

La co-costruzione del contenitore dialogico

di Sergio Mazzei

direttore dell'Istituto Gestalt e Body Work di Cagliari

L'uomo è la misura di tutte le cose

-Protagora-

Mi è stato chiesto di presentare una relazione sul concetto di co-costruzione del contenitore dialogico e per quanto io di solito non sia interessato a trattare di argomenti simili, con caratteristiche tanto intellettuali e almeno in apparenza lontani dagli aspetti concreti dell'esperienza psicoterapeutica di tutti i giorni, ho voluto comunque accettare la richiesta per confrontarmi su questo argomento così attuale e importante e che può sicuramente gettare maggior luce sulla natura delle dinamiche interpersonali oltre che, naturalmente, sulla conoscenza in quanto tale.

Avendo peraltro l'abitudine di "masticare" ciò che mi arriva per renderlo parte di me¹, prima di entrare più in profondità, secondo la vecchia regola teorica per la quale si comincia dalla superficie, mi sono chiesto cosa può significare concretamente per me *co-costruire* qualcosa con qualcuno e se sostanzialmente mi interessa farlo.

Avendo osservato me stesso posso dire di sperimentare in generale un sicuro interesse e curiosità per la natura umana, mi piace sapere che cosa pensa la gente, cosa prova con le proprie emozioni e soprattutto in che modo affronta i problemi che appartengono a tutti noi e che hanno a che fare con i temi centrali della vita. Per esempio, come affrontare gli imbarazzi, le angosce, le separazioni inevitabili, i dolori per le delusioni e le frustrazioni, le paure da prestazione, i dubbi, le *distanze* e i conflitti interpersonali e così via. Aspetti tutti certamente molto concreti, reali e importanti.

Mi sembra che anche nella relazione terapeutica la condivisione, o almeno la sua possibilità, sia una gran cosa e ho potuto osservare che essa permette alle persone di rendere meno pesante il proprio fardello, di sentire meno solitudine, di sentire un senso di appartenenza, di familiarità con il genere umano e oltre a ciò può fornire la possibilità di ridimensionare i propri guai e problemi. In definitiva l'incontro con il *tu* mi sembra arricchente sempre che ci sia una comunicazione non sterile ma onesta e autentica.

Dice Buber a proposito dell'incontro tra uomini: "colui che parla... assume (l'altro) come suo interlocutore, e ciò significa che egli conferma, per quanto è in suo potere, quest'altro essere. Il vero rivolgersi del suo essere all'altro

¹ Coerentemente con l'insegnamento di Perls sulla "oralità dentale" che sostiene la necessità di masticare idee o esperienze allo scopo di assimilarle meglio, piuttosto che "ingoiarle e introiettarle" come date per scontate ed esterne a sé.

implica questa conferma, questa accettazione. Naturalmente ciò non vuole dire affatto che tale conferma sia già approvazione; ma, per quanto io possa essere contro l'altro, nella misura in cui l'ho assunto come interlocutore di una conversazione autentica, ho detto sì a lui in quanto persona.”

Infatti l'altro potrebbe anche rappresentare un pericolo, una minaccia o perlomeno potrei viverlo come tale. Potrei per esempio sentirlo in competizione con me come se mi volesse far sentire inferiore facendosi per così dire “grande” a mio discapito, oppure potrei sentire come se volesse usarmi o sfruttarmi per soddisfare i suoi fini nascosti, o potrebbe tradirmi o deludermi con atteggiamenti e comportamenti poco o affatto rispettosi ecc... Buber a questo proposito aggiunge: “Se, anziché dire quel che ho da dire, mi accingo a dar voce a un io che vuol farsi valere, ho irreparabilmente fallito ciò che avrei avuto da dire; la mia parola entra nella conversazione in modo falso e la conversazione diventa falsa.”

Questa caratteristica del *parlarsi addosso* senza avere alcuna intenzione di ascoltare ciò che gli altri hanno da dire è molto più diffusa di quanto sembri. Sartre ha descritto con acume nel suo libro “Il muro” l'uomo chiuso in se stesso e diviso dagli altri. Per lui la condizione umana è caratterizzata dal fatto che ci si occupa solo ed esclusivamente di se stessi. Tale modo di vivere i rapporti umani non è affatto raro e personalmente ne ho frequentemente constatato la presenza nei miei pazienti. La perdita della fiducia, almeno a un certo livello di intimità, è cosa assai diffusa.

