

SIENA 2-5 SETTEMBRE 1998
VI° CONGRESSO INTERNAZIONALE SUL COSTRUTTIVISMO IN PSICOTERAPIA

VITTORIO F. GUIDANO

**PSICOTERAPIA: ASPETTI METODOLOGICI, QUESTIONI CLINICHE
E PROBLEMI APERTI**



Psicoterapia e Scienza

Roma 2012

VITTORIO F. GUIDANO

**PSICOTERAPIA: ASPETTI METODOLOGICI, QUESTIONI CLINICHE
E PROBLEMI APERTI**

Scopo di questa relazione è affrontare quelli che sono i problemi aperti o controversi nel costruttivismo attuale, ma specialmente con riferimento alle implicazioni psicoterapeutiche. Il costruttivismo attuale è un'area al tempo stesso diventata molto popolare, come vedevamo il primo giorno dall'intervento di Michel Mahoney, però al suo interno non è abbastanza distinta e non è abbastanza omogenea, per cui vi sono degli aspetti "controversi" su alcune delle questioni di base, che influenzano poi largamente i differenti metodi terapeutici all'interno del costruttivismo stesso.

Io vorrei riferirmi, in questa relazione, a tre temi principali, con le loro ripercussioni sul campo terapeutico. Il primo è il tema riguardante il Self, il secondo è il tema riguardante il significato, e il terzo è il tema riguardante il modo di intendere la narrativa, vista l'importanza e la popolarità che la narrativa sta assumendo in questi ultimi anni.

Il Self

Cominciamo col primo tema: il problema del Self. Questo è un problema abbastanza evidente, come ha sottolineato Bob Nimeyer nel libro edito da lui e da Mahoney stesso. Se uno vede a panoramica il mondo del costruttivismo attuale, rileva che ci sono due polarità, due modalità principali di concepire il Self.

Quella di vederlo come un processo unitario, o centralizzato, e quella di vederla come un processo più frazionato, come il risultato cioè di un intreccio, di conversazione. Io credo che su questo argomento, sul modo di concepire il Self, ci sia ancora un po' di confusione, se concepirlo come processo o concepirlo come entità. Certo, mi rendo conto che oggi quasi più nessuno lo considera come entità nel senso tradizionale razionalista cartesiano del "Cogito ergo sum" cioè di un Self senza contesto, di un Self impersonale: queste sono le tradizionali "Self concept theories" dove il Self era una specie di costrutto, di entità centrale. Certo, oggi questa visione qui non c'è più, però secondo me ancora in molti autori che portano avanti la visione del Self come frazionato, come intreccio di conversazioni, si vede questa tendenza di decontestualizzare il Self, di toglierlo dal suo contesto personale: mi riferisco per esempio a un autore ben noto nel mondo costruttivista che è Mascolo, che in un articolo pubblicato di recente, nel 1998, dice alla lettera "Sebbene il Self sia inerentemente frazionato, il suo sviluppo accade nella direzione di una integrazione progressivamente crescente"... Cioè mi pare che anche negli autori che portano avanti questo tema del Self frazionato, sorga poi l'esigenza di chiamare da qualche parte una capacità di integrazione, che lo fa svolgere in maniera unitaria, anche se poi questa capacità di integrazione sembra a volte apparire dal nulla, data per scontata. C'è qui la tendenza, a mio avviso, per questo dicevo il Self come entità, a vedere il Self come fosse corrispondente o equivalente agli ingredienti, ingredienti fra virgolette, alle strutture della mente: il Self come memoria, o il Self come percezione, o il Self come ragionamento.

Le strutture della mente sono sotto-sistemi che hanno, come in tutti i sistemi complessi, un "controllo coalizionale" quindi sono ampiamente autonomi, anche se coordinati all'interno di un processo unitario. Io direi che la tendenza all'unitarietà del Self non va vista in uno dei suoi ingredienti (o nel gioco tra di loro) ma va vista nella processualità del Self. Il Self è essenzialmente un processo, non è un'entità, non è una struttura, non è un insieme di strutture, ma è il processo che dà a tutte queste strutture una configurazione d'insieme, è un processo il cui svolgimento è tenerle sempre in qualche modo assieme.

