

I MOMENTI COSTITUENTI DEL PROCESSO TERAPEUTICO

*Devo guardare il mondo con un'altra ottica, un'altra logica,
altri metodi di conoscenza e di verifica.
Le immagini di leggerezza che io cerco
non devono lasciarsi dissolvere come sogni
dalla realtà del presente e del futuro.*

Italo Calvino

La corrispondenza tra le leggi della natura e l'organizzazione psichica.

Il punto di vista che io utilizzerò, riguarda l'analisi delle similarità tra:

- Le conoscenze attuali delle leggi della natura studiate dalla fisica ed elaborate nel linguaggio della matematica, e
- Le conoscenze acquisite durante il lavoro clinico ed elaborate seguendo le concettualizzazioni teoriche della psicoanalisi,

allo scopo di focalizzare, ripensare, modulare e monitorare nuovi modelli interpretativi dei processi psichici.

Questo lavoro è già stato svolto dalla biologia che ha radicalmente modificato le sue conoscenze dando un notevole impulso allo sviluppo scientifico, quando ha introdotto parametri interpretativi dell'organizzazione biologica che derivavano:

- Dalle matematiche non lineari (John Maynard Smith: **Shaping Life.** Genes, Embryons and Evolution, London,1998).
- Dalla meccanica quantistica (Johnjoe McFadden: **Quantum Evolution.** The New Science of Life, London, 2000).

Nell'ultima decade, sulla scia dei lavori di successo del fisico inglese Roger Penrose (The Emperor's New Mind, Shadows of the Mind ed in particolare l'ultimo: The Small, the Large and the Human Mind) molte ricerche e molti libri sono stati dedicati al rapporto Mente-Materia, al continuum tra Natura e Psiche, alla permeazione del microcosmo nel macrocosmo, peraltro descritto molto bene recentemente da Martin Rees (**Just Six Numbers**, The Deep

Forces that Shape the Universe, London, 1999) seguendo la rappresentazione mitografica dell' Ouraborus (si veda anche il denso lavoro antropologico: **The Cosmic Serpent**. DNA and the Origins of Knowledge, J. Narby, 1998).

L'errore ed il rischio più significativo degli studi sul trasferimento di conoscenze da una campo scientifico ad un altro è stata la non chiarezza paradigmatica per cui spesso delle concettualizzazioni ben formulate all'interno di un certo tipo di discorso scientifico, come ad esempio quello della fisica, sono state estrapolate, introdotte ed applicate in altri contesti, compreso quello psicoanalitico, in modo arbitrario, utilizzando delle similarità, o parti di similarità, esclusivamente con modalità proprie del canone metaforico.

La struttura funzionale della similarità, (**similia**, concetto elaborato per la prima volta in modo esaustivo da Empedocle nei suoi **ΦΥΣΙΚΑ**, autore amato e ripetutamente citato dai moderni, tra cui Freud, ma osteggiato e deriso da Aristotele) è basata su tre canoni fondamentali, quelli della metafora, dell'analogia e della corrispondenza (sul modello di **The meaning of the meaning** di C. K. Ogden e I. A. Richards, 1923).

Il simile, l'unità elementare di comparazione, si presenta in ognuno di questi canoni con caratteristiche sue proprie, ma che formano un continuum che va dalle similitudini più stravangati di una metafora poetica (*il gran padellon del cielo*: metafora della luna, che nasce dalla evidente condivisione della forma sferica della luna con una padella) alle più complesse organizzazioni del Principio di Corrispondenza di Bohr, da cui è nata la meccanica quantistica.

Per **corrispondenza (Consilience**: The Unity of Knowledge, E. Wilson, London, 1999) si intende la presenza di strutture simili che attivano il continuo intreccio tra le parti di un processo o i movimenti, la dinamica, in un sistema complesso auto-organizzante e adattativo. L'utilità inalienabile della corrispondenza nasce dal fatto che le diverse discipline, essendosi sviluppate in modo eterogeneo durante il corso del tempo, hanno costruito apparati scientifici interpretativi assai diversi, dominati però tutti dal ritrovare o scoprire modelli e regolarità della natura, per cui fenomeni molto differenti tra di loro possono essere riportati sotto categorie e leggi comuni a diverse discipline. L'universalità delle leggi della natura è al centro delle moderne costruzioni interpretative della realtà, tendenti a "*comprendere l'affascinante*

varietà della natura in modo unificato” (S. Weinberg, *Le scienze*, XII 1999, pg. 48).

