

## **Il suono s'indossa. Riflessioni a seguito della lettura di *Conversazioni sulla psicoterapia* di Luigi Cancrini e Giuseppe Vinci**

di Cosimo Talò<sup>1</sup>

### **Premessa**

Qualsiasi appassionato di cinema può affermare che uno dei testi fondamentali per approfondire la conoscenza della settima arte è *Il cinema secondo Hitchcock* di François Truffaut (2009). È un libro su una conversazione fra due maestri, fra due teorici, fra due artigiani del cinema. La qualità di questo testo è data, fra le altre cose, dal sincero bisogno di confrontarsi e dalla curiosità che l'uno prova verso il pensiero e le metodiche dell'altro. È difficile non pensare a quell'opera quando s'incappa nel testo di Luigi Cancrini e Giuseppe Vinci *Conversazioni sulla psicoterapia* (2013, editore: Alpes Italia). Si tratta, infatti, dell'incontro di due esperti psicoterapeuti (uno di formazione medica, l'altro psicologica) che sono abituati alla riflessione quotidiana sulla fenomenologia e sulla natura profonda della psicoterapia (non solo sistemico-relazionale). Entrambi terapeuti familiari, entrambi docenti, entrambi supervisor, entrambi esperti di tossicodipendenze, entrambi attivi sul versante civico e politico, scelgono di confrontarsi e di provocarsi. Non è, infatti, la trascrizione di un'intervista, né del chiacchierare conformista fra due omologhi. È un'appassionata fotografia dello stato dell'arte della psicoterapia contemporanea, una ri-narrazione delle tappe fondamentali del pensiero sistemico (vissuto in prima persona), ma è soprattutto un libro sulle domande. In genere le domande servono per trovare delle risposte. In questo caso, tuttavia, si vive un paradossale *switch* dove sono le risposte che servono a trovare delle domande.

### **La visione del mondo della psicoterapia**

Si può considerare *Conversazioni sulla psicoterapia* un testo "leggero" non perché manchi di approfondimenti teorici e bibliografici ma perché lontano dall'approccio manualistico abbondantemente adoperato nella letteratura psicoterapeutica. Gli autori riescono, infatti, ad approfondire temi fondamentali (es. il rapporto mente-corpo o la dialettica evoluzione-conservazione) e questioni "scottanti" (es. il rapporto con la psichiatria, con le neuroscienze, il ruolo dei terapeuti in quanto membri attivi nella comunità) mantenendo un rigoroso ancoraggio alla letteratura scientifica.

Non sorprende che la parola più usata nel libro sia "liberazione". Riprendendo Schafer (1976; Boscolo e Bertrando, 1996), è possibile descrivere quattro visioni della vita, quattro filosofie nei

---

<sup>1</sup> Psicologo, psicoterapeuta, Ph.D. in Psicologia di Comunità, docente a contratto presso l'Università del Salento.

diversi approcci psicoterapeutici: la visione *comica, romantica, tragica e ironica*. In linea con queste argomentazioni, potremmo intravedere una visione “romantica” che i due autori hanno della psicoterapia in cui «la vita è una continua ricerca, al termine della quale, nonostante le molte inevitabili peripezie, l’eroe può sempre superare gli ostacoli e arrivare alla piena realizzazione, l’unione con l’assoluto» (Boscolo e Bertrando, 1996, p. 86). Ma, forse, non è un caso che il cambiamento sia così spesso accostato al termine *liberazione*. Questo termine, infatti, è la controparte del termine “vincoli”, così centrale nella letteratura sistemica. È in questo s’intravede uno degli impliciti assiomatici della terapia familiare: nasciamo in una rete di relazioni (più o meno) vincolanti e la vera autorealizzazione avviene nella misura in cui ce ne liberiamo. Agiamo, forse, una filosofia ingenua per cui la vita è un equilibrio fra vincoli e legami. I primi visti negativamente, come ostacoli all’autorealizzazione. I secondi visti positivamente, come risorse da valorizzare. Non si vuole – si badi bene – criticare questa filosofia ma solo esplicitarla. Esserne coscienti vuol dire analizzare cosa consideriamo evolutivo e cosa no. Quando un paziente o una famiglia mostrano un cambiamento la nostra mente si chiede “è positivo oppure no?”. Inizia una co-costruzione del senso di questo cambiamento e la nostra parte nel processo narrativo è data dalla nostra visione della vita tanto quanto (e forse di più) delle teorie che abbiamo studiato.

