

Le “tentate soluzioni” e altre storie

*Marco Vinicio Masoni**

Riassunto. Non occorrono sofisticati monumenti teorici per spiegare alcune modalità delle moderne terapie brevi strategiche. Tanto più se questi, pur conservando l'eleganza delle grandi costruzioni, si basano sulla sopravvalutazione della teoria russelliana dei tipi logici. La posizione interazionista può spiegare, senza dover ricorrere a surrettizi rinforzi della logica perché, per esempio, l'idea delle tentate soluzioni possa essere funzionale nel lavoro terapeutico. Inoltre è probabile che utilizzando la lama di Occam e non ricorrendo a supporti non necessari all'argomentazione, si semplificherebbe, oltre alla teoria, anche la pratica terapeutica.

Parole chiave: Interazionismo; Paradossi; Terapia Breve; Tentate Soluzioni

Summary. You don't need any sophisticated theoretical ideas to explain different approach of modern brief strategic therapy. Especially if those, even though can be considered great ideas, are based on overvaluation of Russell's theory of logical types. The interactionist position can explain why the idea of the attempted solutions can be functional in therapeutic work, without having to resort to surreptitious of logic reinforcements. Moreover, it is also likely to be true that both theory and therapeutic practice would be easier by using the Occam's blade, and not by relying on something that is not necessary to the reasoning.

Key Words: Interactionism; Paradox; Brief Therapy; Attempted Solutions

1. Premessa

Perché non ammirare il fatto che pur su basi generali dalla solidità solo apparente si sono costruiti grandi edifici teorici?

Leggete “L'interpretazione dei sogni” di Freud (2012) e vi colpirà la grande capacità di mostrare per ovvio ciò che la sua creatività aveva costruito. Una fantasia trasformata in granito.

Considerate l'“Almagesto” di Tolomeo che, scegliendo come punto di vista e centro dell'universo la terra, costruisce una fantastica e sofisticata astronomia che ha guidato l'umanità per un millennio.

Prendete Gregory Bateson (1977) e gli studiosi di Palo Alto (Watzlawick, Jackson, Haley, Weakland) e sono certo che non li priverete della gloria di aver costruito eleganti edifici sulla teoria dei tipi logici messa a punto da Bertrand Russell (1910) per aggirare il problema dei paradossi, anche se questa è una aggiunta surrettiziamente passata per teoria, un'invenzione, un colpo di creatività russelliano.

* *Psicologo, psicoterapeuta, docente della Scuola di Psicoterapia Interattivo-Cognitiva di Padova.*

La grande narrazione che poggia su queste basi fantasiose si articola in idee che hanno fatto la storia delle moderne psicoterapie: doppio legame, ingiunzioni paradossali e l'argomento onnipresente delle "tentate soluzioni".

Esamineremo quest'ultime in modo critico ma non ingeneroso, tentando di tener presenti tre modalità di approccio alla questione.

- 1) Ricordando sempre a mo' di cornice critica dei nostri pensieri il monito di Garfinkel che le ricerche degli scienziati sociali, le loro scoperte, i loro metodi ricalcano sempre, in modo più o meno mimetizzato, le conoscenze, le convinzioni e i metodi che le persone utilizzano con comune buon senso, per fornire le loro spiegazioni del comportamento sociale. In questo senso gli scienziati sociali lavorano affinché *dopo* la gente accetti le loro proposizioni in quanto già note e già, tutto sommato, implicitamente accettate (Masoni).
- 2) Utilizzando il rasoio di Occam, cioè eliminando quei dati non necessari a una spiegazione semplice degli eventi. Dato che le teorizzazioni di una pratica influenzano la pratica stessa, l'idea è che si possa riuscire, semplificando la teoria, a semplificare la pratica.
- 3) Cercando la massima coerenza con le letture classiche dell'Interazionismo, un fiume nel quale nuotiamo volentieri.

2. Paradossi e tipi logici

Quali sono dunque le eteree fondamenta di quel ricco castello pratico/teorico delle terapie strategiche? Dalla definizione dei tipi logici di Russell parte l'idea di doppio legame proposta da Bateson e dei suoi sviluppi terapeutico/paradossali. Prendiamo il paradosso di base: *L'insieme di tutti gli insiemi che non appartengono a se stessi appartiene a se stesso se e solo se non appartiene a se stesso*. Tradotto nell'esempio pratico del paradosso del barbiere: *In un villaggio vi è un solo barbiere, un uomo ben sbarbato, che rade tutti e soltanto gli uomini del villaggio che non si radono da soli. Il barbiere rade se stesso?*

Dopo la guerra del Golfo si potrebbe dire che questa è la madre di tutti i paradossi.

Lo sconcerto provocato da questa conclusione impossibile è di ordine logico e non credo che persone di senso comune possano provare un eccessivo malessere imbattendosi in essa. La risata –da me immaginata - di Zenone di Elea¹ (un vero tradimento verso Parmenide suo mentore e amante) sul fatto che secondo le assurdità della logica Achille più veloce non può raggiungere la tartaruga, avrebbe già dovuto bastare (ma menti pignole videro nei paradossi zenoniani un'esaltazione della logica: agli innamorati della logica i suoi difetti paiono pregi).

Ma poi ci s'era messo anche Wittgenstein, duemilacinquecento anni dopo, a criticare lo stupore dovuto a un paraocchi troppo riducente che, di fronte a tale paradosso, non tiene conto della immensa tolleranza del linguaggio parlato².

¹ La vulgata legge la ragione dei paradossi di Zenone in modo opposto: *per sostenere l'idea del maestro, che la realtà è costituita da un Essere unico e immutabile, propose alcuni paradossi che dimostrano, secondo questi, l'impossibilità della molteplicità e del moto, nonostante le apparenze della vita quotidiana* (tratto da Wikipedia).