Identificare, codificare e definire corrispondenze significa allora poter porre le basi per l'utilizzazione di modelli matematici capaci di misurare le complesse interazioni della mente. Ma l'idea di misurare l'attività psichica fa inalberare molte persone, specialmente nel campo *delle psicoanalisi*. Introdurre l'idea di misurare non implica però un'alterazione del setting, del contatto inter-personale, del transfert, dell'elaborazione e della costruzione interpretativa. L'intima e vitale relazione tra due persone portatrici di un sapere diverso da interiorizzare ed integrare resta *l'a priori* di ogni esperienza terapeutica.

Ma per misurare è necessario individuare delle variabili, costruire scale a intervalli discreti lungo un processo evolutivo deterministico, introdurre in una griglia ed elaborare dei modelli interpretativi costruiti con l'aiuto della matematica. Con questi elementi è possibile costruire uno strumento capace di mostrare, in ogni suo dettaglio quanto nella sua interezza, il processo evolutivo del cambiamento. Fino ad ora lo 'scambio scientifico' era stato lasciato alla narrazione soggettiva, troppo spesso 'ripetizione' del pensiero di una scuola. Dotarsi di nuovi strumenti significa introdurre elementi di analisi *a posteriori* che innescano feedbacks e loops che arricchiscono quel pensare psicoanalitico che si modella, nel corso del tempo, come un frattale (A. Ferrari: *L'alba del pensiero*). Il mio lavoro è alla ricerca di queste corrispondenze tra varie discipline della natura, seguendo quanto scrissero Freud e Skinner, indipendentemente, ma contemporaneamente nel 1937: *Psychology too is natural science*: anche la psicologia è una scienza naturale.

Come piattaforma di ricerca sono stati individuati sette momenti quali elementi costituenti ogni processo terapeutico, indipendentemente dalla cornice teorica di riferimento. Essi sono stati disposti criticamente lungo un continuum temporale indeterminato riassumibile nella seguente ipotesi:

$$\text{psicoterapia } \psi = \mathbf{c} + \frac{x + y + z}{\pi} + \mathbf{r} \rightarrow \varepsilon$$

1) - c - Il contatto

E' universalmente riconosciuta, nell'ambito delle psicoterapie, l'importanza del primo contatto, della prima seduta, delle prime parole della seduta quale rappresentazione – densa – dei significati che si caratterizzeranno durante il lavoro terapeutico. Dato che il mio punto di vista è quella della corrispondenza tra le leggi della natura e l'organizzazione psichica, e dato che la natura, gli esseri viventi e la psiche umana sono dei sistemi dinamici complessi, essi presentano delle corrispondenze. Per *sistema dinamico complesso* intendo *un flusso, che cambia nel tempo, di variabili interattive e ricorsive*, vale a dire che sono generate dalle variabili precedenti, *prodotto da leggi semplici*.

Seguendo una delle leggi universali fondamentali, quella dell'invarianza di scala, possiamo considerare questa densità originaria come un sistema dinamico complesso che contiene quindi tanto le possibili variabili che determineranno l'evoluzione quanto le strutture preposte al controllo di tale evoluzione. Ovviamente, anche se ogni scienza si presenta con una configurazione propria, le proprietà sono identiche. Così, studiando le varie configurazioni, ad esempio: da dove origina questa densità?, possiamo costruire mutuandole, delle caratteristiche operative che ci possono aiutare nella decodificazione/interpretazione della molteplicità delle informazioni contenute nella densità del primo istante. Di esempi ne abbiamo tanti: nella cosmologia il Big Bang, nella biologia le leggi di Mendel e le moderne configurazioni, in psicoanalisi F. Dolto descrive il primo impatto del bambino sui fantasmi genitoriali e dei presenti al parto.

Un secondo aspetto, che sembra opposto al primo dove tutto appare ben determinato, è il concetto base *della dipendenza dalle condizioni iniziali*. Esso dice infatti che, non potendo conoscere pienamente la situazione iniziale, ogni esito è imprevedibile in quanto, un qualsiasi pur minimo dettaglio può modificare nel corso del tempo l'intera evoluzione del sistema. Praticamente, se il primo principio ci dice che tutto è contenuto nella densità originaria, il secondo ci dice che, dato che non possiamo conoscere nei dettagli tutto il sistema, l'esito è imprevedibile. Questo può richiamarci al noto concetto di Bion che la psicoanalisi/psicoterapia deve essere *senza desiderio né memoria*.

Pertanto nostro compito nel contesto del **contatto**, grazie alle leggi universali dell'invarianza di scala, dell'auto-somiglianza e della non-linearità, consiste nel riconoscere le strutture (resistenze, difese, ansie, funzionalità dell'io, intensità delle pulsioni, ecc.) o i vettori (attaccamento-evitamento, adattabilità-rigidità, autonomia-inibizione, ecc.) attraverso cui mappare l'organizzazione psichica del soggetto per poter poi monitorare i movimenti deterministici, nonché le traiettorie (modalità) stabili di un comportamento, differenziandoli da quelli stocastici, ossia puramente casuali.