Ma mi riferisco anche a un altro aspetto, quando di nuovo si vede un Self di tipo acontestuale, senza o fuori dal contesto. Mi riferisco ad esempio a nozioni di Self molto note, come il così detto "Self

svuotato”, “the empty Self” di Gergen. Gergen intende dire, nel suo libro molto famoso, “Il Sé saturato” che praticamente il Self attuale è dissolto, è una entità illusoria, e porta questo come emblema della situazione post-moderna. Ecco, io credo che questo qui sia un modo di accostarci a un problema, cioè le trasformazioni della coscienza contemporanea, togliendole dal contesto evolutivo e di sviluppo. Sappiamo che il Self, la coscienza di se stessi, era diversa cinquant’anni fa, sappiamo che era diversa nel secolo scorso, sappiamo che era diversa nel Medio Evo e nel Rinascimento... Oggi abbiamo una quantità di dati storici che ci permette di costruire la storia dell’identità personale, quindi è un processo evolutivo di lunga data... chi ci dice se non è arrivato adesso alla sua fase culminante e che il Self che oggi viviamo come “Self vuoto”, sia poi l’essenza del Self, quello che è sempre stato, cioè che è stato sempre un’illusione. Non solo, ma questo Self vuoto non cessa comunque di essere un Self agente, non cessa comunque di essere un “agency”, è un agency che impersona, che vive, che svolge il suo vuoto, quindi che mantiene tutte le sue caratteristiche di Self come processo attivo e unitario.

Nell’ottica che io cerco di portare avanti con tanti colleghi da molti anni, io preferisco vedere il Self come un processo evolutivo, che ha una storia evolutiva e che ha una storia ontologica. E qui, lo dico per delinearne alcuni aspetti controversi, se noi lo vediamo come *processo evolutivo*, evolutivo significa “come una capacità di riferirsi a Sé e agli altri che emerge a partire da certi primati all’interno di un mondo intersoggettivo per le necessità evolutive che quel mondo richiede”. In un mondo inter-soggettivo in cui è necessario essere sempre consensualmente coordinati è chiaro che la capacità di individualizzarsi, la capacità di poter ricostruire intenzioni e le emozioni degli altri e riconoscere le proprie, migliorerà di molto questa coordinazione consensuale. Quindi da un punto di vista evolutivo l’emergenza del Self è semplicemente la risposta alle pressioni selettive, evolutive portate e prodotte da un ambiente intersoggettivo.

Proprio perché l’insorgenza del Self è questa, il punto che mi sta a cuore sottolineare è che il Self per sua “struttura inerente” per usare le parole di Mascolo, è dialettico, nel senso che *il Self sempre comprende l’altro*. Questo lo si vede in termini evolutivi: nei primati le prime emergenze di capacità di individuazione sono sempre accompagnate, vanno in simultanea con una percezione e a un apprezzamento delle capacità dell’altro. Non solo il Self comprende sempre un senso dell’altro, comprende in generale un senso, non solo degli altri, ma di quello che non è Sé, del mondo. Il fatto stesso di sviluppare un senso di me implica un senso di ciò che è canonico, di ciò che è normativo, implica simultaneamente che io mi senta in un certo modo rispetto al mondo cui appartengo, alla canonicità, alla normatività del mondo cui appartengo. Quindi le categorie “alterità”, “altro da sé”, altri nel senso di “altre vite” o di altre persone, o altro da sé come quello che è il mondo, sono comprese nell’insorgere stesso del Self. Ecco perché a volte non riesco a capire questo modo di porre i problemi che si vedono spesso in letteratura, come se quando uno parla di Self esclude gli altri, come se per prendere in considerazione gli altri si debba parlare di “Self frazionato”. Io credo che i due discorsi, proprio perché sono dialettici, sono insieme: se uno ha un Self frazionato, gli altri li vede frazionati; se uno ha un Self unitario, gli altri li vede unitari.