Verrebbe quasi da chiedere agli autori quali altre *keywords* considerano fondanti il rapporto terapeutico, sia in positivo (es. adattamento, consapevolezza, partecipazione, ecc.) che in negativo (es. seduzione, coercizione, influenzamento, ecc.). Insomma, qual è la visione del mondo, la *Weltanschauung*, della terapia sistemica? E degli autori? Quali sono i postulati impliciti? Quale rappresentazione abbiamo dell’individuo nella società, del progetto-uomo (Vattimo, 1981)? Perché ragionare sul cambiamento vuol dire *de plano* ragionare sulla “sostanza” dell’uomo. Così come, infatti, uno studente di chimica cerca di comprendere la natura di una sostanza incognita facendola reagire con delle sostanze conosciute, così noi indaghiamo il funzionamento degli individui analizzandone non l’*essenza* ma la *reattività*. Impariamo come funzionano (funzioniamo) da come reagiscono (reagiamo) all’incontro con l’altro. Un esercizio esplorativo complicato da fatto che il reagente (al contrario dell’esempio della chimica) non è una sostanza conosciuta ma, a sua volta, è altrettanto incognita e sorprendente.

### **Il suono dei nostri tempi**

È un libro sulle domande, si diceva. Lo si capisce dal fatto che, una volta terminato, il lettore continua a farsi domande, a provare a dare qualche risposta e a ripartire con ulteriori domande in una moltiplicazione esponenziale di voci, di approcci e di rappresentazioni. Viene voglia, insomma,

di continuare la *Conversazione* all'infinito, magari sostituendo qualche risposta o modificando la scelta dei temi.

Tante sono le sfide che gli autori si danno. Ma la più appassionante, a parere di chi scrive, è quella di analizzare i nuovi approcci, le novità teoriche e scientifiche alle porte. La psicoterapia è, per forza di cose, una *fusion art* che fa della commistione di saperi il suo più alto valore. Von Foerster si occupava di elettronica ad ultra-frequenze, Wiener di calcolo delle probabilità, von Bertalanffy di biologia molecolare, Prigogine di termodinamica, Maturana della retina dei primati... Insomma, la nostra matrice culturale viene dagli studi che hanno indagato i sistemi che si organizzano (che diminuiscono la propria entropia) ed è una delle strade che ha preso la cosiddetta *epistemologia della complessità* (fra i tanti, il filosofo Edgar Morin [1993] e il fisico Murray Gell-Mann [1995]). Se riconosciamo questo, se consideriamo di essere i rappresentanti di un'epistemologia in un territorio difficile (le scienze umane e sociali) allora non possiamo non continuare ad ascoltare le novità che provengono dagli altri territori (fisica, chimica, economia, biologia, ecc.). Miles Davis diceva che ogni epoca ha dei suoni che la caratterizzano e un bravo musicista non può prescindere da questi (Davis e Troupe, 2010). Non si tratta di contenuti – e quindi di un'omologazione di temi e toni – ma di linguaggi. *Wearing the sound*, amano dire gli ingegneri del suono. Perché il suono s'indossa, appunto, con o senza consapevolezza. E allora il nostro compito è cercare di capire qual è il suono dei nostri tempi, quali sono le rappresentazioni sociali che oggettiviamo, le teorie che agiamo, gli scambi che operiamo. Cosa sta avvenendo nei laboratori sulle particelle sub-atomiche? A che punto è la teoria dei frattali? È anche da lì che verranno le prossime rivoluzioni epistemologiche. Il suono del tempo cambia e con esso il concetto di salute, di disturbo mentale e di evoluzione.