La predicibilità di una psicoterapia che scaturisce dal primo contatto, non deve basarsi quindi sui contenuti emozionali o simbolici (elementi questi che fanno parte dell'empatia entropica del sistema in funzione della costruzione del legame relazionale) quanto sul modello rappresentativo che il terapeuta costruisce nella sua mente-pensiero. Questo modello si svelerà, passo per passo, nelle interazioni che avverranno nel corso del tempo.

2) - x - Il setting

Continuando il nostro percorso sulle interfacce tra gli aspetti mentali e la realtà fisica, il setting rappresenta, in quanto autentica espressione della *ricorsività* (= una *costante spaziale* che si attiva lungo *distanze costanti* nel tempo) il momento per eccellenza della similarità tra mente e natura. Infatti, per qualsiasi processo che intende essere studiato con una metodologia scientifica di tipo positivista,

(secondo Locke, 1998, esistono quattro tipi di approccio scientifico:

positivista, interpretativo, critico e post-moderno;

e tutti 4 rispondono alle stesse domande:

- 1- qual è l'area da indagare?*
- 2- qual è l'assunto di base?*
- 3- su che cosa si basano i dati?*
- 4- come è condotta l'osservazione?*
- 5- che cosa produce l'indagine?*
- 6- qual è l'interesse che inerente all'indagine?*
- 7- che tipo di valutazione scaturisce dall'indagine?)*

la realtà è per sé unitaria e può essere indagata solo attraverso *l'analisi empirica*.

Essa è disciplinata da osservazioni senso-percettive, rilevabili seguendo la logica della misurazione, da cui si deducono poi delle leggi generali, quali spiegazioni di un fenomeno, da cui è possibile indurre predizioni probabilistiche e controlli. L'errore di una predizione è la sorgente di una nuova indagine. Per poter effettuare delle misurazioni sono necessari strumenti i cui valori devono restare costanti nello spazio e nel tempo, cioè nel contesto o setting.

Vediamo alcuni dei punti che caratterizzano la similarità – e quindi rendono possibile una misurazione – tra attività della mente e della natura in quanto entrambe sono *dinamiche*, ovvero organizzazioni che cambiano *over time*:

le regole, attraverso cui un qualsiasi sistema dinamico complesso si evolve, sono estremamente semplici (*come le regole del setting*);

- un sistema si evolve, si auto-organizza, attraverso una paradossale combinazione di casualità (*es. le libere associazioni*) e strutture già inerenti nel sistema (*es. le organizzazioni patologiche*);
- ogni sistema dinamico è un processo evolutivo lungo percorsi – mappe logistiche – fatte di iterazioni (*cose che si ripetono*) e biforcazioni (*momenti critici*) e che apprende attraverso l'oscillazione tra ordine e caos;
- ogni sistema ricorsivo, per quanto erratico possa sembrare, contiene una configurazione stabile, o attrattore strano e, di conseguenza, ogni esperienza o significato ritorna.

Questi ed altri aspetti ci permettono di considerare il contesto/setting in cui una relazione si svolge come uno degli elementi strutturali, quindi inalienabile e costituente, del processo terapeutico, paragonabile alla membrana di una cellula. Qualsiasi possa essere la cellula, sempre ci sarà una membrana che la delimita come elemento vitale costituente un organismo. Così, qualsiasi possa essere il tipo di approccio terapeutico, sempre ci deve essere un setting che delimita le interazioni che si succedono *over time*, permettendo la ricerca ed il riconoscimento delle singolarità che costruiscono un senso, cioè la direzione ed il significato di un'esistenza.

3) - y - Il transfert

Il transfert rappresenta il passaggio di un elemento o configurazione di elementi da una situazione ad un'altra nello spazio-tempo. Temporalmente un affetto, vissuto nel passato, viene riattivato e riprodotto, identico, in modo vivissimo, nel presente; spazialmente, lo stesso affetto viene riattivato e riprodotto nell'altro che ci sta accanto. Questa riproducibilità è il primo aspetto della nostra indagine. Nella scienza sperimentale, positiva, affinché un fenomeno sia considerato scientifico, deve essere riproducibile e tutta la metodologia scientifica non è altro che l'insieme delle condizioni condivise che permettono la riproducibilità di un fenomeno. Solo un fenomeno riprodotto può considerarsi scientificamente validato e solo una metodologia condivisa, capace di riprodurre quel fenomeno, è considerata scientifica.

