

Il costruzionista non afferma: <<Non c’è nulla>> Egli afferma: <<Per noi, il nulla non c’è>>. E’ solo a partire dalle nostre relazioni, che il mondo si riempie di ciò che noi chiamiamo “alberi”, “sole”, “corpi”, “sedie” e così via.

In un senso più ampio, possiamo dire che costruiamo il mondo in cui viviamo grazie al fatto che comunichiamo gli uni con gli altri. Se rimaniamo all’interno delle nostre relazioni abituali, la vita può continuare come di consueto. Per esempio, finché continuiamo a distinguere fra uomini e donne, fra ricchi e poveri e fra istruiti e ignoranti, è relativamente facile predire gli eventi futuri. Tuttavia, tutto ciò che diamo per scontato può essere messo in discussione. Per esempio, i “problemi” non esistono “là fuori”, oggettivamente, visibili a tutti; è vero, invece, che noi costruiamo “mondi” in cui stabiliamo “ciò che è buono”, e giudichiamo come “problemi” gli eventi che si frappongono fra noi e “ciò che è buono”. Ma, attenzione: non è forse possibile ridefinire in termini di “opportunità” tutto ciò che abbiamo definito in termini di “problemi”? Comunicando fra noi, possiamo anche creare nuove parole. Per esempio, possiamo costruire un mondo in cui vi siano tre generi sessuali, o un mondo in cui i “malati mentali” siano “eroi”, o in cui il potere, nelle organizzazioni, risieda non già “nelle menti individuali” dei leader, bensì nelle “relazioni fra gli individui”.

A questo punto, possiamo cominciare ad apprezzare l’enorme potenziale della prospettiva costruzionistica. Per il costruzionista, le nostre azioni non

sono vincolate da nulla di ciò che è accettato tradizionalmente come vero, razionale o giusto. Si apre così, di fronte a noi, un orizzonte assai vasto di possibilità, un infinito invito all'innovazione. Ciò non significa che dobbiamo abbandonare tutto ciò che riteniamo vero e buono. Ma significa che non siamo più legati dalle catene della storia e della tradizione. Mentre dialoghiamo, ascoltiamo nuove voci, solleviamo problemi, ponderiamo metafore alternative, e ci muoviamo sui margini della razionalità, noi superiamo le soglie convenzionali e creiamo nuovi mondi di significato. La creazione del futuro dipende da noi tutti, insieme.

.....

### **Chi ha il potere: lo sperma o l'uovo?**

Un esempio suggestivo del lavoro critico delle femministe consiste nello studio di Emily Martin sul modo in cui i testi medici descrivono il processo della fecondazione umana. Questa autrice rileva che le descrizioni più diffuse seguono lo schema di una fiaba, nella quale moltitudini di spermatozoi attivi (le figure eroiche del racconto) combattono contro grandi ostacoli per conquistare la fortezza e penetrare la Principessa-Uovo. Nel frattempo, la principessa rimane passivamente seduta, aspettando il fortunato e coraggioso vincitore del conflitto. La fecondazione consiste nell'esito felice della conquista da parte dell'eroe. Come sottolinea la Martin, questo resoconto biologico della fecondazione aggiunge autorevolezza scientifica all'antico mito culturale relativo al maschio potente e attivo e alla femmina fragile e passiva.

Anche se guardiamo un video sul processo di fecondazione, "vediamo virtualmente" lo spermatozoo attivo che penetra l'uovo passivo. Ma è veramente questo ciò che accade? Che cosa vedremmo, chiede la Martin, se la nostra fiaba presentasse un esotico uovo-sirena che attira con l'inganno il fragile e sventurato spermatozoo nel proprio covo? Mentre invita gli spermatozoi dietro di sé, l'uovo-sirena ne seleziona uno solo e distrugge tutti gli altri. In questa nuova versione, l'uovo femminile diverrebbe la forza dominante; e, di conseguenza, cambierebbe anche la nostra percezione del video sulla fecondazione.