Negli ultimi vent'anni le teorie si stanno focalizzando sulla centralità del linguaggio, sul costruzionismo sociale e sull'interattività del Sé. Di contro, il neo-positivismo del XX secolo è ancora il *sound* prevalente (si guardi, per esempio, alla psicologia sociale). Potremmo intravedere in questo il paradosso del postmodernismo che, rinunciando alle grandi narrazioni – alle “metanarrazioni” (Lyotard, 1981), ovvero la razionalità, l'oggettività, il progresso cumulativo, il realismo) (Gergen, 1991) – rinuncia ai quei paradigmi ma non a quelle metodologie. Chiunque legge abitualmente articoli scientifici in ambito psicologico, infatti, non può fare a meno di notare il successo degli algoritmi statistico-lineari che – se pur complessificando le relazioni causali e introducendo la retroazione (es. gli structural equation modelling [SEM] e gli hierarchical linear models [HLM]) – mantengono inalterati i rapporti fra “variabile dipendente” e “variabile indipendente”. I rapporti lineari possono essere rappresentati da una linea retta su un grafico e sono facili da concepire: *quanto più, tanto meglio*. Le equazioni lineari possono essere risolte (basti

pensare agli esercizi di matematica al liceo). I sistemi lineari hanno un'importante virtù modulare: li si può scomporre e ricomporre, i pezzi si sommano. I sistemi fluidi e i sistemi meccanici non lineari sfuggono invece a una comprensione semplice di un problema. Un esempio semplice può essere quello dell'attrito di un disco da hockey sul ghiaccio. L'attrito dipende dalla velocità del disco e la velocità dipende dall'attrito. Tale complessa modificabilità rende la non-linearità difficile da calcolare e crea, anche, comportamenti che si presentano sempre in sistemi non lineari (Gleick, 1989).

### **Le rivoluzioni alle porte**

Thomas Kuhn ha ampiamente dimostrato (1979) che, di fronte allo scricchiolare dei paradigmi scientifici, gli studiosi corrono a puntellarne l'architettura con eccezioni, irrigidimenti e postille. Gli psicologi vivono la paradossalmente fortunata condizione di abitare teorie a-paradigmatiche. Non devono temere di veder "morire" i paradigmi ma, al contrario, sanno che una teoria è "vera" solo se utile (Selvini Palazzoli et al., 1975), che i dubbi muovono verso il cambiamento e che, quindi, *la psicologia deve continuamente morire per essere sempre viva*. Ma è davvero così? Siamo veramente sensibili e desiderosi di evoluzioni teoriche? O viviamo ancora di appartenenze?

Quali sono, quindi, le rivoluzioni alle porte e le sfide per i prossimi anni? L'approccio sistemico, come sappiamo, ha fortemente incrinato le monolitiche epistemologie lineari descrivendo mondi complessi, non lineari, liquidi. Ma così facendo ha anche iniziato, secondo me, a temere ogni relazione di causa-effetto. Innamorandoci troppo di parole come "complessità", "non-linearità" e "co-costruzione" rischiamo oggi di non comprendere le evoluzioni scientifiche, di perdere il suono della nostra epoca. Prendiamo ad esempio la Teoria del Caos. In essa si parla di sistemi «che esibiscono una sensibilità esponenziale rispetto alle condizioni iniziali» (Ott, 1981, p. 15). Il classico esempio è quello del fumo che esce da un fiammifero appena acceso: determinate tutte le condizioni di partenza, è comunque impossibile prevedere la traiettoria del fumo perché esso è estremamente sensibile ad ogni micro variazione del contesto. Prigogine (2008) sostiene che la realtà non segue strettamente il modello dell'orologio, prevedibile e determinato, ma ha aspetti caotici entro i quali l'instabilità o l'imprevedibilità sono la norma: un esempio tipico è il clima. I processi della realtà dipendono da un enorme insieme di circostanze incerte che fanno sì, ad esempio, che qualunque piccola variazione in un punto del pianeta, generi nei prossimi giorni o settimane un effetto considerevole nell'altra estremità della terra.