² Wittgenstein riporta l'esempio dell'utilizzo della parola Leone in una favola. La produzione di un nome proprio quale "Leone" è qui associata al significato del leone come concetto riferito a un intero genere per

Bertrand Russell invece ne soffriva (la sua sofferenza era genuina, era convinto che il pensiero non potesse che essere logico)³ e uscì da questa impasse con la teoria dei tipi logici.

Essa consiste nel porre una sorta di scala gerarchica delle classi, in particolare gli oggetti di una classe sono di un gradino più in basso rispetto alla classe che li contiene. In pratica Watzlavick sintetizza la faccenda così: *“Qualunque cosa presupponga tutti gli elementi di una collezione non deve essere un termine della collezione.”*

Abbiamo così la storia assai fortunata, citata e interpretata nei modi più svariati, di una prima e una seconda classe, che non devono confondersi fra loro.

*Da lì nasce l'idea della comunicazione di primo e di secondo livello*⁴.

Ma, pur *non* essendo facile notarlo, quella dei tipi logici non è una “scoperta” di Russell, bensì una proposta tesa a mostrare che (se accettata) il paradosso poc'anzi citato contiene un errore: non rispetta la gerarchia dei tipi logici. Non c'è nulla di logico in questa proposta, non è una deduzione (come ci si aspetterebbe da un costrutto logico) è una pura invenzione, che deve la sua fama all'autorevolezza del suo inventore. Guglielmo da Occam l'avrebbe tolta di mezzo con la sua lama semplificante. Si può in realtà agire sul carattere gnomico delle frasi e così indebolire il paradosso in modo molto più efficace

cui, come osserva lo stesso Wittgenstein, può essere perfettamente sensata una frase come “Leone è un leone” (Wittgenstein, 1959, pag. 240).

³ Il tormento di Russell era una cosa seria, giacché minava le basi della logica matematica fino ad allora fondate. L'indecidibilità mostrata dal suo paradosso venne poi definitivamente ampliata a tutta la matematica da Gödel in due fondamentali teoremi sulla sua indecidibilità, modo sofisticatissimo per dire che la matematica è una meravigliosa invenzione e non la lingua nella quale è scritto il gran libro dell'universo come credeva Galileo.

⁴ Un esempio di come viene descritta la questione dei livelli:

“Le distinzioni fra realtà di primo e secondo livello sono d'importanza cruciale nel modello pragmatico della comunicazione. La differenza sostanziale fra i due livelli è che la nostra percezione della realtà differisce dalle interpretazioni che diamo di essa. [...] Nell'analisi della comunicazione in ambito psicologico, dunque, non ci si può esimere dall'evidenza che si agisce sempre sulle modalità di costruzione della realtà con altri modi di interpretarla, quindi su e con realtà di secondo ordine” (Watzlavick & Nardone, 1997). La psicologia stessa, in quanto ragionante sui nostri processi comunicativi, si situerebbe fra le realtà di secondo ordine. Curioso come le stesse questioni possano essere spiegate e battezzate in altro modo: Niklas Luhman chiamava teorie universali quelle che potevano “spiegare” il presentarsi della teoria stessa. Così per esempio la teoria dei costrutti personali di George Kelly poteva spiegare l'ideazione di una teoria dei costrutti personali. Paradosso? No, garanzia di una applicabilità davvero universale della teoria. Curioso anche che in altri passaggi il non verbale venga promosso a comunicazione di secondo ordine. Come dire che l'espressione del volto, il tono di voce, le inflessioni, la postura di chi parla, il gesto, eccetera, non siano anch'essi parte della comunicazione, ma qualcosa che appartiene a un altro livello, a un altro mondo comunicativo. E che dire della scrittura? Qui il secondo livello è il mestiere dei filologi? Un saluto o un gesto di buona educazione possono *non* voler dire nella mente di chi saluta “ti stimo, ti voglio bene, ti rispetto”. Ma occorre parlare di un secondo livello? Non basta chiamarlo linguaggio rispettoso, o educato, o addirittura diplomatico? Sappiamo già che i discorsi sono interpretabili. Sappiamo che il paranoico tende a interpretarli male. Ma lo fa perché è abituato a un costume paranoico, non perché certi messaggi costruiscono la paranoia. Soprattutto siamo fedeli a questa convinzione: i guai e i problemi vengono costruiti in vista di scopi e ragioni. Se voglio star male (perché per qualche mia ragione la cosa ha senso) non occorre che mi imbatta in doppi legami o in non verbali incongrui rispetto a ciò che viene detto. Il secondo livello sembra qui avere la stessa importanza dell'introduzione dell'argomento divino nelle spiegazioni scientifiche medievali. È a quella aggiunta surrettizia che Guglielmo da Occam si opponeva utilizzando la sua lama, cioè tagliando via ciò che non era necessario per dimostrare o affermare e dando così un formidabile contributo alla nascita della scienza moderna e dei suoi metodi.

Insomma, per dirla in breve, i metadiscorsi non sono altro che discorsi. Quel prefisso “meta” è solo una distinzione grammaticale. Anche se, ad essere intellettualmente onesti, non si dovrebbe dimenticare Wittgenstein: “In una gocerella di grammatica si condensa un'intera nube di filosofia” (Wittgenstein, Ricerche filosofiche, pag. 290).

che intervenendo sui tipi logici. Si può uscire da una feroce ingiunzione paradossale semplicemente svalutando il parlante. Questa *critica all'autorità* è la sola vera uscita dal mondo dei paradossi. Questo è il modo per ignorarli (Masoni). Una modalità critica che Russell praticava spesso, ma che ignorò in questo caso.