Di certo, la seconda storia non è "più vera" della prima (né è più corretta politicamente!). Ambedue sono costruzioni narrative di ciò che sta avvenendo. Tuttavia, le implicazioni scientifiche, nei due casi, sono del tutto diverse. Secondo la Martin, che è una ricercatrice in antropologia medica, sarebbe molto importante che ci rendessimo conto della natura politica delle nostre interpretazioni. Come risultato, avremmo anche una migliore biologia. Infatti, nella ricerca biologica tradizionale sull'infertilità è stata attribuita molta importanza alla mobilità e alla forza degli spermatozoi; ma, se venisse

adottata la seconda narrazione -cioè l'uovo come sirena-, verrebbe attribuita importanza, invece, alle caratteristiche dell'uovo e ai corridoi nei quali viaggiano gli spermatozoi. Tuttavia, queste narrazioni sono ambedue limitate. Si possono immaginare altre narrazioni o metafore che migliorino la nostra comprensione della riproduzione umana?



## **L'invecchiamento come fatto positivo: storie di vita.**

Generalmente, consideriamo l'invecchiamento come un periodo di declino. L'infanzia è generalmente considerata un periodo di sviluppo, la condizione adulta un periodo di maturità, e la vecchiaia, invece, è il periodo del "crollo". Di conseguenza, viviamo la nostra condizione di adulti con il timore di invecchiare; e cerchiamo continuamente i modi per "rimanere giovane", o almeno "apparire giovane". "Vecchio" è sinonimo di "brutto e cattivo". Siccome <<sto diventando vecchio, devo ridurre o eliminare le mie attività, i miei esercizi e i miei interessi>>. E, per molti, il declino avviene veramente, come una profezia che si auto-avvera. Il corpo s'indebolisce, e l'entusiasmo verso la vita diminuisce.

Ma se, invece, consideriamo l'invecchiamento come una costruzione sociale, perché mai dovremmo continuare con questa visione negativa? Non è forse possibile considerare l'invecchiamento come un processo positivo, un periodo di sviluppo, arricchimento e crescita? Sollecitati da questa possibilità, gli autori di questo libro hanno creato su Internet una newsletter denominata **Positive Aging (L'invecchiamento come fatto positivo)**. In essa abbiamo inserito diversi contributi, provenienti dalla ricerca scientifica e da altre fonti, che sottolineano le potenzialità positive dell'invecchiamento. I lettori, di ogni parte del mondo, sembrano soddisfatti. Come scrive uno di loro: <<Questa newsletter mantiene vive le mie speranze di continuare ad avere una vita gratificante per ancora molto tempo>>.

Particolarmente illuminanti, per noi, si sono rivelati i seminari di ricerca con persone interessate a questo argomento. In questi seminari abbiamo sollecitato i partecipanti ad offrire ricostruzioni positive circa eventi minacciosi come il "declino fisico", la "malattia cronica", la "perdita dell'attrattiva fisica" e la "scomparsa delle persone amate". In genere, questi gruppi sono straordinariamente creativi. Essi ci dimostrano, per esempio, che la malattia cronica costituisce anche un'opportunità per apprezzare

l'importanza delle persone amate, per imparare la pazienza e la tolleranza, per ridurre le nostre pretese, per avere il tempo di apprendere ed esplorare nuovi ambiti di conoscenza, e per creare nuovi spazi di attività (per esempio, costruire un sito web sulla propria famiglia, avviare gruppi di aiuto, scrivere poesie, ecc.). Questi gruppi ci insegnano che, insieme, possiamo costruire nuove realtà dell'invecchiamento.