Questa polarità tra *vantaggio* e *svantaggio* nella relazione interpersonale rappresenta due aspetti centrali e non certamente trascurabili dell'incontro *io-tu*. La domanda implicita è: “mi conviene aprirmi alla relazione e lasciarmi essere come sono o ancora una volta sarò ferito e respinto?”.

Se poi ci sono dei motivi di reale *pericolosità* che giustifichino tale atteggiamento di grande prudenza ed esitazione non credo lo si possa sapere per certo, ma sappiamo comunque che la natura dell'incontro *io-tu* è fortemente influenzata dalle idee che ci siamo fatti sulle relazioni, da come abbiamo interiorizzato la presenza degli altri entro di noi; per dirla con Kernberg, tale natura relazionale è colorata dalle nostre *unità se-oggetto interiorizzate* o più recentemente anche dette *RIG* da Stern, cioè *rappresentazioni interazionali generalizzate*.

Generalmente siamo tutti sulla difensiva nel nostro *confine del contatto* poiché abbiamo subito antiche e spesso non rimarginate ferite ed abbiamo sviluppato *idee fisse* sulle relazioni di cui spesso non siamo nemmeno consapevoli. Tutto ciò accade e si manifesta in quest'area mediana tra *me e te* ove agiscono i nostri meccanismi di difesa o altrimenti detti “resistenze al contatto”. Risulta di conseguenza essere molto difficile avere un incontro *io-tu* che non sia popolato dai fantasmi di questa zona centrale. Gli esseri umani più che

scoprire in genere *inventano* l'altro con le proprie *allucinazioni proiettate o anticipazioni catastrofiche* ed è probabilmente proprio a causa di ciò che è una realtà esistenziale fuori discussione l'universalità del disagio da contatto interpersonale.

Nella mia cultura degli anni '60 - '70 era piuttosto diffusa l'idea che tutto fosse *illusorio* e che gli individui vivessero dentro il proprio "*trip*" (concetto di derivazione psichedelica) che era appunto il proprio *viaggio mentale* in cui si esperivano i dati di realtà rielaborandoli attraverso il proprio modo di interpretarli (oggi si potrebbe dire *ermeneuticamente*). Era il tempo in cui le antiche dottrine dall'Oriente riguardo alla natura *insostanziale e vuota* di tutti i fenomeni definiti come "*maya*" avevano largo impatto nella cultura delle giovani generazioni di allora. Ora pare che questa stessa posizione secondo cui la percezione risulti essere un atto totalmente proiettivo e non sia *afferrabile* la realtà nella sua essenza, la ritroviamo oggi giorno anche nella moderna filosofia della scienza.

Vi è infatti grande crisi di certezze. La messa in discussione delle *verità certe* dell'*assolutismo scientifico* è cominciata principalmente con Popper ed è stata seguita poi dalla cosiddetta *new epistemology* e dalla filosofia analitica nelle sue molteplici espressioni quali le ermeneutiche fenomenologiche, l'anarchismo epistemologico, il neopragmatismo, il funzionalismo, il costruttivismo e il decostruttivismo ecc...

Come per i rapporti interpersonali, popolati dai fantasmi "illusori" della zona mediana del *confine del contatto*, si parla di *costrutti individuali soggettivi*, anche per le proposizioni scientifiche al momento non si può più sostenere che queste siano vere in assoluto come invece si credeva un tempo. Le cosiddette *scienze esatte* come la chimica, la fisica, la biologia, la matematica che erano al di là di ogni discussione, oggi giorno, per dirla con l'espressione di Tillich, *si scuotono nelle fondamenta*.

Il punto di vista attuale è che la conoscenza è una funzione dell'osservatore e del contesto e dipende più dall'idea che si ha del mondo piuttosto che dal mondo stesso. Per Popper l'osservazione non è mai neutra ma è sempre determinata *a priori* dalla visione del mondo dell'osservatore, dalla sua *weltanschauung*.