Attraverso pochi passaggi, messi a fuoco anche osservando il lavoro di Milton Erickson che sembrava applicare le teorie russelliane (si trattava di un sembrare per assonanza, non per dimostrazione) si pensò che il gioco fra quei due livelli potesse essere gestito nelle situazioni terapeutiche. Le ingiunzioni paradossali sono appunto figlie di quel gioco: creo il paradosso intenzionalmente affinché lo sconcerto che segue costringa a vedere il problema da un punto di vista non abituale. Si ritenne che molti problemi si alimentassero con un *loop*, richiamando i sistemi retroattivi studiati allora nella cibernetica⁵. Le tentate soluzioni, come vedremo, non erano altro che questo *loop*, e il paradosso lo strumento per demolirlo. L'idea di retroazione (e di *loop*) si chiarisce con pochi esempi: il termostato del vostro scaldabagno, il cassetto di distribuzione nelle locomotive a vapore, il sistema di comando delle valvole nel motore a scoppio e così via. Che questa idea meccanica nei suoi sviluppi più complessi potesse essere utilizzata per studiare e imitare i processi mentali sembrava e sembra ancora affascinante, come però si potessero in qualche modo imitare le costruzioni umane di senso e di significato mi era sembrata negli anni Ottanta una vaghezza non spiegata, ma in quel tempo la cibernetica (Wiener, 1947) e lo studio dei sistemi (Bertalanffy, 1968) erano di moda nella psicologia avanzata e sentendomi un inesperto *parvenu*, non osavo dire nulla. Ora, passati trent'anni, quella impressione di vaghezza è perfino aumentata.

3. Relatività del paradossale

Vi sono e vi sono state regole sociali che hanno voluto disperatamente fermare il tempo e vedere unità ferme e stabili in ciò che è transeunte⁶. Questa è, per esempio, l'origine arcaica dei giuramenti e dei patti. La frase *Pacta sunt servanda* presuppone una stabilità e fissità delle condizioni del patto. La vendetta (poi il suo sviluppo civile, la giustizia) presuppone che chi ha commesso il torto sia lo stesso, la stessa persona, anche anni dopo. E così via. Si può obiettare che il riconoscimento di unità e completezza in certi oggetti (cioè la capacità di classificare e quindi riconoscere) sia un fatto biologico e

⁵ L'esempio forse più noto di paradosso *loop* è l'ingiunzione "sii spontaneo" (ma anche l'onnipresente "sii te stesso"), giacché obbedendovi si negherebbe la spontaneità dell'operare e non facendolo si renderebbe efficace il tono critico dell'ingiunzione. Come si vede non c'è apparentemente via d'uscita, entrambe le vie possibili impediscono la spontaneità. La conseguenza dovrebbe essere una sorta di stasi, di impedimento alla vita, un forzato non poter decidere. A causa di questo tipo di (ipotizzate) conseguenze del paradosso pragmatico, questo prende anche il nome di "doppio legame". Il nostro mondo comunicativo è disseminato di tali paradossi. Ma il nostro mondo comunicativo se ne infischia ed è assai probabile che il "sii spontaneo" abbia avuto in milioni di casi l'efficacia educativa sperata.

⁶ La cosa non riguarda soltanto le regole sociali, ricordiamo qui *en passant*, la folgorante visione di Hume (e per contrasto, la miseria di certa psicologia generalista): "La memoria ci presenta un grandissimo numero di casi di percezioni perfettamente somiglianti che ritornano a differenti intervalli di tempo e dopo considerevoli interruzioni. Tale somiglianza ci fa propensi a considerare queste percezioni intermittenti come identiche e a connetterle mediante un'esistenza continuata, al fine di giustificare questa identità ed evitare la contraddizione in cui l'apparire interrotto di queste percezioni ci avvolge necessariamente. Abbiamo, dunque, qui la tendenza a fingere una continuità di esistenza di tutti gli oggetti sensibili; e poiché questa tendenza proviene da alcune impressioni vivaci nella memoria, essa dà vivacità a questa finzione; o, in altri termini, ci fa credere alla continua esistenza dei corpi" (Hume, Trattato sulla natura umana)

naturale, per molte specie innato⁷. L'apprendimento innato, che è presente anche nell'uomo, si differenzia però da quello costruito. Quest'ultimo segue tre regole (le stesse che guidano l'interazione umana):

- 1) Gli esseri umani agiscono sulle "cose" sulla base del significato che queste hanno per loro.
- 2) Il significato delle "cose" è dato dall'interazione sociale di ciascuno con i suoi simili.
- 3) L'individuo utilizza e modifica i significati tramite un processo di interpretazione.⁸

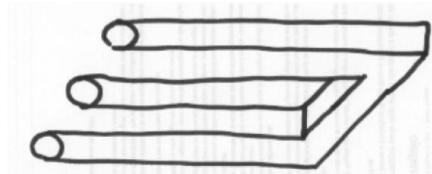
Senza il concetto di libero arbitrio non avremmo le teorie sul libero arbitrio. Queste nascono quando si inizia a pensare a un'idea di libertà e alle sue conseguenze logiche. Qualcosa di simile a ciò che accade nella favola al millepiedi al quale viene chiesto come fa a muovere in quel modo sincronizzato le sue mille gambe. Il millepiedi si osserva, si rende conto della difficoltà del problema e smette di camminare.

Dello stesso ordine di consistenza mentale è la teoria dei tipi logici. Essa è pensabile solo se è nata in noi l'idea piuttosto insana di paradosso (che non è altro che un piccolo scoglio incontrato nel gioco logico, gioco inventato nelle sue parti essenziali da Parmenide, nel "mondo" eracliteo non esistono paradossi⁹)¹⁰. Tale idea, come si sa, non è affatto universale, ma ci piace ricalcare il concetto con un esempio di vita vissuta.

4. Un paradosso non sentito

Il paradosso, essendo la logica una sostanza ad alta capacità di penetrazione, ha investito spesso anche forme di comunicazione non verbali, si pensi ai disegni di Escher, ma per il nostro esempio ci accontenteremo di molto meno:

Siamo nel 1983, lavoro come insegnante in un carcere minorile, mostro ad alcuni ragazzi detenuti (quattro italiani e un ragazzo Rom) questo esempio di paradosso grafico¹¹:



⁷ Un esempio su mille: i pulcini scappano atterriti se una mosca cammina sul soffitto di un locale: la piccola macchia mobile viene "riconosciuta" come un rapace in alto nel cielo.