## Allegato 7 - **Brevi riflessioni di oggi su riflessioni di 25 anni fa**

Ho accettato con piacere la proposta di Moreno Manghi, di mettere in rete questo mio scritto di 25 anni fa, perché dice cose in cui credo anche oggi. Ormai da molti anni sono psicoterapeuta iscritto all'Albo, ho praticato e insegno in scuole di psicoterapia, ma il titolo dello scritto, "Riflessioni di un *non-psicoterapeuta* sulla psicoterapia", mantiene secondo me una sua verità e utilità, come spero risulterà dalla lettura.

In questi 25 anni, nel territorio della psicoterapia, alcune cose sono cambiate e altre sono rimaste le stesse. Il malessere psichico globale, secondo alcuni indicatori come il consumo di psicofarmaci e le diagnosi di "depressione" - con tutti i limiti di questi indicatori - sembra aumentato, perlomeno nella parte cosiddetta "svilupata" del pianeta. Si conferma e si accentua, quindi, la necessità per le persone che stanno male di trovare figure professionali - o meglio "altre persone" - che sappiano farle stare meno male - anche se questa necessità non è appoggiata socialmente, per esempio in Italia, per cui l'onere di trovare "la persona giusta" ricade tutto sulle spalle di chi cerca aiuto.

Nel tentativo di interpretare e curare il malessere, gli orientamenti psicoterapici sono rimasti sostanzialmente gli stessi di 25 anni fa, quelli elencati nell'Appendice a questo scritto. Ad alcuni di essi, oggi, cambierei la denominazione (per esempio, direi "terapia sistemica" anziché "terapia familiare"), e aggiungerei l'etnopsichiatria e gli approcci narrativistici, costruzionistico-sociali, interazionistici e brevi-strategici, che già esistevano ma erano meno concettualizzati di oggi ed erano racchiusi nel contenitore generico "costruttivismo". Inoltre, oggi dovrei tener conto dell'obiettivo calo internazionale della psicoanalisi in senso stretto, con l'eccezione di pochi Paesi, fra cui l'Italia e l'Argentina, nonché la Francia lacaniana<sup>1</sup> -, un calo compensato, però, dalla tenuta degli approcci brevi a ispirazione psicodinamica. Le domande con cui interpellerei gli esponenti di ogni orientamento sarebbero quasi le stesse di 25 anni fa (ved. Appendice) e, a parte poche cose veramente datate - come quando parlo del DSM come "novità", essendo esso uscito in italiano nel 1983, cioè solo cinque anni prima di questo scritto -,

farei le stesse riflessioni sulle problematiche di fondo, per esempio sulle ambiguità delle categorie psicoterapiche di base, come "miglioramento", o sulle difficoltà della ricerca empirica sull'efficacia delle psicoterapie.

Aggiungerei, però, una riflessione sull'attacco in corso, contro tutte le forme di psicoterapia, da parte del riduzionismo neuroscientifico e farmacologico, o neo-organicismo, che 25 anni fa già c'era - c'è sempre stato, in realtà, fin dai tempi di Freud - ma era o appariva meno virulento; e la controffensiva della psicoterapia appariva più convinta di quanto non appaia oggi.

Soprattutto, oggi non potrei cambiare la riflessione sulla reciproca separatezza e inconciliabilità fra i diversi orientamenti psicoterapici, sulla loro disorientante "coesistenza parallela". E' vero che in questi ultimi 25 anni ci sono stati tentativi di integrazione, ma c'erano stati anche in passato<sup>2</sup> e sono serviti solo a far risaltare l'inevitabile separatezza e inconciliabilità. In Italia queste sono state "istituzionalizzate" e "burocratizzate" con la creazione di oltre 300 (ad oggi) scuole psicoterapiche riconosciute dal Ministero<sup>3</sup> - un fenomeno unico al mondo -, anche se in realtà queste scuole sono raggruppabili intorno a un nucleo assai più ridotto di orientamenti, che con etichette diverse coincidono più o meno con quelli (una ventina o poco più) di 25 anni fa. Istituzionalizzare e burocratizzare le idee e le differenze fra le idee non è mai una buona idea - anche se questa è la norma nel mondo accademico internazionale, con la sua parcellizzazione delle discipline e sotto-discipline -, perché alle ragioni "teoriche" per mantenere la separatezza e l'inconciliabilità se ne aggiungono altre molto "pratiche", sociali-identitarie, corporativistiche ed economiche. Nel nostro caso, credo, per esperienza diretta, che oggi sarebbero meno presenti - nelle risposte a un analogo questionario - certe aperture "interdisciplinari" espresse con freschezza dagli esponenti di 25 anni fa, alle quali faccio riferimento in questo scritto. L'istituzionalizzazione e la burocratizzazione non c'erano ancora state...