Si tratta di sistemi che mostrano un'empirica casualità ma che seguono – ed è possibile dimostrarlo – leggi deterministiche. Certo, il fumo di un fiammifero acceso, il clima, persino il mercato finanziario, non sono paragonabili ai sistemi familiari ma non lo sono in ordine alle

metodologie da usare e non alle leggi agite. Possiamo considerare, per esempio, la crisi familiare alla stregua di un “attrattore strano” (Lorenz, 1963). Come i sistemi ordinati tendono a essere attratti da “punti fissi” (per esempio, il pendolo, se non alimentato, finirà la sua corsa in uno stato di quiete) anche i sistemi complessi tendono a convergere verso particolari regioni dello spazio dove avvengono i fenomeni caotici.

Il concetto di attrattore strano è già presente in diverse sperimentazioni in campo psicologico. Un esempio emblematico che possiamo citare è tratto dal lavoro della psicologa Elena Liotta (1993) la quale, per monitorare l'andamento dei suoi pazienti, utilizzava il *gioco della sabbia* che consiste nel chiedere al paziente di disporre oggetti e tracciare forme su un tavolo di sabbia inizialmente omogeneo. Con questa metodologia è stata raccolta una notevole quantità di materiale (fotografie). Il materiale ha dimostrato in modo molto emblematico come le persone procedessero attraverso una dinamica di costruzione della composizione e delle forme che si ripeteva in modo simile in diverse sedute. Essi rispondevano ad una sorta di *attrattore psichico interno* che guidava le loro costruzioni e cambiava forma con il procedere della terapia. Espresso in termini semplici, la psicologa si era dotata di un ulteriore strumento per monitorare i cambiamenti nell'attrattore durante le terapie (Annunziato, 1998).

È difficile non intravedere in queste teorie ulteriori potenzialità per gli studi sulle fasi di ciclo vitale della famiglia della famiglia, o sull'eziopatogenesi delle psicosi. Dobbiamo avere il coraggio di sviluppare i nostri studi per ricercare ogni possibile “regolarità” all'interno di caotiche complessità, come sta avvenendo in altri campi scientifici.

Il rischio, altrimenti, è quello di rinunciare alla ricerca e di preferire i dibattiti teorici esclusivamente basati sulle proprie casistiche. Le frasi come “in base alla mia esperienza clinica...” dovrebbero essere bandite dai convegni. Il rischio è quello di vivere di luce riflessa, dei dati che provengono dalle neuroscienze, dalla psichiatria (ultimamente non in gran forma, a dir la verità), dall'economia. Il rischio è quello di confondere determinismo con prevedibilità. Per esempio, i modi in cui una famiglia si riorganizzerà intorno alla crisi sono finiti e determinati dalle condizioni iniziali più le condizioni di contorno (gli “ingressi”). Solo che queste traiettorie sono talmente sensibili agli ingressi da risultare imprevedibili. Imprevedibili, non insondabili.

Ciò che si vuole sostenere non è la rinuncia alla non-linearità ma, semmai, la spinta a cercare una *nuova teoria della misurazione*. È passato un secolo da quando Poincaré ha dimostrato che la linearità e la razionalità erano dei casi particolari del caos e dell'irrazionale (Folina, 1992). Eppure quando andiamo a misurare il caos, il sistema dinamico, riportiamo il tutto a una somma analitica di linearità (la trasformata di Fourier è ancora il metodo principale per calcolare le frequenze). Euclide costruì con le forme classiche (linee e piani, cerchi e sfere, triangoli e con) una geometria durata

due millenni, la geometria maggiormente conosciuta ancora oggi. Quelle forme rappresentano una forte astrazione della realtà e ispirarono la potente filosofia platonica dell'armonia. Gli artisti trovano in tali forme una bellezza ideale, gli astronomi tolemaici costruirono su di esse una teoria dell'universo. Ma per la comprensione della complessità, esse risultano essere il tipo di astrazione sbagliato. Le nuvole non sono sfere, amava dire Mandelbrot, un matematico precursore della teoria dei frattali (2001). Le montagne non sono coni. Il fulmine non si propaga in linea retta. La nuova geometria riflette un universo che è irregolare, non arrotondato: scabro, non liscio. È una geometria del bucherellato, butterato e rotto, del contorto, aggrovigliato e intrecciato. Per comprendere la complessità della natura è necessario che prenda forma il sospetto che il caos non è solo qualcosa di casuale, accidentale. I buchi e i grovigli non sono solo imperfezioni che distorcono le forme classiche della geometria euclidea. Sono le chiavi dell'essenza di una cosa.