Le nuove indicazioni della scienza della non-linearità e della complessità puntano però, a differenza della scienza classica, non più ad una riproducibilità del dettaglio, ma *“all'identificare parametri statistici – che offrono cioè predizioni probabilistiche, non esatte, - che siano più o meno gli stessi per tutti gli eventi della stessa classe, ovvero riproducibili”* (Le scienze, n.389, gen. 2001, pg. 13-14). Nella scienza attuale *“non si tratta di studiare un sistema singolo, ma un insieme di sistemi che differiscono nella realizzazione del disordine – vale a dire: serve poco studiare il lavoro di un singolo terapeuta, mentre è molto utile studiare il lavoro di tutta una classe di terapeuti – in quanto ogni singolo sistema è diverso con condizioni iniziali leggermente differenti”*.

Un singolo sistema terapeuta-paziente è un classico sistema disordinato e complesso:

- è disordinato in quanto non è controllabile, ma si impone attraverso una serie di eventi casuali, che sono: *“eventi imprevedibili che fissano le condizioni rispetto alle quali poi ci dobbiamo muovere o di cui non riusciamo a farci una ragione razionale”*;
- è complesso in quanto: *“può avere molti tipi di comportamenti”*.

Il cervello è un sistema complesso ed altamente disordinato perché offre una possibilità impensabile d'imprevedibili stati mentali.

La mente di ogni singola persona si è formata attraverso l'apprendimento casuale sia dal mondo esterno che dal DNA e continua ad apprendere dal mondo esterno in modo casuale. Quando entra in interazione con un altro sistema mente, *“il cervello si adatta ad informazioni disordinate rimodellandosi”*.

Il transfert rappresenta la più concreta e corretta applicazione di tale principio: più è terapeutico, più la mente del paziente percepisce (feeling, sentire) di aver rimodellato la mente del terapeuta; qualcosa è stato trasferito dal paziente al terapeuta e ri-trasferito (contro-trasferito?) dal terapeuta al paziente. Due sistemi singoli interagenti si sono rimodellati. Tale proprietà, o parametro, è riprodotto ogni qualvolta due sistemi singoli interagiscono secondo condizioni determinate, che abbiamo chiamato *Setting*.

4) - z - L'interpretazione

L'interpretazione è sempre stata al centro del processo di cambiamento dalle origini della psicoanalisi e della psicoterapia. L'interpretazione divenne poi 'mutativa' come per sottolineare l'inalienabilità dell'interpretazione nel processo di cambiamento, prima che l'accento sui fattori terapeutici rilanciasse l'importanza degli altri momenti costituenti come parte integrante del cambiamento.

Nella storia della terapia s'interpretarono via via i sogni, i contenuti simbolici, le resistenze, le difese, i lapsus, le contraddizioni, i silenzi, le posture. Inizialmente si pensava che ad una singola espressione corrispondesse una singola interpretazione, un po' come si pensava che ad un gene corrispondesse una singola malattia. Oggi nessuno crede più a ciò.

L'interpretazione di un evento, di un lapsus, di un sogno nasce dall'intero triadico: interazione-paziente-terapeuta. L'esperienza ci ha insegnato che di un contenuto narrativo od emozionale o simbolico ci sono diverse interpretazioni e la comprensione che precede l'insight interpretativo si organizza, sempre over time, attorno ad un nucleo strettamente dipendente:

1. dall'oggettività (soggettiva) del paziente,

2. dalla soggettività del terapeuta con la sua personalità, i vissuti e le percezioni controtransferali, la sua organizzazione cognitiva, il suo background socio-culturale,
3. nonché l'insieme delle configurazioni storiche della socialità e della cultura, degli eventi topici o prototopici di quel momento, degli accadimenti politici e naturali che, in particolare questi ultimi, si caratterizzano sulla ricorsività discreta o continua del fluire del tempo.

Pertanto il nucleo dell'interpretazione si costruisce nella relazione transferale, ossia nella globalità della comunicazione conscia ed inconscia che si snoda tra due persone, quale parte dell'intero. Al di fuori di questa tridimensionalità, in realtà una multidimensionalità tendenzialmente infinita, non esiste la possibilità di un'interpretazione che vuole essere finalizzata a quel particolare cambiamento o a quella singolarità interiore che sgorga solo dall'intimità relazionale. Le altre interpretazioni suonano intellettualizzazioni o razionalizzazioni di fenomeni presunti comuni, ma come tali parti più della psicologia sociale, se non della sociologia.

Ma che cosa ci aspettiamo oggi dall'interpretazione? Che cosa ci mostrano le scienze naturali, che basano gran parte della loro fortunata comprensione dei fenomeni sull'interpretazione dell'interazione dei singoli elementi, prima che il fenomeno osservato venga ripetuto e diventi scienza, oggettiva o probabilistica, ossia fenomeno che si ripete date determinate premesse?