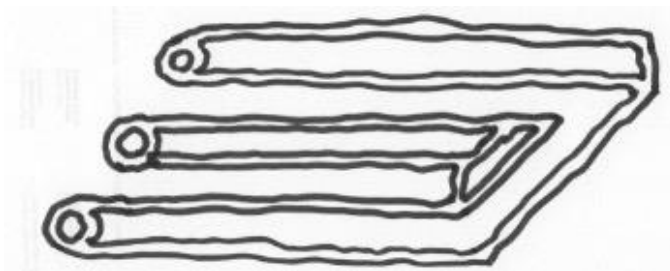
⁸ Per le esatte parole di Blumer vedi la nota n. 24.

⁹ Chiamare, come accade, "paradossale" l'idea del gioco degli opposti di Eraclito è un abuso connotativo del termine "paradosso".

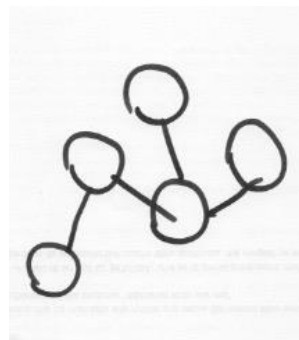
¹⁰ Nelle psicoterapie la logica può naturalmente trovare posto, la condizione ideale per il suo utilizzo è quella di avere a che fare con un cliente che di mestiere faccia il logico. Situazione non frequente.

¹¹ L'irrazionalità della figura è evidente per chi è abituato a leggere una assonometria come un disegno progettuale indicante oggetti a tre dimensioni. Qualcuno, innamorato dell'idea di distinzione in due livelli dirà che c'è un livello dato dai segni (le linee) e un secondo livello dato dal senso di incongruità che si prova osservando la figura. Ma, avrebbe risposto Ryle: "così come lo spirito di gruppo di quella squadra di calcio non è qualcosa di aggiuntivo ad essa, ma è appunto *quella squadra* e il modo col quale gioca e si mostra, allo stesso modo il secondo livello di quel disegno (la sua irrazionalità) non è un'alterità, *ma è quel disegno*".

Chiedo poi loro, avendo a disposizione una notevole quantità di plastilina, di provare a “fare” con essa ciò che era disegnato. Due degli italiani tentano, ovviamente fallendo, e il terzo, dall’occhio più attrezzato, dice subito che non è possibile perché quel disegno è assurdo. Il ragazzo Rom invece si mette al lavoro senza mostrar alcuna difficoltà e dopo pochi minuti mi mostra soddisfatto il frutto del suo lavoro, questo:



Dovrebbero sgorgare istantanee le conclusioni: probabilmente nella cultura grafica dei Rom le tre dimensioni non erano contemplate, né, come scoprii dopo, era presente il concetto (settecentesco) delle proiezioni ortogonali e di assonometria: per loro “pianta” significava soltanto “albero”, e la pianta di una casa veniva disegnata spesso, soprattutto dalle ragazze, in questo modo:



Il disegno dei tre tubi paradossali perdeva l’aspetto logico e tornava ad essere un insieme di segni, facilmente riproducibile utilizzando la plastilina, ridotta in lunghi cordoni, come le linee di una figura qualsiasi. Per questa ragione il disegno non aveva provocato nel ragazzo Rom nessuna meraviglia o stupore. Lo stesso invito a “fare” assumeva in lui un significato diverso, non era l’esecuzione pratica di qualcosa di progettuale (un disegno assonometrico), ma un semplice copiare il disegno utilizzando un mezzo diverso, la plastilina anziché la matita. Alcune reazioni emotive, apparentemente ovvie, che sembrano semplicemente e “logicamente” autentiche e universali, possono non manifestarsi se ciò che si osserva non ci rivela significati che condividiamo. I paradossi insomma possono non apparire tali.

5. Le “tentate soluzioni” descritte in un altro modo

Si sta formando in queste pagine l'idea che la base, il nocciolo originario delle terapie strategiche e dei loro strumenti paradossali, sia semplicemente una sopravvalutazione di un'idea di Russell. Ciò rischia di far vacillare l'elegante castello teorico pratico e quindi l'efficacia di tali terapie? No, c'è anche una buona notizia.

La buona notizia è che le tentate soluzioni possono esser viste come qualcosa che non ha nulla a che fare con i paradossi, i *loop* e i doppi legami.

Ed è un fatto importante: toccate anche solo tangenzialmente nei vostri discorsi la questione della brevità delle terapie e vi verrà incontro con prepotente reiterazione il concetto ormai connaturato alla terapia strategica di “tentate soluzioni”. Vediamo quindi di salvarla e mostrarla senza la maschera dei paradossi.

L'idea che il ripetersi delle stesse soluzioni non faccia altro che aggravare il problema che si vorrebbe risolvere è di formidabile efficacia, ma la questione ha un lato debole: quel *fumus theoreticus*, quel parlarne con aria seria, che offre come “veri” l'esistenza e l'effetto di tali ripetizioni. Se pensassimo infatti di essere di fronte a una verità commetteremmo lo stesso errore dogmatico di altri approcci teorici, cioè non sapremmo che cosa fare di fronte a un fallimento della strategia figlia di quel dogma (sì, la terapia strategica contempla anche fallimenti¹²) e, in preda a una forma di ostilità¹³, ci sforzeremmo di trovare a ogni costo tentate soluzioni così come Procuste teneva per buono il letto fuori misura, accorciando invece i suoi ospiti.