Un’altra cosa vorrei dire: il Self non solo è un processo dialettico, ma è un processo multi-livellare. Avviene a tanti livelli. Io adesso qui non mi starò a occupare dei livelli più bassi... avviene persino a livello fisico, a livello biologico. A livello biologico in tutti gli animali, noi compresi, c’è il sistema immunitario che ci permette di distinguere tra Self e non-Self. Ma andiamo ai livelli che ci interessano: ai livelli che ci interessano il Self è, come minimo, non solo bilivellare, ma multimodale, cioè in ogni momento c’è un fluire continuo di quella che potremmo chiamare un’esperienza immediata di se stessi, e poi con le capacità di linguaggio che abbiamo c’è questo continuo fatto di dover riordinare in sequenza, di sequenzializzare l’immediatezza del nostro sentirci vivere. Questa è una cosa che non possiamo ignorare, è la caratteristica più grande, esclusiva, che abbiamo come esseri umani. Diceva Ortega y Gasset all’inizio di questo secolo che gli esseri umani sono le uniche cose viventi che per vivere debbono continuamente darsi spiegazioni della loro esistenza. Questa è la radice del significato, è in questa dialettica tra questi due livelli del Self, tra l’esperienza immediata che ho di me e l’immagine cosciente di me che la assimila, la

organizza e la spiega. Ecco perché il Self è un processo dialettico multi-livellare e multi-polare. Ma direi di più: è un processo anche che ha una evoluzione, ha una processualità senza fine cioè va avanti per tutto il processo di integrazione e di articolazione fra il senso di noi e l'immagine di noi, è un processo che non cessa neanche se vivessimo fino a 125 anni, va avanti da quando cominciamo a vivere fino alla fine della nostra vita.

Il significato

Ora il problema se il Self è frazionato o non è frazionato comporta, e qui vengo al secondo punto, un problema analogo e interessante per quanto riguarda il significato, o meglio per quanto riguarda quello che tecnicamente si chiama "the locus of meaning", cioè dove si attualizza, dove accade, dove occorre il significato. Perché se il Self è decentralizzato il significato accade fuori, il significato accade soltanto nell'interazione conversazionale che l'individuo ha con gli altri, il significato accade nell'intreccio delle conversazioni di cui è fatta la vita umana. Soltanto se noi lo vediamo come centralizzato possiamo dire che il significato è il modo con cui un Self organizza l'esperienza, è il suo modo di darsi coerenza e consistenza nel contesto cui appartiene.

Questo aspetto però, di vedere il significato centralizzato o decentralizzato ha delle importanti conseguenze in terapia. Se noi immaginiamo il significato come decentralizzato, cioè se il "locus of meaning" è esterno, beh! esterno e quindi riconducibile alla rete conversazionale, quello che abbiamo è sempre una esternalizzazione dei problemi, cioè tutti i problemi sono esternalizzati e sono visti come iscritti, come appartenenti al sistema sociale e culturale piuttosto che all'individuo. Mi sembra che un atteggiamento del genere possa essere anche pericoloso proprio in termini terapeutici ed etici, perché significa incrementare la deresponsabilizzazione che già è molto forte nel mondo contemporaneo.