*How Long is the Coast of Britain? (Quanto è lunga la costa della Gran Bretagna?)* si chiese Mandelbrot (1967) in un articolo fondamentale per il pensiero moderno. Perché la risposta "vera" è: infinita. Quando si misura una frastagliata costa bisogna decidere di arrotondare: il compasso salta le curve e le svolte più piccole di un metro, ma il topografo scrive comunque le distanze come le ha misurate. E anche se il compasso viene chiuso di  $1/2$  o  $1/3$  si dovrà ugualmente arrotondare. Mandelbrot trovò che, man mano che la scala della misurazione diminuisce, la lunghezza della costa aumenta senza limite, poiché baie e penisole rilevano innumerevoli sotto-baie e sotto-penisole, almeno fino alla scala atomica, dove il processo finalmente ha termine. Forse!

La dimensione, in altre parole, è una qualità con una vita molto più ricca di quello che pensavamo. Qual è, dunque, la dimensione di un gomitolo di spago? Mandelbrot risponderebbe: "dipende dal vostro punto di vista", e descrisse una quarta dimensione che chiamò, appunto, dimensione *frattale* (dal latino *frangere*, rompere). Gli oggetti possono essere misurati in questa quarta dimensione così come per la lunghezza, larghezza e altezza.

I suoi studi di strutture irregolari in processi naturali e la sua esplorazione di forme infinitamente complesse avevano un'intersezione intellettuale: una qualità di *autosomiglianza* (frattale significa, soprattutto, simile a sé). L'autosomiglianza, o "omotetia interna" è una simmetria ad un'altra. È la tendenza a riverberare le stesse forme. Essa implica la ricorsione, una struttura all'interno di una struttura.

Queste, come tante altre novità sul piano logico e matematico, mostrano – a parere di chi scrive – numerosi punti di sovrapposizione con l'opera di Matte Blanco (2000) e, soprattutto, con la sua descrizione del sistema inconscio. In un insieme infinito il tutto e la parte hanno lo stesso numero cardinale. Per Matte Blanco i sistemi infiniti e i sistemi inconsci adottano le stesse leggi logico-formali. Lo spunto per questa analogia è dato dal fatto che l'inconscio stabilisce l'identità fra il tutto

e la parte. Mostra, potremmo dire, un'invarianza di scala, un frattale costante. Tale ipotesi fornirebbe una base di maggiore comprensibilità a tesi come quella della misurabilità dei processi inconsci.

Allargando il discorso, potremmo sostenere che tutti i sistemi biologici e psicologici, indipendentemente dalla loro scala, mostrano ricorsività misurabili. Prendiamo, ad esempio, un'azienda. In essa troviamo dipendenti, strutture organizzative, regole implicite ed esplicite, rapporti interni (fra i dipendenti) ed esterni (con clienti e fornitori). Questa azienda è paragonabile al modello dei sistemi infiniti di Matte Blanco (il "modello a bolle") e la mappa delle relazioni potrebbe essere paragonabile alle mappe studiate da Mandelbrot. Se analizzassimo alcune dinamiche (per es. la tendenza all'invischiamento vs. rigidità delle relazioni) potremmo imbatterci in una mappa ricorsiva in cui lo stesso pattern si riverbera, *mutatis mutandis*, a diverse scale, dalla macro-struttura dell'azienda alle dinamiche del singolo ufficio, fino a superare le barriere individuali e rintracciare pattern simili anche fra le istanze interne, le diverse "voci interne" dei singoli dipendenti. L'obiettivo, quindi, di una nuova teoria della misurazione non sarebbe quello di riscontrare i pattern ma la loro ricorsività, la loro invarianza di scala.