Innanzitutto vediamo come alcune modalità terapeutiche - anch'esse funzionali alla brevità della terapia stessa - si pongano in netto contrasto con la teoria delle tentate soluzioni. Parliamo per esempio della pratica della indessicalizzazione (o indicizzazione)¹⁴ cioè del passaggio da argomentazioni e descrizioni generiche (“sto male”, “non riesco mai...”, “sbaglio sempre”, “tutti ce l'hanno con me”, ecc.) a quelle indicali (“sto male di solito il venerdì alle 17 quando finisce il lavoro e devo ...”, “ieri non sono riuscito a finire il mio...”, “poco fa ho commesso un errore”, “oggi il mio capo, il dottor Pivetta, mi ha ripreso perché...”). La ragione di tale passaggio sta nel fatto che alcuni linguaggi sembrano adattissimi a rendere vivo il problema e soprattutto a renderlo inaffrontabile, una sorta di nodo di Gordio. Davanti alla frase “sto male al mondo” si aprono ben poche possibilità di cavarsela¹⁵.

¹² In tal caso il fallimento della terapia strategica alimenterebbe il serbatoio delle tentate soluzioni creando sì, questa volta, un *loop* incatenante. Si corre così il rischio che, dovendo ricorrere a strumenti “non strategici”, come ordini e ingiunzioni o piccoli ricatti morali, il terapeuta per salvare l'onore continui a chiamarli strategici. Tutto ciò ricorderebbe il coniuge fedifrago che trovato insieme all'amante dice a sua difesa: “Non è come sembra!”

¹³ L'ostilità è definita da George Kelly come il perseverare nell'errore pur avendo verificato che si tratta di un errore.

¹⁴ La filosofia occidentale si è divisa in pochi decenni in due grandi filoni, quella analitica (anglo americana) e quella continentale (europea), gli angloamericani parlano di indicali (o indessicali), noi parliamo di deissi, ma si tratta della stessa cosa, cioè della definizione di un evento unico nello spazio e nel tempo. La domanda ulteriore ancora senza risposta è: davanti a una mano che indica qualcosa (da qui l'indicalità) quando, nello sviluppo dell'umanità, si è smesso di guardar la mano e si è diretto lo sguardo verso la direzione indicata?

¹⁵ La psicoterapia dovrebbe essere attenta alle differenze. Come leggere le differenze? Cioè come tradurre attraverso i miei costrutti i costrutti dell'altro? Siamo davanti ai grandi problemi della traduzione e di cosa sia la verità. La formalizzazione aggira il bisogno di traduzione: le matematiche non hanno bisogno di essere tradotte, come qualunque altro linguaggio formalizzato. Una diagnosi accettata tramite un

Il passaggio dalla generalità del problema alla sua indessicalità produce due risultati:

1. Consente di mostrare al cliente implicitamente (e a volte in modo esplicito) che nulla si ripete al mondo e che non esiste nulla di uguale ad altro, e che perfino due atomi dello stesso elemento sono diversi, date le infinite possibilità posizionali di elettroni ecc.
2. Dato che a tale semplificazione del problema il cliente non aveva ancora pensato, questa consente allo stesso di co-costruire un'altra realtà, un'altra narrazione. Questo punto va ulteriormente sottolineato: il cliente non sta scoprendo, pensandoci, che il problema che prima gli sembrava così vasto si manifesta in realtà soltanto in quelle occasioni, in quel tempo e in quel luogo. Sta invece costruendo *nel dialogo con noi* un nuovo racconto-problema che tocca spesso questioni squisitamente tecniche e quindi più semplicemente affrontabili.

Affinché il superamento del problema sembri tale però, occorre che di nuovo si torni a generalizzare: il cliente deve cioè vedere come l'aver affrontato un aspetto indessicale del problema, questi possa sfaldarsi anche nei suoi aspetti generali: da "sto male al mondo" a "non sto più male al mondo"¹⁶.

È necessario insomma un palleggiamento fra la dimensione generica (sintetica) e quella indessicale (analitica), o, se volete, fra deduzione e induzione.

Un palleggiamento che articola le nostre vite fin dal tempo di Parmenide ed Eraclito.

Ed ecco i due sapienti liofilizzati per i nostri scopi in poche parole:

Parmenide: se generalizzo, creo i concetti e i rapporti fra concetti, fra entità che non mutano e che non contengono il tempo. La loro organizzazione prende il nome di logica (invenzione parmenidea). Tutto è fermo (anche il mio malessere o il mio benessere).

prontuario a diffusione mondiale si comporta come una formalizzazione. Questo è il compito delle definizioni: dare l'apparenza che si parta da una conclusione vera o generalmente accettata. Se voglio cogliere le differenze e le unicità non posso ricorrere al linguaggio generalizzante, formalizzato. Occorre allora passare dal linguaggio formalizzato al linguaggio degli indessicali. Cioè a quel linguaggio che sa esprimere l'unicità di qualcosa (oggetto, evento, persona, ecc.). Il che non vuol dire che non si possa o non si debba generalizzare (se non potessimo farlo non avremmo il linguaggio, che si serve di concetti, cioè di generalizzazioni.) Questa quindi l'impasse. Dobbiamo far sì che il nostro cliente riesca a indessicalizzare il problema, per metterne in evidenza la sua non classificabilità e la unicità (differenza) della persona. Il tutto deve essere compiuto utilizzando un linguaggio generalizzante perché il linguaggio è "fatto" di generalizzazioni. Ogni vocabolo è una generalizzazione, purché non sia un indessicale (come per esempio un nome proprio). Ci sono poi altre difficoltà: il linguaggio formalizzato è univoco, cioè stringe drammaticamente il *range* di connotazioni possibili. Ciò farebbe pensare che esso abbia qualità indessicalizzanti: se "malattia x" è termine accettato dalla convenzione (scienza) sociale competente, allora dire "malattia x" significa indicare una unicità. Dico infatti x e non y. Il potere distraente di queste diagnosi è enorme. "Malattia x" sta in realtà, di per sé, a indicare in modo univoco una astrazione. Ciò che a una prima occhiata poteva sembrare indicazione univoca di un evento è in realtà strumento linguistico, serve a capirsi, perché il suo significato è condiviso. Non ha alcuna importanza qui se "davvero" ciò che sto osservando è semplicemente "malattia x", ciò che conta è che passi il messaggio che sto parlando di "malattia x". La stessa indifferenza al vero la si avrebbe se si volesse parlare di chimere, poco conta ciò che ne dico o se esistano o no, conta che ne stia parlando. Il nome comune, o il sintagma "questa è la malattia x" non hanno quindi capacità indicali. Ciò che invece può apparire paradossale è che espressioni non univoche o ambigue, dense di connotazioni che si confondono con le loro denotazioni, come le metafore, possano essere strumenti formidabili per l'indessicalità. Esse lo sono, ma non possono "vivere" da sole. Hanno bisogno di una costellazione di parole che ne evidenzino l'indessicalità.