Come sappiamo il fatto che la nostra percezione della realtà non possa essere considerata obiettiva è ai nostri giorni fortemente sostenuto dal Costruttivismo, un approccio alla conoscenza che ha avuto origine in Europa con Kant, seguito poi da Wittgenstein e dagli studi di Piaget. Successivamente soprattutto attraverso gli esperimenti di Maturana e Varela sulla visione del colore nelle rane e con le ricerche sulle reti neurali di Von Foerster si è dimostrato che il cervello non registra le immagini quali esse sono ma piuttosto le elabora in modo tale che esse siano comprensibili alla propria visione. In modo particolare a seguito di questi esperimenti risulta che è

praticamente impossibile sapere com'è realmente un'immagine prima di essere trasformata dal cervello. In fondo ritroviamo lo stesso punto di vista degli psicologi della *Forma* o *Gestalt* che negli anni '20 - '30 sostenevano che fosse una caratteristica degli individui il *chiudere le forme* quando queste erano ambigue secondo modalità che risultassero loro familiari, essendo incapaci di stare nella condizione di apertura alla percezione, né più né meno come per le rane di cui sopra. Per Maturana anche quando gli individui interagiscono tra di loro lo fanno indirettamente secondo una modalità che egli chiama di "sistemi nervosi informazionalmente chiusi". Praticamente è come se fossimo dei ciechi che immaginano gli altri e il mondo attraverso le proprie idee sulla realtà. Noi non vediamo... *immaginiamo!*

Per il costruttivista Von Glasersfeld i *costrutti*, cioè le nostre *percezioni della realtà*, si formano come adattamento dell'organismo all'ambiente.

Anche Wittgenstein e Feyerabend convergono con i principi della filosofia ermeneutica secondo la quale le teorie scientifiche sono atti interpretativi, e cioè *costrutti* sulla realtà e che gli scienziati inventano le proprie metodologie in modo che siano funzionali alle prove di cui hanno bisogno. Geertz sosteneva che "l'uomo è un animale sospeso in reti di significato che egli stesso ha tessuto".

Già lo stesso Heisenberg osservava, con l'enunciazione del suo *principio di indeterminazione*, come *osservatore e oggetto osservato* siano inscindibili in quanto per poter vedere un qualunque oggetto di piccolissime dimensioni, come per esempio un atomo, si rende necessario utilizzare degli strumenti e di conseguenza si modificano le condizioni del sistema.

Come dobbiamo dunque rispondere a tutte queste considerazioni sull'impossibilità di cogliere *la cosa in sé* e di avere delle *basi sicure*? Per lo scienziato e storico Thomas Kuhn non possiamo più intendere la scienza come un progresso ma piuttosto come un *continuum di mutamenti* da un modo di vedere a un altro e dobbiamo anche rinunciare a considerare la nostra visione attuale come migliore di quelle che l'hanno preceduta, come peraltro migliore di quelle che presumibilmente la seguiranno.

Pare quindi che sia impossibile cogliere la realtà nella sua essenza poiché essa è sempre colorata da occhiali biologici o fisici e direi anche politici e culturali. È infatti evidente che essa è in generale descritta e rappresentata in buona sostanza prevalentemente dal modello euro-americano. È noto l'esperimento fatto negli Stati Uniti ove a una certa rivista scientifica di alta qualità sono stati inviati degli articoli precedentemente pubblicati dalla stessa rivista a firma di autori della Stanford o della Harvard University o di altra prestigiosa Università americana o europea ma questa volta firmati da nomi sconosciuti del Terzo Mondo o dell'America Latina. Il risultato

è stato che su 100 articoli proposti 80 sono stati rifiutati con commenti del tipo: infondatezza scientifica, inadeguatezza del metodo, interpretazioni discutibili ecc., pur essendo gli stessi identici scritti già approvati. Anche la Scienza dunque risulta essere in fondo una credenza teologica (la *religione dell'Occidente*) al pari di quelle dei tempi antichi.

A seguito di quanto detto risulta evidente che anche nella relazione terapeutica, quando un paziente parla dei suoi problemi sta raccontando la sua visione delle cose, la sua storia così come la vede lui. La stessa definizione del suo sé risulta essere una storia, la sua storia del modo di intendere se stesso. Egli manifesta la sua *autopoiesi* ovvero il suo modo di *costruire se stesso nell'interazione con l'altro da sé*.

Il concetto di *intersoggettività* fa parte della riflessione epistemologica contemporanea ed è a questo proposito estremamente rilevante. Per *orientamento intersoggettivo* si intende che non si può più considerare l'individuo come isolato dal suo contesto, come fosse un'entità monadica in una sorta di "atomismo epistemologico" per usare l'espressione di Orange. La relazione terapeutica con il paziente è di natura *intersoggettiva* e si costruisce all'interno di un rapporto dialogico esprimendosi secondo una modalità che possiamo anche definire di *circolo ermeneutico*. Io ti do la mia interpretazione del mondo e tu mi dai la tua ed entrambi siamo all'interno di quella zona psicologica mediana che c'è tra di noi ove *distorciamo* i dati percettivi e in cui avviene il nostro contatto. Il paziente si rappresenta come *costrutto/metafora* nella quale proietta il suo senso di identità attraverso la narrazione di sé all'interno di un continuo processo di cambiamento e mutazione nell'interazione con il terapeuta.