Se noi prendiamo esempio dalla genetica, che è esplosa negli ultimi mesi con l'interpretazione della struttura dell'organizzazione dei geni dell'uomo e di alcuni dei suoi meccanismi, l'interpretazione dei contenuti affettivi e del significato dei messaggi della vita psichica presenta delle similarità significative che avvicinano sempre più l'organizzazione psichica a quella della materia. Da qui ne deriva che l'interpretazione terapeutica dovrebbe ora rivolgersi non tanto ai noumeni del significato, come più o meno si è sempre fatto fino ad ora, ma alle strutture o sottostrutture dell'organizzazione psichica, alle loro traiettorie evolutive lungo il tempo, alle forme espressive del gioco interattivo che si snoda tra soggetto-oggetto-ambiente.

Vediamo, un poco più nei dettagli, alcune caratteristiche dell'organizzazione psichica che dovranno entrare tra gli elementi dell'interpretazione:

- Le strutture (ansie, paure, modi di essere, affetti, funzioni del pensiero, ecc.) si regolano reciprocamente;
- Ci sono meccanismi (probabilmente più innati che appresi) di correzione degli errori che permettono un adeguato funzionamento delle facoltà e potenzialità evolutive anche in situazioni precarie;
- Ci sono strumenti, acquisiti via evoluzione, di riparazione dei danni subiti la cui funzionalità è strettamente dipendente dall'ambiente in cui si sviluppano;
- Il sistema dinamico filo-ontogenetico che sta alla base dei processi mentali è stabile e, come tale, può generare una molteplicità di strutture differenti;
- Ogni nuova innovazione o impostazione percettiva o volitiva o affettiva avviene per processi caotici attorno a catalizzatori primordiali.

Questi e molti altri 'meccanismi' della mente sono in attesa di una traduzione in termini psicologici; la teoria stimola l'osservazione quotidiana.

5) - π - La costante del processo terapeutico

È giunto il momento di riprendere in oggetto la parte centrale della nostra equazione/ipotesi di partenza:

$$\frac{x + y + z}{\pi}$$

dove x sta per setting, y per transfert e z per interpretazione; e π ? Qual'è la costante che sta sotto i tre momenti interconnessi della psicoterapia?

Nella nostra ipotesi introduttiva avevamo parlato di una *restituzione dell'identità* e della *corrispondenza delle identità di somiglianza e complementarità*. Se nel setting la caratteristica specifica è la **ri** – corsività, nel transfert la **ri** – petizione, nell'interpretazione la **ri** – elaborazione, questa **ri** (il prefisso **re**) sembra essere la caratteristica, il comune denominatore di questa formula algebrica.

Poiché la psicoterapia è prima di tutto una terapia della parola e la dimensione linguistica è implicita in ogni intervento, inizio con un breve excursus linguistico. Il prefisso **ri** (**re**) denota: ripetizione, ritorno ad una fase antecedente, retroazione, cioè un pensare - ed un agire pensato - che propone,

sempre di nuovo, il passato che sta cambiando nel presente e condiziona l'evolversi del futuro. C'è anche, in questo prefisso, un valore intensivo, un richiamo a quella fase antecedente che si perpetua nel presente. Chiamerò pertanto r la nostra costante, provvisoriamente indicata con π , la costante per eccellenza, ed ipotizzo che essa diventi l'elemento che riassume, caratterizza e rappresenta compiutamente il processo terapeutico.

Ma a che cosa rimanda r affinché non sia una tautologia assiomatica, ma quella corrispondenza delle identità di somiglianza e complementarità? Ovvero, qual'è il suo fondamento ontologico? Un'entità che prende corpo nel quotidiano o una qualità della mente? Parto dall'esperienza clinica per vedere su che cosa lavorare. Durante una seduta di terapia con un paziente affetto da un grave disturbo funzionale intestinale, il paziente fa la seguente affermazione: *'basta un niente, inaspettato ed impercettibile, e posso passare da uno stato di benessere ad uno di dolore'*. Che cosa è questo *'un niente'*?

Un Niente è una quantità, un qualcosa che esiste, ma che è impercettibile, un infinitamente piccolo ed un infinitamente veloce. Secondo l'opinione del Nobel per la fisica quantistica J.A. Wheeler (*Scientific American*, February 2001, *100 years of quantum mysteries*), un neurone può creare una de-coerenza, cioè cambiare una situazione, in un tempo di circa 10 alla - 20 di secondo; un autentico attimo fuggente. Tutto questo ci porta però nel cuore di una delle più attuali proposte elaborate dalla scienza moderna, la teoria dei quanti ed uno dei suoi più affascinanti misteri: la de-coerenza della superposizione.

