

Note sulla polifonia del sé in psicoterapia

Diego Romaioli¹

Riassunto. Il presente contributo si sofferma su alcune idee matrici sviluppate dall'autore per approfondire l'uso della metafora della "polifonia del sé" nel contesto della psicoterapia. Si tratta di una prima stesura inedita, risalente al 2008. Dopo aver introdotto riflessioni volte a distinguere tale proposta teorico-operativa da prospettive più individualiste e fondazionaliste della psicologia, verranno presentate tre situazioni cliniche come espediente per illustrare un *modus operandi* utile a co-costruire alternative alle storie di vita problematiche. Il quadro di riferimento così delineato pone al centro dell'argomentazione il rapporto di coerenza tra giudizi e azioni degli individui, articolando una comprensione del fenomeno noto come akrasia (l'agire contro il miglior giudizio) come esito di processi di interazione sociale.

Parole chiave: Polifonia e molteplicità del sé, Akrasia, Psicoterapia.

Abstract. The present contribution focuses on several foundational ideas developed by the author to delve into the utilization of the metaphor of the "polyphony of the self" within the context of psychotherapy. This represents an initial unpublished draft dating back to 2008. Following the introduction of theoretical considerations aimed at distinguishing the proposal from individualistic and foundationalist perspectives in psychology, three clinical situations will be presented to illustrate an operative approach useful in co-constructing alternatives to problematic life narratives. The outlined framework places at its core the argument for coherence between individuals' judgments and actions, articulating an understanding of the phenomenon known as akrasia (acting against one's better judgment) as an outcome of processes of social interaction.

Key words: Polyphony of the self, Akrasia, Psychotherapy.

Ogni principio è tale solo se può essere trasgredito: siamo liberi fin quando possiamo contraddirci.

Alessandro Salvini

È proprio dell'aforisma enunciare verità che sembrano menzogne e menzogne che sembrano verità.

Gesualdo Bufalino

La verità è che la verità cambia.

Friedrich Nietzsche

¹ PhD, Ricercatore presso il Dipartimento FISPPA e Psicoterapeuta presso il Centro SCUP, Università di Padova.

1. Introduzione

Il presente contributo vuole prendere in considerazione le implicazioni terapeutiche derivate dal riconoscere il cliente come abitato da una pluralità di mondi², non sempre definibili a-priori e certamente non riducibili entro il perimetro delle apparenze di un corpo, percepito come unico e tangibile (Salvini, 1994a.; 1994b.; Elster, 1985). Buona parte della tradizione occidentale sembra infatti legittimare una visione dell'individuo fortemente ancorata alle premesse dell'ideologia illuminista, secondo la quale le persone emergono come fondamentalmente razionali e internamente coerenti, cioè capaci di sostenere principi e di agire in armonia con essi nelle diverse situazioni (March, 1994; Merton, 1968). A fronte di questi presupposti gli interventi terapeutici sembrano prevalentemente orientati a incrementare le strutture razionali degli individui, senza riconoscere peraltro che, nella stragrande maggioranza dei casi, essi sono già pienamente consapevoli dell'irragionevolezza della loro condizione, oltre a essere in grado di compiere deliberazioni corrette in favore di una condotta che reputano ideale (Romaioli *et al.*, 2008).

Quanto non può più passare inosservato è come – in anni recenti – i cosiddetti “casi clinici” siano effettivamente costituiti da persone ampiamente familiarizzate al rischio, depositarie di un raffinato ed erudito sapere psicologico e, talvolta, anche ben informate circa i “meccanismi” che sostengono la loro situazione “patologica” (Searle, 2001). Non è infatti raro trovare accaniti bevitori che conoscono a menadito gli effetti dell'alcool sulla zona reticolare del cervello, medici in camice bianco che si accendono una sigaretta dopo un'operazione chirurgica per cancro ai polmoni o persone “esperte” di *bias* cognitivi tuttavia incapaci di fare della propria teoria una dimensione significativa della loro vita. Nonostante ogni buon proposito, quindi, l'esperienza del fallimento è sempre dietro l'angolo, molte volte peggiorata da credenze (sostenute anche e soprattutto dalle nostre agenzie) che ravvisano nella mancanza di motivazione l'essenza prima del non riuscire ad aderire ai propri giudizi (Romaioli, 2007). La logica retrostante è, in effetti, molto semplice e lineare e si muove saldamente ancorata alla premessa che l'identità della persona sia unica e coerentemente organizzata al suo interno. Così se:

- A crede che sia giusto fare X ma compie Y allora
- o A è in malafede rispetto a X;
- o A non ha avuto sufficienti requisiti (cognitivi, emotivi o volitivi...) per adempiere a X.

Qualunque sia la soluzione propugnata entro questo schema, la persona è vincolata a viverci come screditata o screditabile rispetto alla sua “incapacità” di aderire al miglior proposito, creando lo spazio – tra queste sue debolezze – per interventi terapeutici dal vago sapore assistenziale e di carattere correttivo. Il principio logico del terzo escluso non ammette, cioè, che una persona possa viverci secondo una contraddizione, ad esempio: affermando X e agendo contemporaneamente Y, o credendo che X sia giusto e, tutto considerato, tollerare Y in alcuni casi (Anscombe & Teichmann, 2000;

² Il proposito qui segnalato è stato ripreso e sviluppato successivamente in diversi contributi dell'autore; due di particolare rilievo discendono direttamente dalle idee qui abbozzate:

Romaioli, D. (2013). *La terapia multi-being. Una prospettiva relazionale in psicoterapia*. Taos Institute Publications.