### **Conclusioni**

Al di là delle suggestioni e degli accostamenti disciplinari (certamente un po' *naïf*) chi si ferma a ragionare sulla psicoterapia contemporanea non può fare a meno di farsi alcune domande: quali sono i vincoli che ci auto-creiamo? Se è vero che psicoterapia è (fra le varie cose) liberazione, come possiamo contribuire a liberare la psicoterapia? Le risposte potrebbero essere molte ma una è ineludibile: con il pensiero non-ortodosso, trasversale.

Le più importanti novità teoriche vengono dalle figure di confine, da matematici che facevano i fisici, da chimici che facevano i biologi, da antropologi che facevano gli psicologi. Oppure vengono dalle collaborazioni, dai laboratori multidisciplinari. Se questo è vero, è nella sovrapposizione con la matematica, la fisica o la biologia che semineremo le prossime trasformazioni.

### **Riferimenti bibliografici**

- Annunziato, M. (1998). Caos, Complessità ed Auto-Organizzazione. Energia, Ambiente e Innovazione, 5, 57-69.
- Boscolo, L. e Bertrando, P. (1996). Terapia sistemica individuale. Raffaello Cortina, Milano.
- Cancrini, L. e Vinci, G. (2013). Conversazioni sulla psicoterapia. Alpes Italia, Roma.
- Davis, M. e Troupe, Q. (2010). Miles. L'autobiografia. Minimum Fax, Roma.
- Folina, J. (1992). Poincare and the Philosophy of Mathematics. Macmillan, New York

- Gell-Mann, M. (1995). *The Quark and the Jaguar: Adventures in the Simple and the Complex*. St. Martin's Griffin, New York.
- Gergen, K. J. (1991). *The Saturated Self: Dilemmas of identity in contemporary life*. Basic Books, New York.
- Kuhn, T. S. (1979). *La struttura delle rivoluzioni scientifiche*. Einaudi, Torino.
- Liotta, E. (1993). *Caos, Frattali e Gioco della Sabbia: mente/corpo e geometria dell'individuazione*, *Rivista di Psicologia Analitica*, 47.
- Lorenz, E. N. (1963): *Deterministic Nonperiodic Flow*. *J. Atmos. Sci.*, 20, 130–141.
- Lyotard, J. F. (1981). *La condizione postmoderna. Rapporto sul sapere*. Feltrinelli, Milano.
- Mandelbrot, B. (1967). *How Long Is the Coast of Britain? Statistical Self-Similarity and Fractional Dimension*. *Science*, 156 (3775), pp. 636-638.
- Mandelbrot, B. (2001). *Nel mondo dei frattali*. Di Renzo Editore, Roma.
- Matte Blanco, I. (2000). *L'inconscio come insiemi infiniti: saggio sulla bi-logica*. Einaudi, Torino.
- Morin, E. (1993). *Introduzione al pensiero complesso*. Sperling & Kupfer, Milano.
- Ott. E. (1981). *Strange attractors and chaotic motions of dynamical systems*. (<http://users-phys.au.dk/fogedby/chaos/Ott81.pdf>, URL consultato in data 03 settembre 2013).
- Prigogine, I. (2008). *Le leggi del caos*. Laterza, Roma-Bari.
- Schafer, R. (1976). *A new language for psychoanalysis*. Yale University Press, New Haven.
- Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. e Prata, G. (1975). *Paradosso e controparadosso. Un nuovo modello nella terapia della famiglia a transazione schizofrenica*. Feltrinelli, Milano.
- Truffaut, F. (2009). *Il cinema secondo Hitchcock*. Il Saggiatore, Milano.
- Vattimo, G. (1981). *Introduzione a Heidegger*. Laterza, Roma-Bari.
- Gleick, J. (1989). *Caos. La nascita di una nuova scienza*. Rizzoli, Milano.