Sappiamo quanta bizzarra sia questa teoria, ma anche quale potenza dimostrativa porta in sé e quanto, dal mio punto di vista, ma mi sembra di essere in buona compagnia, questa teoria si avvicini ed implichi alcuni processi mentali. Giorni or sono un paziente che da anni si dibatte in una lunga estenuante riorganizzazione di sé mi dice: *'Ah, se potessi tornare al futuro!'* Mi rendo conto dell'importanza di quest'affermazione illogica e bizzarra, ma quando poco dopo gli faccio notare l'incongruenza, si scusa dicendo che voleva dire passato. *'No gli dico, volevi proprio dire futuro; volevi tornare in contatto con il tuo futuro, così come lo pensavi vivevi e desideravi prima che ti perdessi lungo la strada!'* Un'incongruenza logico-linguistica ha

creato una de-coerenza, una rottura, un cambiamento nella posizione dominante nella mente del paziente.

Splitting reality, realtà spaccata, è il nome della branca più attuale ed accreditata della teoria quantistica per cui l'interpretazione di un fenomeno dipende dall'osservatore. A parte il nome, che già di per sé connota importanti fenomeni psichici, Wheeler dice: *dividiamo l'universo in tre parti; l'oggetto in considerazione* (ovvero il nostro cliente), *l'ambiente* (ovvero il contesto del lavoro terapeutico) e *l'osservatore o soggetto* (ovvero il terapeuta). *Di ognuna di queste tre parti consideriamo sia la loro dinamica interna, sia le loro interazioni.*

Poichè nel momento che un soggetto nella posizione di osservante, con la sue dinamiche coerenti con la sua identità, entra in contatto con un oggetto, con le sue dinamiche coerenti con la sua identità, che si trova su di una posizione bloccata, nei due casi citati – semplificando – la paura della perdita del benessere o la paura della perdita del proprio futuro, si crea un'interazione, vale a dire si rompe il segreto di una posizione, cioè si determina una de-coerenza. Nel nostro secondo esempio, l'illogica affermazione *tornare al futuro*, è il precipitato, l'apparire, il risultato di ciò che resta e continuerà a restare invisibilmente simile e complementare dentro due identità. Scrive Wheeler: *la de-coerenza dei nostri neuroni è inevitabile ed essenzialmente istantanea.*

Che cosa è essenziale quindi al processo terapeutico? Che due persone, che presentano similarità e complementarità nelle proprie identità s'incontrino (c) ripetutamente (r – ricorsività e retroattività) per un numero illimitato o non programmato (n) di volte in modo da produrre delle de-coerenze (rotture delle posizioni statiche difensive o dell'equilibrio) che portano l'oggetto, esplicitamente, ed il soggetto, implicitamente, su posizioni nuove, anche se solo microscopicamente diverse. Saranno queste piccole variazioni che, nel tempo, produrranno quei cambiamenti che continuano a restare invisibili lungo il percorso. Come per Dante o Ulisse, l'esito del viaggio sarà certo solo alla fine; la bellezza e drammaticità stanno in ogni singola de-coerenza.

In sintesi, allo stato attuale possiamo pertanto ipotizzare che l'equazione che descrive il processo terapeutico possa essere così scritta:

$$\psi = \mathbf{c} \mathbf{r}^n$$

dove ψ sta per psicoterapia, c per contatto, r per ripetizione ed n per un numero di volte sufficiente a rompere l'equilibrio difensivo in funzione di un nuovo modo di 'percorrere' o 'attraversare' o '...', a seconda delle metafora che preferiamo, la propria vita.

6) - r - La riorganizzazione

Freud, affermando che il processo analitico è una continua costruzione e ricostruzione, usava, di certo senza alcuna specifica intenzionalità, l'idea che lo scambio analista-analizzando avrebbe portato ad un'auto-organizzazione, implicando l'uso di un concetto che solo molti anni dopo avrebbe trovato la sua affermazione ed evoluzione scientifica.

Per certi aspetti, il lavoro che porta il paziente all'insight è simile al lavoro che porta all'emergere dell'auto-organizzazione, ma con un radicale cambiamento strutturale. Nel caso dell'insight infatti, che è anche espressione della mentalità scientifica tipica delle teorie lineari, l'insight emerge dalla comunicazione del paziente che, intersecando l'inconscio dell'analista, prepara il materiale sul quale poi, l'analista, grazie alla sua capacità di lettura di questa parte della psiche umana, sa cogliere il movente inespresso delle azioni del paziente.

Nel campo delle teorie non-lineari e della meccanica quantistica, di certo assai più capace di proporre modelli interpretativi esplicativi del lavoro psichico che non la vecchia idrodinamica positivista dei tempi di Helmothz e Freud, la struttura entro cui si muove la costruzione dell'emergente è assai diversa. Allo scambio lineare diadico, diciamo da $A \rightarrow B$ e viceversa, si viene a sostituire un'interazione circolare complessa che, anche solo con tre elementi come ha mostrato Poincarè, rende impossibile ogni concreta previsione. Ciò che emergerà sarà un qualcosa che non ha precedenti, che si aggrega intorno ad elementi magari noti, ma che contiene in sé una novità imprevedibile, qualcosa che, per certi aspetti, può somigliare ad un insight.