Non solo, ma se il significato è nella rete di conversazioni, allora la procedura per risolvere un problema, visto che *un problema si identifica con un discorso problematico*, sarà semplicemente portare avanti la decostruzione di quel problema, di quel discorso problematico, in seduta. Cioè qui mi sembra ci sia un punto cardine; mi sembra che ci sia una specie di identificazione fra decostruzione di un discorso problematico con risoluzione di un'esperienza problematica. Non so se mi spiego: mi sembra che ci sia un *isomorfismo fra parole ed esperienza*. Sarebbe come dire che se noi cambiamo il modo con cui una persona si racconta le cose, cambia l'esperienza che di sé ha quella persona. Mi sembra che sia di nuovo una forma di riduzionismo, come abbiamo visto molte altre volte in psicologia e anche nel mondo cognitivo. Questo atteggiamento poi ha altri aspetti: se tutto è ridotto a una rete conversazionale, una delle più grosse conseguenze che vediamo è quell'atteggiamento "non patologizzante" dei terapeuti. E' quello che purtroppo vediamo da molto tempo: non c'è più nessuna categoria nosologica, non c'è più nessun riferimento psicopatologico, tutto è risolto a un tema conversazionale, tutto è risolto a una specie di negoziazione o di miglior convenzione o di miglior sintonizzazione con le regole sociali e culturali.

Ma questo rende anche la terapia abbastanza priva di sistematicità; e non solo, rende praticamente il terapeuta privo di ogni strategia. La strategia la pone sostanzialmente il paziente. Cioè, ogni volta che il paziente viene e pone un problema definito, ci si occuperà di quel problema. Quindi la strategia diventerà quello che il paziente pone momento per momento, in base a quelle che sono le cose che caratterizzano la sua vita quotidiana... e il terapeuta sarà semplicemente un accompagnatore.

Io credo che sia un mondo diverso quello che noi vediamo se vediamo il "locus of meaning" centralizzato. Intanto, primo elemento, se è centralizzato, abbiamo il processo opposto, che tutto il problema che il paziente porta è internalizzato, è riferito dentro, l'attenzione del paziente è spostata all'interno, e voi andate a vedere i suoi modi di ordinare l'esperienza. Il problema è ricondotto ai suoi modi di farsi consistenza, farsi coerenza nella sua maniera di ordinare l'esperienza che dipende dal tipo di "iter di sviluppo" che ha avuto. Ma anche il tipo di procedura credo che sia diverso: nel senso che quando ci occupiamo, nella visione più costruzionista (questa del Self frazionato o del Self come intreccio di conversazioni o del "locus of meaning" esterno), quello che poi riassume

l'approccio che si chiama "costruzionista", del "costruzionismo sociale"; se in questa ottica sociale il discorso si riduce essenzialmente a cambiare la conversazione, noi con il paziente parleremo prevalentemente delle sue opinioni, spiegazioni, reazioni, convinzioni, cioè noi staremo lavorando semplicemente ad uno dei livelli del Self, a livello dell'immagine cosciente di Sé. Cioè lui ci dà un'opinione, noi gli diamo un'altra opinione, questo qui però non è diverso dalla conversazione ordinaria, dalla conversazione che si fa abitualmente in tutti i posti, più o meno approfondita.

Nell'ottica centralizzata non solo tutto il discorso è internalizzato come problema, viene riferito all'interno, ma la conduzione del dialogo terapeutico (che sempre di dialogo si parla) è fatta in un altro modo: ogni volta le spiegazioni, i concetti, le convinzioni, le valutazioni del paziente vengono riferite all'esperienza immediata che hanno suscitato quelle spiegazioni e a cui quelle spiegazioni si riferiscono. In altre parole il modo di vedersi e di pensarsi del paziente viene sempre ricondotto al modo di sentirsi e questo secondo me, come hanno evidenziato brillantemente nei loro lavori in questi giorni Fabrizio Bercelli e Silvio Lenzi, è quella che si chiama una *conversazione di secondo ordine*, diversa dalla conversazione ordinaria. Non solo, ma il focus, in questo atteggiamento centralizzato, in questo lavoro di riferire il livello di spiegazione al livello di esperienza immediata, il focus è sempre sulle emozioni disturbanti e sugli episodi emotivi attivanti.