¹⁶ Se generalizzare un problema è sempre dannoso e aggravante, l'operazione contraria, generalizzare ciò che fa star bene, è operazione auspicabile.

Eraclito: Se non generalizzo e faccio quindi a meno dei concetti, il tempo rientra prepotente nel mio mondo e tutto muta, nulla è uguale a qualcosa d'altro. Nulla è fermo (nemmeno il mio malessere o il mio benessere).

Noi moderni, (insieme parmenidei ed eraclitei) in continua ondulazione, godiamo o soffriamo per cose che non cambiano e nel contempo preoccupati ci vediamo invecchiare.

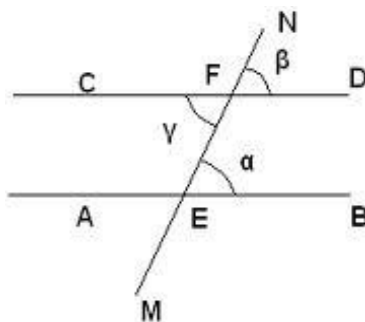
Ciò che ci sembra uguale dunque è costruito tramite le nostre fasi astraenti (parmenidee).

Potremmo mai vivere senza logica? Senza la cosiddetta ragione? In un mondo solo retorico? In un mondo dove regna il verosimile anziché l'esattamente vero?¹⁷ Che togliendo dall'evento o dalla cosa ciò che ne mostrerebbe l'unicità e la caducità, ci permette la classificazione, il riconoscimento e l'idea di osservare due entità uguali¹⁸?

¹⁷ Val la pena di fare un salto nel tempo e di sentire Tacito che nota in un bellissimo brano come la retorica e l'eloquenza periscano e si inibiscano quando tutto diventa certo sotto i poteri assoluti. C'è l'impero, ormai stabilizzato nel 70 D.C. e Tacito scrive:

“Il lungo periodo di quiete, l'apatia indisturbata del popolo, l'ininterrotta tranquillità del senato che non conta più niente, l'assoluta disciplina imposta dal principe imperatore, hanno pacificato anche l'eloquenza, non serve discutere con quelle certezze, si pensa quando il vero comincia a vacillare e infatti in tempo repubblicano, età tormentata, turbolenta di insicurezze e di lotte, la retorica era capace di lasciare il segno nutrito di insubordinazione, compagna di esibizioni, provocatrice di un popolo sfrenato restio all'obbedienza e al rigore insofferente, temerario, arrogante, quale insomma nasce nelle città ben ordinate.”

¹⁸ Sulla dimostrazione, come strumento potente della logica, sono sorti strani equivoci. Per secoli, grazie alla vittoria in molti campi della logica, ci siamo sentiti dire alla fine delle dimostrazioni scientifiche: “Come volevasi dimostrare”. Non veniva mai aggiunto: “Se accettate le regole del gioco della logica, allora possiamo dire “Come volevasi dimostrare”. La logica infatti, come l'altro suo volto, la matematica, si è imposta quasi fosse lo svelamento delle leggi della natura, il linguaggio insomma della verità – facile intuire quale incubo sembrasse la scoperta della sua indecidibilità- e veniva così accettato in modo acritico e distratto il mondo platonico (imparentato con quello parmenideo per quanto riguarda la fede nella logica). In prima liceo la professoressa di matematica propone i teoremi che spiegano perché parallele segate da un segmento formino angoli alterni interni e alterni esterni uguali e dice: “Oggi dimostriamo questo”, un ragazzo di 14 anni alza la mano e dice: “Ma, scusi, si vede che sono uguali, è evidente, perché bisogna dimostrarlo?”



La prof.: “Non importa se si vede, quando c'è la mia ora e ci sono io si dimostra lo stesso, queste cose vanno di-mo-strate”.

Ora immaginatevi Euclide. Euclide è un platonico, appartiene a quella cerchia di Platone che, come il Maestro, ha la paura della certezza vacillante delle cose terrene. Euclide vede. La matematica di allora non appariva astratta come la nostra, era concreta, legata alle cose, ai corpi, agli oggetti. Euclide sta dicendo: “Guardate, sembra che stiano così le cose, ma dato che il mondo potrebbe essere illusione, userò strumenti nuovi per dirvi che ciò che vedete è vero, così, mentre vi parlo, passo dai segni su questa tavoletta ai segni del mondo delle idee.” Non credo che siano questi i pensieri che hanno attraversato la mente di quella professoressa di matematica.

Astraiamo quindi¹⁹.

Davanti alla frase *“mi sono sempre sforzato di risolvere il problema, ma non ci sono mai riuscito”*, si può evidenziare che nessuna delle modalità - tutte diverse - scelte e utilizzate per uscire dal problema abbia funzionato. Per questo vengono tutte classificate - astraendo - come soluzioni inefficaci e cioè, astraendo ancor di più, soluzioni tentate.

Si può aggiungere che a rafforzare la teoria delle tentate soluzioni (misteriosamente maligne nel loro *loop*) sta il fatto che con esse il problema non soltanto non viene risolto, ma si aggrava.