Immaginando di voler rappresentare graficamente, visualizzare, un'organizzazione del mondo psichico coartato - usiamo per convenzione la parola patologico - come una realtà schiacciata, compressa o inibita, la forma che più è in grado di rappresentare la nostra immagine mentale sarebbe quella di un piccolo poliedro irregolare. Il lavoro terapeutico consisterebbe nel ri-dispiegamento della forma

coartata in una forma dilatata, armoniosa ed in continua espansione, facile da visualizzare con la grafica computerizzata.

Ciò che in realtà avviene, concordemente con la teoria della dipendenza dalle condizioni iniziali, per cui anche la più piccola variazione rende imprevedibile il percorso e l'esito, è che, grazie alle molteplici variazioni che influiscono sul sistema, le componenti presenti all'inizio non si dispiegano o ridispiegano in maniera uguale, ma simile o affine come alcuni preferiscono. Che cosa significa? Che le piccole differenze fanno emergere delle qualità nuove. L'esempio più semplice è la stessa persona umana: tutti gli esseri sono simili, non uguali, perchè piccole variazioni genetiche o ambientali producono persone che hanno, tutte, la stessa struttura, ma con tratti diversi e facilmente riconoscibili, e che vengono chiamati individui proprio per la loro unicità.

La riorganizzazione pertanto non è una semplice ripetizione lineare di un mondo psichico pre-esistente e pre-ordinato; non è una copia del preesistente, che, in quanto copia, sarebbe comunque una manifestazione di per sé sbiadita ed incongrua dell'originale, pertanto un originale confuso e già perdente. La riorganizzazione è l'emergere di qualcosa di nuovo che, pur partendo dall'originale ne cambia la configurazione, lo arricchisce, lo ri-forma e lo ri-modella adattandolo, con caratteristiche nuove, a ciò che costituisce il qui ed ora dello spazio-tempo, la storicità, di un individuo.

Purtroppo la nostra rigidità culturale tende, assai spesso, a definire e categorizzare, in buono o cattivo, un adattamento a secondo del valore sociale od economico che esso produce, indipendentemente dal qui ed ora dell'individuo. La riorganizzazione è pertanto l'affermazione del principio di individualità, tanto caro alla meccanica quantistica, per cui nessun esperimento è uguale ad un altro. Ciò che vale per un esperimento a maggior ragione vale per una persona.

La riorganizzazione pertanto è il ripetersi di quell'insieme di caratteristiche presenti al contatto **c**, ma che, nel corso del processo terapeutico, si modifica in modo imprevedibile. Quale sia il livello di espansione o la sua direzione, quali aspetti verranno mortificati e quali cresceranno, quali qualità nuove emergeranno e quali scompariranno, sarà possibile vederlo solo *over time*, lungo il percorso, percorso che di per sé non ha una fine, anche se di fatto, come in ogni cosa, c'è una fine. Quale, quando e come, lo vedremo.

7) - ε - L'esito

Riprendiamo in considerazione la nostra ipotesi iniziale posta sotto forma di un'equazione in cui:

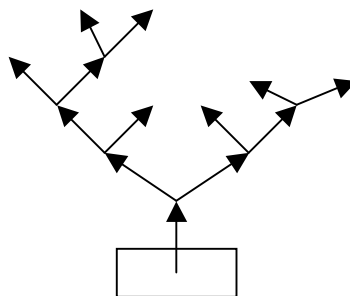
$$\psi = \mathbf{c} + \frac{x + y + z}{\pi} + \mathbf{r} \rightarrow \varepsilon$$

dove x sta per setting, y per transfert e z per interpretazione, mentre π è la costante soggiacente i tre momenti interconnessi della psicoterapia, r la riorganizzazione che nasce dalla sequenze delle sedute ed ε l'esito finale su cui ci soffermeremo oggi. Analizzando la costante, abbiamo elaborato nei precedenti incontri una risposta che avevamo riassunto nell'equazione descrittiva $\psi = \mathbf{c}\mathbf{r}$ per n volte. Ad un'analisi comparata possiamo constatare che \mathbf{c} contiene, in modo frattale, gli stessi elementi di \mathbf{r} per cui la nostra formula riassuntiva risulta essere $\psi = \mathbf{r}\mathbf{n}$. Se \mathbf{r} è la costante, essa equivale a \mathbf{K} dove \mathbf{K} è la componente iniziale che si ripete approssimativamente identica nel tempo.

Come si ottiene \mathbf{K} ?