E di questo abbiamo anche vari dati sperimentali che ci confortano. Per esempio due autori belgi, in una ricerca interessante, hanno visto che, dopo un evento emotivo attivante, le persone hanno tendenza a parlarne continuamente con gli amici, è un'esperienza che avete fatto anche voi, no? Vi capita un giorno un incontro orribile col capo-ufficio e uscite fuori, ne parlate con vostra moglie, con un amico, con l'usciera, con tutti. E questo *social sharing* è importante nel recuperare, nel far diminuire lo stress dell'attivazione perturbante. Questi due autori, che sono Philippot e Rimé hanno visto che l'entità del recupero emotivo dipende dalla qualità del social sharing. Più il social sharing è fatto in modo che vengano messe a fuoco le attivazioni emotive, quello che le ha prodotte, l'effetto che ha avuto sulla persona, più l'effetto di permanenza della perturbazione, della ruminazione interna, tende a essere più breve nel tempo.

Ci sono poi gli studi di Pennebaker, che hanno rivelato più e più volte, in persone che avevano subito un trauma, che la variabile cruciale nel mediare la ricuperabilità dal trauma era proprio il focus sulle attivazioni emotive che erano state scatenate dal trauma. Cioè più venivano elaborate le emozioni disturbanti in emergenza, più si accorciavano i tempi di ricuperabilità del trauma. Questo lo dico per sottolineare il fatto che questo non è un discorso di conversare tanto per conversare, che conversando le cose cambiano e il paziente vede le cose in maniera diversa, qui il discorso che mi pare fondamentale è fare articolare alla persona la qualità dei feeling perturbanti che si sono attivati. E questo è quello che chiamiamo conversazione di secondo ordine nel nostro modo di procedere.

La narrativa

Terzo argomento. Il modo con cui intendere la narrativa: la narrativa è talmente popolare che oggi sono diventati narrativi tutti, come tutti quanti sono diventati costruttivisti. Anche qui secondo me c'è un tema, un aspetto che si vede sempre in tutta la storia della scienza: se la narrativa la pigliamo o in maniera descrittiva o in maniera esplicativa.

Se la pigliamo in maniera descrittiva finiremo con l'identificarla con gli aspetti fenomenici, e cioè (e questo è il primo punto) di identificare la narrativa con la conversazione o con il raccontarsi. Ma ridurre la narrativa a conversare o a raccontarsi è come ridurre il linguaggio alle parole, è come ridurre il linguaggio allo "speech", ai suoi aspetti semantici. L'aspetto conversazionale è un punto d'arrivo, il nostro modo di conversare non è il punto di partenza da cui tutto comincia, è il punto d'arrivo. Il modo di conversare di una persona dipende dal tipo di coerenza emotiva e di continuità di vita che quella persona ha nel suo contesto di appartenenza. E' quel tipo di coerenza e di continuità che specificherà gli argomenti e il modo con cui la persona porterà avanti i suoi argomenti: è una specie di prodotto finale.

Non solo, un'altra faccenda credo che sia importante, su cui non sono d'accordo con questa teoria della narrativa: l'identificazione fra identità e storia di vita. Questo mi sembra un fatto

estremamente riduttivo, esattamente come ridurre il linguaggio alle parole. Ove per storia di vita si intende “storia raccontata”... qui siamo sempre in ambito conversazionale e raccontarsi. La storia raccontata è diversa dalla storia esperita, dalla storia vissuta. Ognuno di noi ha degli elementi della sua storia vissuta che non sono mai entrati nel suo racconto, semplicemente perché non li sa; sono accaduti quando era molto piccolo o sono accaduti al di fuori dalla sua attenzione selettiva, *comunque sono accaduti*. Sono accaduti nel senso che hanno impressionato i suoi organi sensoriali, la sua memoria implicita, le sue procedure emotive, comunque c'è un divario tra *storia esperita* e *storia raccontata*. Se noi ci occupiamo soltanto della storia raccontata, di nuovo continuiamo soltanto a occuparci dell'immagine cosciente che ognuno di noi ha; senza tener presente che quell'immagine cosciente dipende in larga misura dall'esperienza immediata di sé, e che quell'immagine cosciente deve dare consistenza e coerenza proprio a quell'esperienza immediata di sé, e quindi per questo dipenderà in grande misura proprio dalla qualità dell'esperienza immediata di sé che uno ha, che non appare nella storia raccontata.