Come per gli specchietti per le allodole le cose dette così ci attraggono e ci sembrano davvero paradossali, sembrano l'immagine di un circolo vizioso, un gioco chiamato in cibernetica, come abbiamo visto, “retroattivo”. È invece abbastanza evidente che se in un dialogo sapientemente guidato, tramite astrazioni, metto a punto la credenza immutabile e solida come la roccia, che i miei sforzi siano corrivi, non solo non uscirò dal problema, ma questo sembrerà più forte e più inaggirabile dopo ogni sforzo. Non sono insomma le ripetizioni ad aggravare il problema, ma il mio farne astrazioni e *il vederle sempre uguali dopo averle definite “matrici di fallimento”, grazie alla ridenominazione suggerita con le sue domande dal terapeuta.*

Basterebbe invece dire seguendo un proverbio/motto in netto contrasto con la teoria delle tentate soluzioni: *“il vincente sa che per lo più si perde.”*

O basterebbe fare come i maestri di tiro con l'arco zen che dopo avere sbagliato per vent'anni il bersaglio iniziano a colpirlo nel centro dopo essersi addirittura fatti bendare, essi non dicono: *“Ho fallito per vent'anni”*, ma *“Per vent'anni ho aggiustato il tiro”*.

Due procedimenti terapeutici quindi, all'apparenza diametralmente opposti (i secondi sono molto benevoli nel valutare gli sforzi e l'intelligenza del cliente), possono portare allo stesso risultato.

Che cosa li accomuna?

Qual è il procedimento onnipresente nelle psicoterapie?

6. Le psicoterapie: loro significato e loro costruzione.

In omaggio al potente concetto relativo ai nessi di causa/effetto²⁰ si mostra che c'è una causa alla base della impossibilità di risolvere il problema²¹.

Nel caso della teoria delle tentate soluzioni la causa è (mostrata come) data appunto dal reiterarsi dello stesso comportamento (e ciò non accade se non grazie alle nostre astrazioni).

¹⁹ Quando però utilizziamo astrazioni già compiute e già discusse come se fossero ovvie (le cosiddette brachilogie) dovremmo ricordare il monito di Ausubel: “Gli insegnanti spesso dimenticano che gli allievi diventano molto abili nell'usare termini astratti con apparente proprietà [...] anche se la loro comprensione dei concetti sottostanti è pressoché nulla”. D. V. Ausubel, *Educazione e processi cognitivi*, Franco Angeli, Milano, 1994.

²⁰ Poco importa se noi diciamo che gli eventi umani non sono spiegabili tramite i nessi di causa/effetto. Poco importa se sul concetto di causa la filosofia ha discettato per millenni. L'idea di causa è così entrata negli automatismi mentali dell'umanità da manifestarsi con la forza di una realtà fisiologica.

²¹ La causa “tentate soluzioni” o addirittura “un antico trauma rimosso” da questo punto di vista si differenziano soltanto per la fantasia, la moda culturale, la cultura e il lessico dei loro propositori. Sempre davanti a storie siamo.

Si passa quindi a mettere in atto strategie di cambiamento tese a rimuovere l'ostacolo al cambiamento. Nel caso delle soluzioni tentate si cercherà di rimuoverle, in quanto ostacolo.

Quando il cliente, seguendo le nuove linee di coerenza proposte dall'interazione con noi, costruirà gli effetti di questa rimozione, si avrà la remissione del sintomo secondo quanto suggerito dalla legge di Thomas: se gli uomini definiscono reali certe situazioni, esse sono reali nelle loro conseguenze.

Ora, come si evitano altre soluzioni simili a quelle già tentate? Che cosa accomuna le astrazioni "soluzioni tentate"? Il fatto che fossero tutte tese a risolvere il problema. Come se ne può proporre una che non ricada fra quelle? È semplice, si propone una soluzione tesa - dichiaratamente - a NON risolvere il problema. E siamo così pervenuti per una strada non frequentatissima, a quella apparente tecnica chiamata "prescrizione del sintomo".²²

Chiunque ci pensi qualche attimo più di quello richiesto dall'uso abituale della locuzione si accorge che essa non è altro che un modo sintetico per comunicare l'accettazione dell'altro. *"Mi vai così bene che voglio che quello che fai tu lo faccia ancor di più!"*

Ma l'accettazione dell'altro è comunicabile in mille altri modi.

È qualcosa che accomuna molte diverse terapie.

Se le terapie contengono l'ingrediente magico, la polvere del cambiamento, esse lo hanno messo a punto nel tempo. Proprio tramite quelle modalità dell'interazione già citate da Blumer²³ (2006).

Così la psicoterapia ha acquistato un significato salvifico, essa è l'ingresso nella stanza del mago che ci permette il cambiamento.

Così è stata costruita dall'interazione dei nostri tempi e ad essa ci accostiamo secondo diverse linee interpretative.

Non si cambia in somma perché si tolgono di mezzo le tentate soluzioni, e non si cambia nemmeno perché, al contrario, si indessicalizza (o si fa molto altro), ma si cambia perché si va in terapia.

Ecco perché sono possibili eventi come questi:

1) Un amico terapeuta anziano ha in terapia un cliente da tre anni. Il cliente si dice stanco e afferma di aver sentito parlare di terapie brevi. Il mio amico gli consiglia di venir da me,

²² La spiegazione spesso offerta è frettolosa e superficiale, ma data con toni apodittici e misterici e suona pressappoco così: al sintomo del cliente il terapeuta risponde con un ulteriore paradosso secondo il principio *similia similibus curantur*. E ciò dovrebbe convincere, forse perché in tempi di *new age* le cure omeopatiche "piacciono". Il parallelo è tuttavia pericoloso, può suggerire un ché di stabile, di ripresentantesi, di organico e biologico nell'efficacia della prescrizione del sintomo. Si prenda per esempio questo scivolone watzlawickiano: *"L'effetto paralizzante del paradosso pragmatico non è affatto limitato ai primati o ai mammiferi; in generale gli effetti del paradosso rendono ugualmente vulnerabili anche gli organismi con un sistema nervoso e un cervello piuttosto rudimentali. Perciò è lecito supporre che questo processo coinvolga qualche legge fondamentale dell'esistenza"*. Forse quel ragazzo Rom del precedente esempio non aveva a che fare con l'esistenza.