Come abbiamo visto nel Momento 5 sulla costante, il lavoro terapeutico consiste nel determinare delle de-coerenze che rompono l'equilibrio coatto del conflitto patologico, bloccato nelle sabbie mobili delle difese, resistenze, inibizioni, che l'Io si è costruito per proteggersi dall'ansia che la de-coerenza determina.

Abbiamo anche visto che, fondamentalmente, la realtà è composta da tre nuclei interattivi: il soggetto l'IO, l'oggetto il TU e l'ambiente o contesto l'EGLI in cui le interazioni avvengono. Abbiamo quindi una prima componente definita: **#3**, ossia il numero dei nodi finali a cui giunge e da cui si diparte ogni de-coerenza. In pratica essa si presenta come una serie di biforcazioni a cascata secondo la seguente immagine.



Faccio un esempio: l'espressione *'le lasagne mi piacciono'* è la manifestazione rudimentale di una preferenza (il rettangolo). Essa può essere scissa in: per la carne e/o per la besciamella; un buongustaio potrebbe preferire la carne di manzo semplice o con un poco di maiale; un altro preferire la besciamella fatta con il latte o con il brodo. Il brodo potrebbe essere di carne o vegetale, e così via. È ovvio che un raffinato cuoco può costruire una serie di biforcazioni fino a sette otto o più livelli di biforcazioni, mentre chi va al ristorante si accontenta di un 'mi piacciono'.

La psicoterapia consiste nel portare il soggetto, attraverso questo gioco di biforcazioni, che noi chiamiamo #**L**, ossia il numero dei livelli, al più alto livello possibile. Dato quanto sopra, possiamo dire che:

$$\mathbf{K} = \mathbf{3L}.$$

Quindi se alla formula $\psi = \mathbf{rn}$ sostituiamo la costante **r** con **K**, abbiamo:

$$\psi = \mathbf{Kn},$$

ossia la costante è il superamento continuo del livello iniziale attraverso l'interazione dei tre nuclei basali di ogni relazione.

Dato che **K** è uguale a **3L**, possiamo scrivere $\mathbf{3L} = \mathbf{rn}$ dal che si deduce:

$$\mathbf{n} = \frac{\mathbf{3L}}{\mathbf{r}}$$

L'incognita reale è **L**, ossia il livello di analisi della realtà che una persona è capace di fare dopo l'apprendere terapeutico. Questa formula richiederebbe comunque un'organizzazione di valutazione matematica della psicoterapia che ancora non abbiamo. Essa rappresenta pertanto, attualmente, una descrizione sommativa, cioè la sintesi dei processi essenziali della psicoterapia.

La valutazione del numero di livelli necessari alla conclusione di una buona psicoterapia resta ancora un'opzione che il terapeuta può percepire. Come? Mettendo assieme le varie componenti che possono indicare il potenziale numero di livelli raggiungibili da un paziente; ad esempio: potenziale intellettuale, ambiente culturale, esperienze traumatiche ripetute, iterazioni relazionali patologiche, continuità nell'esposizione a fattori inibenti o stimolanti, e così via. Se il terapeuta può prevedere approssimativamente l'esito di un processo, solo la condivisione del sentire-capire può porre la parola *fine*.

Conclusione

Forse è importante riguardare le parole di Italo Calvino, poste all'inizio, che ci richiamano al bisogno di guardare le realtà invisibili con logiche diverse, con altri metodi di conoscenza e di verifica. Quello che abbiamo cercato di fare è appunto questo: introdurre suggerimenti per guardare con occhi diversi, osservare con strumenti diversi, verificare con metodi diversi.

La psicoterapia si apre sul mondo interno dell'uomo, ma questo sguardo parte dal mondo esterno e deve tornare al mondo esterno; chi guarda l'invisibile è un essere visibile che vuole riportare la ricchezza dell'invisibile nel mondo visibile per continuare a cercare nuovi sottilissimi fili che ci legano all'invisibile. Terminare vuol proprio dire aprire al nuovo ed il nuovo è la ricerca di questa fisicità nascosta tra le sottili trame dell'invisibile.

*Oggi ogni ramo della scienza sembra ci voglia dimostrare
che il mondo si regge su entità sottilissime:
come i messaggi del DNA, gli impulsi dei neuroni,
i quarks, i neutrini vaganti nello spazio dall'inizio dei tempi...
La poesia dell'invisibile,
la poesia delle infinite potenzialità imprevedibili,
così come la poesia del nulla, nascono da un poeta (Lucrezio)
che non ha dubbi sulla fisicità del mondo.*

Italo Calvino

Mario Pigazzini

Psicologo – Psicoanalista IPA/SPI

Dipartimento di Salute Mentale

Ospedale A. Manzoni - Lecco