Ma c'è ancora di più: io non accetto l'identificazione fra identità e storia, neanche da un punto di vista epistemologico. Epistemologicamente e logicamente, l'ordinamento dell'esperienza è distinto dal soggetto che la ordina, non sono la stessa cosa. Questo si può vedere anche in termini evolutivi e di sviluppo. Il fatto che possano emergere memorie autobiografiche richiede come pre-requisito l'esistenza di un senso del Self. Per esempio le scimmie non hanno memorie episodiche, vi cito letteralmente un autore del 1992 che sottolineava quest'aspetto: “per ricordare un evento una scimmia dovrebbe essere in grado di distinguere fra eventi del presente ed eventi del passato, ma per fare questo deve avere una sorta di accesso al contenuto della sua mente; deve prima essersi individualizzata e avere una minima auto-reflessività”. Lo vediamo del resto anche nello sviluppo ontologico. Il senso basilico di sé un bambino ce lo ha a nove mesi di età, quando comincia a sviluppare l'attenzione congiunta col genitore, e i primi ricordi di vita emergono fra i due anni e mezzo e i tre anni. Quindi è di gran lunga antecedente l'emergenza di un senso del Self, addirittura anche per la memoria autobiografica.

Un altro punto su cui non sono d'accordo è sul modo con cui viene concepita la narrativa prevalentemente dal costruzionismo, ed è questo fatto di vedere prevalentemente l'ordinamento dell'esperienza come raccontarsi, è tutto raccontarsi. Io posso anche essere d'accordo su questo, però allora intendiamoci su cosa è “raccontarsi”. Raccontarsi è un processo non soltanto conversazionale, raccontarsi è un processo multi-livellare e multi-modale. Ogni attività di raccontarsi è un'esperienza emotiva di larga durata. Torno a questi autori belgi che avevo citato prima, Phillipot e Rimé, che hanno fatto un lavoro molto interessante. Molti psicologi hanno comunemente la sensazione o l'idea che gli stati emotivi siano esperienze transitorie, siano esperienze fuggevoli, rapide, che durano pochissimo. In parte è anche vero. Ma diventano diverse se noi vediamo le conseguenze di un episodio emotivo. La cosa più interessante che hanno messo a fuoco Phillipot e Rimé è che un evento quotidiano discrepante, può essere semplicemente l'attrito col posteggiatore, in realtà permane a lungo nell'individuo in termini di ruminazione mentale (l'individuo se lo vede, se lo rivede...) e di social sharing (lo racconta agli amici “Sai cosa m'è successo... quel maleducato del posteggiatore che mi ha detto...”). Questa attività non è un'attività passiva, inerziale, riverberante. Ogni volta che una persona si rivede le scene e le rumina, produce attività emotive attuali, produce una nuova attivazione emotiva attuale che a sua volta scatena un altro feed-back, un altro reclutamento di altri ricordi, di altre scene, di azioni correttive che a loro volta elicitano altre emozioni, e quindi un semplice avvenimento emotivo può trasformarsi in un'esperienza emotiva che dura abbastanza nel tempo.

Immaginate voi cosa può succedere con questo qui nell'esperienza del raccontarsi, dove non è che mi occupo semplicemente di un evento banale come “l'esserci rimasto male” per come mi ha trattato il posteggiatore... Qui parliamo di eventi di vita che assumono davanti ai miei occhi un aspetto, un significato diverso. Questi producono sensazioni emotive attuali, che mi danno un senso di me diverso *ora*, che a sua volta va a reclutare, a selezionare altre memorie passate che io fino ad oggi avevo trascurato, che a sua volta al semplice ricordarle mi danno altre sensazioni emotive e

altri sensi di me... è un processo complesso, multimodale e multilivellare, in cui il raccontarsi nel senso dello speech è solo *una* delle modalità di auto-riferimento.