Ovviamente non possiamo sostenere che una metafora, ovvero un modo soggettivo di vedere le cose, sia più *vera* di un'altra, come quella del terapeuta rispetto a quella del paziente. Von Glasersfeld esprime nel suo concetto di "viabilità" che una costruzione o metafora è adeguata quando *funziona*, cioè quando realizza il proprio obiettivo ed è in grado di raggiungere il suo scopo. Se pertanto l'aspetto più importante del lavoro terapeutico è il suo risultato in termini di modifica del comportamento o quantomeno di miglioramento della qualità della vita del paziente, non importa quindi più tanto quale sia il metodo o approccio psicologico usato per risolvere un certo problema. Il metodo, come hanno sostenuto diversi autori, tra cui Peirce, è come *una chiave per aprire una porta* e la verità sta in ciò che *funziona*, appunto nella sua *viabilità*. Tale concetto di verità non va quindi più inteso in senso *ontologico*, ma piuttosto è funzionale nel suo utilizzo concreto. Ciò che conta quindi nel nostro caso è che la *chiave*, ovvero l'abilità o metodo terapeutico, apra la porta dei problemi del paziente piuttosto che sia una bella chiave, che sia d'oro o che sia famosa o che in altre

parole appartenga ad un approccio psicologico piuttosto che a un altro.

Da studi recenti di fatto risulta che sostanzialmente sono due le ragioni per cui una terapia diventa risolutiva per le problematiche di un paziente e queste sembrano essere in relazione con la particolare natura della psiche del terapeuta che evidentemente deve essere in grado di risuonare con quella del paziente e con l'*alleanza terapeutica* che ha a che fare con la buona qualità della relazione e dell'intendersi. Tutto ciò pare accada a prescindere dal tipo di metodo utilizzato.

Nella *rivoluzione relazionale dell'approccio intersoggettivo* viene finalmente data soddisfazione alla posizione della psicoterapia gestaltica che in senso fenomenologico ha sempre teso al coinvolgimento del terapeuta perché esprima, adeguatamente alla circostanza, il suo vissuto nei confronti del paziente con onestà e semplicità. Posizione questa, storicamente contrapposta a quella classica psicoanalitica che invece sosteneva la necessità di essere come "specchio neutro" rispetto al paziente. Famosa è l'espressione di Lacan che invitava l'analista ad essere "come il morto a bridge". A seguito delle nuove considerazioni epistemologiche e filosofiche a cui ho accennato sopra, si sostiene piuttosto che il terapeuta, come peraltro qualunque osservatore o individuo presente nel contesto terapeutico, fa parte del *campo relazionale* ed è quindi in compartecipazione con la realtà terapeutica. Tale acquisizione, derivata dal concetto di *co-costruzione*, ci permette come terapeuti di non doverci più tenere a *distanza forzata* dall'esperienza della relazione con il paziente, ma piuttosto viene considerata quantomeno non più inopportuna e quindi più serenamente accettata la possibilità di manifestarsi in modo spontaneo nell'incontro *io-tu*.

Tale modalità di rapporto viene ora definita "partecipazione osservata" o "partecipazione controtrasferale", anche se, considerate le premesse, piuttosto che parlare di transfert e controtransfert tra paziente e terapeuta forse sarebbe più opportuno parlare di *doppio transfert* o *transfert incrociato* essendo evidentemente discussa definitivamente la presunta *oggettività* terapeutica. La realtà psichica individuale è il risultato di innumerevoli co-costruzioni elaborate attraverso i rapporti intersoggettivi di una vita all'interno di una specifica cultura da cui risulta pressoché impossibile sostenere la *fondatezza* di una qualsiasi teoria psicologica che abbia una base prettamente individuale. Questa *ondata relativistica*, come sottolineato dalla sistemica Lynn Hoffman, mette pertanto fortemente in discussione anche i vari modelli proposti nelle diverse teorie strutturali quali quelle freudiane con i concetti di Io, Es e Super-Io o l'*atomismo* del Sé nucleare dell'approccio Kohutiano, le strutture dello sviluppo cognitivo del bambino di Piaget, le cosiddette *strutture profonde* di cui parla Chomsky nel suo metamodello del linguaggio (*grammatica trasformativa*),