Inoltre, oggi non potrei cambiare l'affermazione secondo cui nessun orientamento psicoterapico si rivela veramente superiore a un altro, in termini di efficacia. E' vero che, in 25 anni, le ricerche empiriche

sull'efficacia delle psicoterapie, soprattutto con lo strumento statistico della meta-analisi, si sono enormemente ampliate in tutto il mondo<sup>4</sup>, coinvolgendo campioni importanti di soggetti - e questo, forse, più a seguito di condizionamenti economici (interessi delle compagnie d'assicurazione, ecc.) che per ansia conoscitiva. Ma, oltre ad aver costituito un nuovo settore disciplinare autoreferenziale in crescita continua, queste ricerche si sono soprattutto limitate a "scoprire" due cose che già si sapevano.

La prima è, appunto, la sostanziale parità fra i contendenti, cioè i diversi orientamenti psicoterapici - efficacemente anticipata da Saul Rosenzweig (1936) e Lester Luborsky (1975) con la metafora di Dodo, l'uccello di *Alice nel Paese delle Meraviglie*, che sentenzia: <<Tutti hanno vinto e tutti devono avere un premio>><sup>5</sup>. Con l'aggiunta che i malesseri piccoli e medi vengono ridotti - o meglio, possono essere ridotti - da tutti gli orientamenti con la stessa probabilità di successo, mentre i malesseri veramente gravi non vengono ridotti da alcun orientamento.

La seconda "scoperta" è il primato, nell'efficacia, dei cosiddetti "fattori aspecifici" del processo psicoterapico rispetto alla struttura concettuale interpretativa di ciascun orientamento - essendo i "fattori aspecifici" quelli inerenti alla qualità della relazione fra terapeuta e paziente, che è multidimensionale e non facile da definire, ben al di là del riduttivo transfert freudiano e anche del contro-transfert, per ammissione di molti psicoanalisti di oggi. E questi "fattori aspecifici" non sono neppure riducibili alla "alleanza terapeutica".

Stando così le cose, mi sento di mantenere la mia idea di 25 anni fa sul "prerequisito imponderabile" della "tensione etica" - intesa come volontà autentica di aiutare, di ridurre la sofferenza altrui - come principale fattore terapeutico. Si tratta di un'idea paradossale, da parte di un epistemologo, come ha ben colto Moreno Manghi nella sua nota editoriale. Tuttavia, alla luce di 25 anni di ricerca sull'efficacia delle psicoterapie, forse oggi è meno paradossale...

Ma oggi, pur mantenendo le idee di allora, ne aggiungerei altre proiettate sul futuro, perché il confronto con i giovani - spesso

veramente "notevoli" - delle scuole di diverso orientamento, in cui insegno o meglio interagisco ormai da molti anni, nonché le loro vive esperienze sul campo, in aggiunta alle mie personali, mi hanno insegnato molto. Più dei tanti libri e articoli che ho continuato a leggere. Devo ancora "sistematizzarli", ma penso soprattutto a quattro punti.

Anzitutto, tenderei a valorizzare la struttura interpretativa di ciascun orientamento in termini di "narrazione", che può essere efficace in se stessa, cioè non solo perché è inserita in una buona relazione terapeuta-paziente - ma senza escludere la possibile efficacia pari o superiore di altre narrazioni, anche se basate su una semantica completamente diversa o persino opposta. Insomma, alla "tensione etica" aggiungerei "una narrazione coerente e convincente" - sia essa di matrice "psicodinamica", "cognitivistica", "sistemica", "umanistica", ecc. Anche, perché no, "neuroscientifica"...