²³ Riportiamo qui le esatte parole con le quali Herbert Blumer elenca le premesse dell'Interazionismo Simbolico:

"La prima è che gli esseri umani agiscono verso le cose sulla base del significato che queste hanno per loro [...].

La seconda premessa è che il loro significato è derivato da, o sorge, dall'interazione sociale di ciascuno con i suoi simili. La terza è che questi significati sono trattati e modificati lungo un processo interpretativo usato dalla persona nel rapporto con le cose che incontra." (Blumer, 2006).

perché pratico terapie brevi. Il cliente viene due volte e al terzo incontro dice di sentirsi molto meglio (so che spesso si tratta di suggestione e non mi illudo che duri), ma aggiunge: "Vuol dire quindi che abbiamo già finito?" Non mi aspettavo tale domanda e offro la tipica risposta del terapeuta che non sa cosa dire: "Secondo lei?"

Forse il mio non verbale denota ottimismo, perché il cliente, con entusiasmo dice: "siiiii, lo sapevo, accidenti, lei ha fatto un lavoro fantastico."

Lo rivedo dopo un anno in un ristorante milanese, mi vede, mi trascina letteralmente verso il suo tavolo di amici e mi presenta così: "Questo è l'uomo che l'anno scorso mi ha salvato la vita!"

2) Cologno Monzese, 1995. Sono lo psicologo di una scuola superiore. Ho una lunga lista di attesa. Un ragazzo mi chiede l'appuntamento. Sono costretto a dirgli che lo potrò vedere solo dopo due mesi. Passati i due mesi il ragazzo viene, dice di venire più che altro perché aveva l'appuntamento, ma che ora sta bene, il problema si è risolto. "Bene!" dico io, "E come s'è risolto?"

"No so, si è risolto due mesi fa, proprio quando ho preso l'appuntamento con lei."

*3) C'è una raccomandazione tipica delle terapie strategiche: il cliente non sappia che il terapeuta mette in atto strumenti strategici (detto in modo poetico: **solcare il mare all'insaputa del cielo**), ma sul campo ho potuto verificare anche altro, riporto piccoli esempi:*

-Dottore, adesso mi sta prescrivendo il sintomo, vero? Come ci ha spiegato nella conferenza di sabato scorso, giusto?

-Giusto

-Bene, sento che sto già meglio, mi piace questo metodo.

E ancora:

-Sa dottore, solo ad ascoltarla ieri sera, nell'incontro per i genitori, quando parlava di...come si dice? Prevenz...

-Prescrizione del sintomo?

-Prescrizione del sintomo, sì, mi sono sentita più leggera.

O addirittura:

-Dottore domani dovrei fare quella cosa...sono già un po' ansiosa, mi dica che devo esser ansiosa, come fa di solito lei, così mi calmo.

-Va bene, allora... mi stia bene a sentire

-Sì

-Domani, quando sentirà che sta arrivando l'ansia...ma guardi che questa cosa deve farla alla lettera

-Sì, sì, sì, lo so

-Dovrà con tutte le sue forze...

-Siiii?

-Dovrà provare l'ansia più terribile e soffocante che riesce a provare

-Ooooooh, bene! (Masoni, 2016)

4) Ci sono terapie nelle quali il terapeuta chiacchiera amabilmente col cliente e sembra che non sia per nulla chiaro dove voglia andare a parare (McNamee & Gergen, 2016).

7. Conclusioni

Se volete, siate strategici, oppure indessicalizzate; se volete trasformate le prescrizioni paradossali in rituali, o fate altro e, la cosa non è per nulla facile, chiacchierate rispettando l'altro.

Quest'ultima posizione a mio parere le riassume tutte.

A questo punto ciò che appare affacciarsi al palcoscenico della mente di un cliente prima che subentri un terapeuta è una nuova idea, una nuova soluzione, dettata dal fatto che oggi si usa così: *l'andare in terapia*. Ed è per questo che, ora, se il terapeuta scelto corrisponde almeno un po' a ciò che il cliente immaginava, riesce a cambiare. Che il terapeuta sia o no strategico non ha alcuna importanza, se vi piace farlo utilizzate pure la storia delle tentate soluzioni, ma *fate solcare il mare sotto lo sguardo benevolo del cielo*.

Riferimenti bibliografici

- Ausubel, D. V. (1994). *Educazione e processi cognitivi*, Franco Angeli, Milano.
- Bateson, G. (2013). *Per una ecologia della mente*, Il Narratore, Milano.
- Bertalanffy, L. von (1900). *Teoria generale dei sistemi*, Mondadori, Milano.
- Blumer, H. (2006). *La metodologia dell'interazionismo simbolico*, a cura di Raffaele Rauty, Armando Editore, Roma.
- Freud, S. (2012). *L'interpretazione dei sogni*, Mondadori, Milano.
- Masoni, M.V. (2016). *Psicoterapia e perdono. Obbligare la "norma" al perdono*, Giuseppe Laterza, Bari.
- Masoni, M.V. (2000). *La consultazione psicologica nella scuola*, Giuffrè, Milano.
- McNamee, S. & Gergen, K. (2012). *La terapia come costruzione sociale*, Franco Angeli, Milano.
- Russell, B. & Whitehead, A. N. (2011). *I principi della matematica*, Bollati Boringhieri, Torino.
- Watzlawick, P., Helmik Beavin, J. & Jackson, D. (1978). *Pragmatica della comunicazione umana*, Astrolabio Ubaldini, Roma.
- Watzlawick, P. & Nardone, G. (2014). *L'arte del cambiamento*, Ponte alle Grazie, Firenze.
- Watzlawick, P. & Nardone, G. (1997). *Terapia breve strategica*, Cortina R., Milano.
- Watzlawick, P., Weakland, J. H. & Fish, R. (1978). *Change*, Astrolabio Ubaldini, Roma.
- Wiener, N. (1997). *Introduzione alla cibernetica*, Bollati Boringhieri, Torino.