come anche le stesse strutture predeterminate rilevate nei miti delle società primitive da Lévi-Strauss, padre del movimento strutturalista. In tutti questi casi avremo a che fare presumibilmente con il tentativo di cercare dei *dati di fondo* in senso Cartesiano per possano rappresentare una realtà ultima, *le fondamenta della verità*, quali spiegazioni del mondo e della vita, ma che come abbiamo visto l'opinione più attuale tende a considerare in ultima analisi come dei *costrutti* soggettivi.

È un tempo il nostro di grandi scoperte e in modo particolare di profonda discussione delle fondamenta del nostro senso comune di intendere le cose. Le recenti esplorazioni della fisica e della chimica possono essere lette come metafore della natura umana. Scoperte come quelle degli studiosi della *teoria della complessità* (come Morin, Ilya Prigogine ecc.) che sostengono, al di là delle posizioni deterministiche-newtoniane della fisica classica, che la realtà è un *organismo* legato a modalità di interdipendenza (quindi di *co-costruzione*) all'interno delle sue specifiche relazioni e connessioni, e manifesta un comportamento disordinato, irreversibile e non prevedibile. Per il premio Nobel Prigogine tutto ciò che accade non avviene in modo stabile e ripetitivo secondo una concezione reversibile e simmetrica del tempo, ma piuttosto "... attraverso processi di collisioni, decomposizioni, instabilità, fluttuazioni, interazioni dissipative, disordine molecolare, assorbimento ed emissione...", in seguito quindi a *fluttuazioni irreversibili* all'interno di un sistema in grado di auto-organizzarsi per ristabilire l'ordine. L'analogia *teoria delle catastrofi* del matematico René Thom ove il *conflitto*, ovvero *gli stati conflittuali* che si manifestano nelle discontinuità esistenti in natura, viene considerato come vero impulso all'origine di qualunque forma di vita dell'Universo. Stessa conclusione quella della *teoria del caos* di James Gleick a cui spesso si associa la teoria di Thom che illustra come il caos sia più fondamentale dell'ordine e che lo stesso ordine possa emergere solo dal disordine che è la situazione più comune in natura. La scoperta del cosiddetto "effetto farfalla" (per usare le parole dello scrittore Ray Bradbury autore di "Fahrenheit 451" da cui viene tale espressione) presentata dal fisico e meteorologo Edward Lorenz a seguito dei suoi esperimenti sulla simulazione del clima e dal quale si è poi sviluppata la stessa *teoria del caos*, sostiene che piccolissime modifiche di condizioni iniziali producono grandi variazioni nel comportamento a lungo termine di un sistema, da cui l'espressione "il battito delle ali di una farfalla in Brasile, a seguito di una catena di eventi, può provocare una tromba d'aria nel Texas". Anche nel concetto di "emergenza" di cui parla Varela, si sottolinea lo stesso principio di auto-organizzazione della materia che prende forma laddove prima non c'è, esistendo soltanto in potenza. Insieme informi di cellule o, per estensione, di individui che si incontrano possono improvvisamente manifestarsi come un nuovo organismo o un

nuovo gruppo sociale. È in questo modo che attraverso il fenomeno dell' "emergenza" si viene a creare un nuovo livello ontologico, si forma una nuova *gestalt*, un *tutto* che "è qualcosa di diverso della somma di tutte le sue parti".

In natura si verificano continuamente tali processi e queste scoperte ampliano certamente le nostre conoscenze e descrivono nuovi modelli in cui la natura si può manifestare. Ci permettono di comprendere la vasta portata del concetto di *co-costruzione* come passaggio da un livello di organizzazione più primitivo ad un altro più complesso sia nelle interazioni tra cose che tra persone.

Nonostante l'attuale clima di profonde incertezze, l'atteggiamento di trovare dei dati strutturali definitivi continua peraltro ad essere sempre molto diffuso. La maggior parte dei neuroscienziati continua a privilegiare questo tipo di ricerca *riduzionista*, nel tentativo di trovare dati certi ed universali al fenomeno della vita come se, in ultima analisi, il tutto non fosse altro che una danza di neuroni.