In secondo luogo, tenderei a contestare il dogma secondo cui le tecniche sono necessariamente legate alle teorie. Per verificare che è un dogma, provare a dire il contrario all'esame di stato orale per diventare psicologi, e vedere cosa succede (ma forse è meglio rinunciare all'esperimento...). Tuttavia, la tecnica della "prescrizione del sintomo", solo per fare un esempio, è rivendicata come espressione della propria specifica teoria da parte di ciascuno di diversi orientamenti, ma sembra poter funzionare a prescindere da queste teorie, che spesso sono fra loro inconciliabili.

In terzo luogo, affronterei un dato di realtà su cui mi sembra che si tenda a glissare: i limiti della psicoterapia, cioè l'esistenza di un numero elevato di situazioni sulle quali è semplicemente impossibile intervenire con un qualsiasi tipo di orientamento. Nella tradizione psicoanalitica più seria c'è la dicitura "soggetto non analizzabile", ma per la psicoterapia non vi è l'equivalente. Al di là della volontà del terapeuta e di chi a lui/lei consapevolmente e speranzosamente si rivolge, e a prescindere dall'effetto placebo, generalmente effimero, la riuscita anche solo parziale di un intervento dipende dall'aprirsi, nel corso della relazione terapeutica, di un varco, di uno "spiraglio" - secondo il termine di una giovane ma già esperta collega - in cui si attualizzano potenzialità di

cambiamento che altrimenti restano solo potenzialità.

Infine, ripenserei all'idea stessa che abbiamo di "psicoterapia", che è rimasta sostanzialmente la stessa di 25 anni fa, ma forse proprio questo è il vero problema. Oggi si sta profilando un dibattito sul futuro della psicologia, e io mi sento vicino a chi pensa che la psicologia stia finendo - o sia già finita, solo che non ce ne siamo accorti - perché legata a una visione della conoscenza (sulla natura e sull'uomo) che non c'è più, perché era di matrice "moderna", mentre oggi siamo nel "postmoderno"<sup>6</sup>; e che forse, un giorno non molto lontano, il termine "psicologia" apparirà desueto come oggi il termine "alchimia". In Italia, poi, ad essere sinceri la figura dello psicologo non è mai esistita veramente - o perlomeno non è mai stata "percepita" socialmente.

Per la psicoterapia le cose sono diverse, perché la necessità di ridurre la sofferenza non solo fisica va oltre le visioni della conoscenza. Tuttavia, il termine "psicoterapia" è troppo legato alla visione del passato, la stessa che aveva coniato il termine "psicologia". "Terapia della psiche"... ma chi ci crede veramente, oggi, al di là del ruolo professionale e del bisogno identitario? E poi, il termine "paziente", identico a quello della medicina, che inizia essa stessa a rivederlo... Con gli studenti delle scuole abbiamo provato a sostituirlo, ma con che cosa? "Cliente" o "utente" sono da marketing, "soggetto" è decisamente troppo generico, "l'Altro" è un po' troppo metafisico... Dobbiamo trovare termini nuovi per semantiche nuove. Restano le istanze di conoscenza e di aiuto, ma vanno ridefinite.