Ma c'è ancora di più, perché tutta questa popolarità della narrativa con l'enfasi sugli aspetti conversazionali e dialogici ha portato in primo piano l'aspetto della memoria, tanto che, oltre ad un fiorire degli studi sulla memoria, c'è la tendenza a equiparare il Self alla memoria.

C'è un libro che ho visto recentemente proprio su questo fatto del raccontarsi come elemento basilico della vita che è intitolato "The remembering Self". Ora io credo che *anche* nel raccontarsi, più che un remembering Self, sia in ballo, come dice Bruner, un *Thinking Self*, un *Self-Reflexive Self*... in che senso? Qui faccio un piccolo inciso su quello che noi chiamiamo "approccio post-razionalista", non perché intende negare l'esistenza del ragionamento, anzi è di massima importanza, però è un punto d'arrivo. Cioè quando io faccio un bilancio della mia vita e mi commuovo per i ricordi che sono emersi, questo qui è tutto il processo che dicevamo prima: alla fine chi chiude il discorso è il Self-Reflexive Self. E' quello che vede altre invarianti, è quello che trova altre spiegazioni, è quello che trova cambiamenti di storia, non è una semplice attività riverberante e immaginativa. Quindi anche questo fatto di raccontarsi è un processo che nel momento in cui accade è un processo multimodale, in cui alla fine però i risultati li chiude l'attività auto-riflessiva in senso pieno più che la semplice attività di riverberio mnemonico.

Ci sono altre due cose che vorrei portare avanti. La prima cosa è la distinzione fra la coerenza che c'è fra una storia di vita e la coerenza di una storia letteraria. Troppo a lungo è andata avanti questa analogia, che la storia di vita è come se fosse la storia di un romanzo, che la storia di vita è analoga al "plot", all'intreccio di un romanzo. Non è vero, secondo me non è vero da nessun punto di vista. Tanto per dire, prima cosa, per la coerenza: in una storia letteraria la coerenza è determinata dal "plot", dall'intreccio. L'autore deve salvaguardare le potenzialità del suo intreccio e quindi la storia la sviluppa per mantenere il plot. Nella storia di vita, a uno non gliene frega niente del plot. Nella storia di vita uno vuole mantenere la sua continuità e unicità come personaggio. E a costo di mantenere questa può alterare il plot, può alterare la trama come vedevamo stamattina, fino a dissolverla completamente, fino a farne un racconto non più neanche condivisibile dagli altri del contesto a cui appartiene. Voglio dire, il focus di un autore è sul mantenimento della coerenza del plot, quello di un individuo è sul mantenimento della coerenza di Sé: sono due compiti molto diversi. E per mantenere la coerenza di sé un individuo può stravolgere completamente la storia di vita che si era raccontato fino a oggi. Poco gli importa se questo modo qua distrugge le potenzialità che il suo intreccio aveva e che potevano essere sviluppate.

Io credo che il "riordinamento" (preferisco questo termine al termine "raccontarsi") il riordinamento della propria esperienza di vita (e uso la parola esperienza proprio per sottolineare questa multimodalità) sia, primo, un processo aperto, che va avanti per tutta la vita, e sia un processo che consiste, da parte del soggetto, costantemente non tanto nella ricerca di una verità storica. Quando noi vediamo la nostra storia di vita o ce la raccontiamo, non siamo animati dalla ricerca di una verità storica, di sapere veramente che è successo, noi siamo unicamente intenzionati alla ricerca di una verità narrativa, di una verità che ci consenta di ricompattare la storia e di darci un senso di continuità, di coerenza e poter riprendere lo svolgimento di questa storia. Non importa se questa verità narrativa ha poco a che fare con quello che, tra virgolette "realmente è successo". E, come accennavo anche ieri, in questa dialettica tra esperienza immediata di me e immagine cosciente di me, questa dialettica che accennavo ieri tra Self protagonista e Self narratore... il Self che agisce e che è protagonista deve poi narrarsi per trovarsi una sua continuità, e questa ricerca di coerenza fra Self protagonista e Self narratore si attua appunto attraverso la ricerca di una verità narrativa, cioè di una possibilità di svolgimento del nostro iter a prescindere da come questo iter sia effettivamente andato.