Anche per questa ragione, il titolo di questo scritto, "Riflessioni di un *non-psicoterapeuta*", malgrado tanti anni di psicoterapia, va bene. Sono partito dalla distanza rispetto ad essa, l'ho attraversata e adesso me ne sento di nuovo - anche se in modo diverso, e difficilmente esprimibile - distante. Parlandone con colleghi e amici, e con studenti che stanno terminando il percorso di formazione, ho visto che alcuni di loro cercano di risolvere il "problema" - che non è solo mio...- aggiungendo al ruolo di psicoterapeuta una sorta di meta-significato: essere psicoterapeuta significa anche "scavalcare" il ruolo di psicoterapeuta. Sembra qualcosa "di più e di diverso"

dalla consapevolezza che un avvocato può avere rispetto al proprio essere avvocato, o un medico rispetto al proprio essere medico, o un ingegnere rispetto al proprio essere ingegnere, e così via. Certamente, se non sono dei "bruti" o degli "automi", l'avvocato, il medico, l'ingegnere e così via sanno e sentono che la loro identità non coincide con il loro ruolo, perché sanno e sentono di essere anzitutto esseri umani. Ma per lo psicoterapeuta ci sarebbe qualcos'altro, diciamo "intermedio" fra il ruolo e l'essere umano. Questo significato "intermedio" potrebbe essere la risorsa per ridefinire quella che ancora chiamiamo "psicoterapia" e i suoi tradizionali e forse vecchi annessi e connessi (cura, setting, ecc...).

A quanti altri psicoterapeuti o allievi di psicoterapia vengono questi tipi di pensieri?

Padova, 20 maggio 2012

Sadi Marhaba

---

1 Si veda per esempio: Meyer C. (a cura di), Il libro nero della psicoanalisi. Roma, Fazi, 2006 (trad. italiana).

2 Si veda per esempio: Staats, A. W., Psychology's crisis of disunity: Philosophy and method for a unified science. New York, Praeger, 1983.

3 Per esempio in: <http://scuoledipsicoterapia.opsonline.it/>

4 Per l'Italia, si veda: Dazzi N., Lingiardi V., Colli A. (a cura di), La ricerca in psicoterapia. Modelli e strumenti. Milano, Raffaello Cortina Editore, 2006.



---

5 Luborsky L., Singer B., Luborsky L., Is it true that everyone has won and all must have prizes? *Archives of General Psychology*, 32, pp. 995-1008, 1975. Si veda anche: Luborsky L., Rosenthal R., Diguer L., Andrusyna T.P., Berman J.S., Levitt J.T., Seligman D.A., Krause E.D., The Dodo bird verdict is alive and well-mostly. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9, pp. 2-12, 2002.

6 Si veda per esempio: Mecacci L., *Psicologia moderna e postmoderna*. Roma-Bari, Laterza, 1999.

## Allegato 8

### **Forse sì, forse no..... Storiella ZEN**

C'era una volta un povero contadino che poteva permettersi solo un cavallo. L'uomo lo trattava con cura, ma una notte d'estate, il cavallo trovò un punto debole nel recinto e fuggì. Quando i vicini seppero dell'accaduto, andarono dal contadino per manifestargli il loro rammarico. "Che sfortuna", dissero. Al che l'uomo rispose: "Forse sì, forse no".

Di lì a una settimana, il cavallo tornò alla fattoria con altri sei cavalli selvaggi al seguito. Il contadino e suo figlio riuscirono a rinchiuderli tutti e sette nel recinto. Di nuovo vennero i vicini in visita. "Che gran fortuna", dissero. Al che l'uomo rispose: "Forse sì, forse no".

Il figlio del contadino iniziò subito a domare i nuovi arrivati. Mentre tentava di cavalcare lo stallone roano, fu sbalzato violentemente a terra e finì quasi calpestato, rompendosi una gamba. I vicini accorsero. "Che sfortuna terribile", dissero. Al che l'uomo rispose: "Forse sì, forse no".

Il giorno seguente arrivarono al villaggio dei soldati. Due signori della guerra erano in lotta fra loro e uno aveva ordinato l'arruolamento forzato di tutti i maschi giovani del villaggio. A causa della gamba rotta, il figlio del contadino fu il solo a non dover partire per il fronte. Di nuovo, i vicini accorsero. "Che incredibile fortuna", dissero. Al che l'uomo rispose: "Forse sì, forse no".....