Ora le modalità di portare avanti una ricerca di una verità narrativa dipendono da due importanti variabili, che sono poi il riferimento della capacità di sequenzializzazione dell'esperienza, tipica

degli esseri umani; e cioè dipendono dalla capacità di integrazione, come dicevamo stamattina, cioè di cambiare una configurazione degli eventi in una successione cronologica, causale, tematica. E dalle capacità di concretezza e astrazione, che questa trama cronologica, causale e tematica può acquisire, cioè dal grado di articolazione astratta. Sono queste due variabili che determineranno non solo il modo con cui la persona cercherà una verità narrativa, ma anche determineranno la qualità, la struttura e l'efficacia in termini di coerenza, che questa verità narrativa così trovata potrà avere per il mantenimento del suo senso di sé e della sua continuità. E per riprendere quello che diceva stamattina Alfredo Ruiz, io le categorie di normalità nevrosi e psicosi, in questo senso, le vedrei come diverse modalità di coerenza nella ricerca di una verità narrativa, determinate appunto dal tipo di integrazione e dal tipo di astrazione-concretezza.

In altri termini per riassumere, soprattutto su quest'ultimo aspetto sulla narrativa, io non sono molto attento né molto d'accordo agli aspetti, così lungamente enfatizzati, conversazionali, dialogici del raccontarsi, del remembering e compagnia bella. Io la cosa che vedo come fondamentale nella narrativa è il discorso che cercavo di riassumere stamattina, col tema del linguaggio, il tema oralità-scritturalità. Cioè la narrativa può spiegarci come sorge quest'aspetto basilico dell'esperienza umana, come sorge il fatto che il nostro modo di ordinare l'esperienza è sempre sequenzializzato, sequenzializzato con una modalità complessa, non solo con un senso cronologico e causale ma anche con distinzioni interno-esterno. Io credo che se noi approfondiamo gli studi sulle modalità con cui noi sequenzializziamo l'esperienza, potremo trovare forse altre possibilità nel trattamento sia dei disturbi nevrotici, sia dei disturbi psicotici, e anche, perché no, di quelli che possono essere chiamati i disturbi esistenziali, i problemi esistenziali, dove ci sarà anche una trama narrativa ben articolata senza problemi di integrazione, ma dove la persona ha bisogno di essere aiutata a produrre più *ricombinazioni* all'interno della sua trama per poter generare nuove soluzioni, nuovi aspetti produttivi per la sua storia di vita. Vi ringrazio per l'attenzione.

Citazioni Bibliografiche

1. Neimeyer, R.A. & Mahoney, M.J. (Eds.) (1995) *Constructivism and psychotherapy*. APA, Washington, D.C.
2. Mascolo, M.F. & Fischer, K.W. (1998) The development of self through the coordination of component systems. In M. Ferrari & R.J. Sternberg (Ed.) *Self-awareness: its nature and development*. Guilford, N.Y.
3. Gergen, K.J. (1991) *The saturated self*, Basic Books, N.Y.
4. Lenzi, S. & Bercelli, F. (1999) Riascoltando una seduta. *Quaderni di Psicoterapia*, 4, 42-60.
5. Phillipot, P. & Rimé, B. (1998) Social and Cognitive processing in emotion: a heuristic for psychopathology. In W.F. Flack Jr. & J.D. Laird. *Emotions in Psychopathology*. Oxford Univ. Press, N.Y.
6. Pennebaker, J.W. (Ed.) (1995) *Emotion, disclosure, and health*. APA, Washington, D.C.
7. Bruner, J. (1994) The "remembered" self. In U. Neisser & R. Fivush (Eds.) *The remembering self*. Cambridge Univ. Press, N.Y.