Romaioli, D. (2023). Framing the tendency to betray one's good intentions. Akrasia as a dialogical dynamic. *Journal for the Theory of Social Behaviour*.

Davidson, 1980). Questo discorso, conosciuto dai greci anche con il termine di *akrasia* (Aristotle, 1953; Charlton, 1988; Mortimore, 1971), ci consente tuttavia di mettere a fuoco alcuni presupposti entro i quali tale situazione si configura come problematica e, soprattutto – cosa che a noi preme maggiormente in questa trattazione – di allontanarci da essi alla ricerca di schemi di intelligibilità più adeguati ai fenomeni che il clinico incontra nella stanza della psicoterapia.

2. L'identità unica, l'infinità dei problemi

La cultura occidentale vede essenzialmente l'individuo come unico e separato dagli altri, una convinzione questa che, come abbiamo detto, resta inviolata alla base di differenti pratiche psicoterapeutiche, determinando – di conseguenza – sia l'assetto dell'intervento, che le possibili inferenze nel valutare la condizione problematica del cliente (Gergen, 2006). In linea con queste premesse, il clinico sarà infatti indotto a credere che la persona sedutagli di fronte sia effettivamente portatrice di un problema, a qualche livello, e che la strutturazione di tale problema dipenda da preordinati meccanismi psicologici (pensieri irrazionali, conflitti inconsci...) suggeriti dalla teoria di riferimento (Romaioli, 2008). Così la persona che giudica bene ma agisce male, sarà a sua volta giudicata (dal terapeuta) come incapace, pigra, non motivata, oppure, a seconda del paradigma scelto, come condizionata, vittima di emozioni, malattie, moti passionali o complessi di vario genere e natura. Nel tentativo di colmare la distanza tra il miglior giudizio che la persona esprime e le sue azioni (problematiche, da un certo punto di vista), si produrranno quindi differenti ipotesi in grado di spiegare l'anomalia e di sopperire alla mancanza di senso che si incontra ogni qualvolta ci si allontana da una convenzione sociale (Bruner, 1987). In questo caso, la convenzione è rappresentata dal ritenere le persone capaci di una valutazione razionale e di conformarsi a quelle deliberazioni che, nel soliloquio della loro stanza, esse esprimono a proposito di sé e del mondo. Detto altrimenti, si potrebbe affermare che un parere condiviso sostiene l'idea che l'azione discenda direttamente da giudizi, intenzioni, valutazioni morali e desideri, principi per lo più astratti che si pongono a guida del comportamento delle persone, in quanto lo implicano logicamente (March, 1994). Così se l'azione risultasse problematica, sotto qualche aspetto, allora si prefigurerebbero due soluzioni concettuali, entrambe accreditate presso le stanze della psicoterapia: da un lato il ragionamento porterebbe a credere di essere in presenza di una persona i cui giudizi emergono come altrettanto problematici; dall'altro, invece, potremmo pensare di trovarci di fronte a una "persona problematica", nella misura in cui essa non si rivela in grado di agire in conformità ai propri giudizi. Nel primo caso, la risposta sociale che ne può scaturire sarà di tipo etico/morale, in quanto prefigura nell'altro un'intenzionalità cattiva, sbagliata e, tutto sommato, non condivisibile sul piano valoriale. A fronte di questo, istituzioni educative, religiose o pedagogiche possono offrirsi come rimedio per inculcare il buon giudizio nella testa della persona. Nel secondo caso, la risposta sarà invece di tipo medico/assistenziale, in quanto viene presupposta un'anomalia da correggere che impedisce la normale interconnessione tra principi, valori, giudizi, intenzioni e la sfera dell'azione.

Ma questa connessione è davvero una condizione di normalità? Un requisito ontologico al quale il terapeuta deve costantemente ispirarsi nella sua pratica clinica? E se così non fosse, quali nuove prospettive e quali consapevolezze si aprirebbero alla pratica psicoterapeutica? Prendiamo il caso di un ragazzo che, durante una serata annoiata, si trova a gozzovigliare di fronte alle inferiate della sua scuola. Parla con un amico e, in un attimo di complicità, senza rifletterci troppo, prende un sasso e sfascia la

vetrata della porta di ingresso. Dovremmo, in questo caso, convenire che quel ragazzo è un vandalo e che, al momento di agire, la sua intenzione fosse *realmente* quella di compiere azioni vandaliche? Infondo, se restassimo imprigionati all'interno di una logica individualista, che presuppone l'identità come sempre uguale a sé stessa e assume un principio di coerenza tra azioni e intenzioni, saremmo probabilmente orientati a inferire proprio questo. E poche saranno le riflessioni spese per comprendere come quella stessa azione, in quella situazione e di fronte a un gruppo di coetanei, potesse assumere un *significato* diverso per chi l'ha compiuta. Di più, in ragione di questa stessa logica, una volta che gli astanti (ad esempio, genitori e professori...) abbiano riconosciuto l'individuo responsabile per quel gesto deprecabile, questi corre il rischio di essere costantemente ridotto a esso, restando imprigionato in un gioco di interazioni che, in effetti, può perpetuare le condizioni per altre azioni problematiche (Lemert, 1967; Matza & Sykes, 1957). Molte volte, infatti, il principio di coerenza in funzione del quale osserviamo gli altri o, viceversa, pensiamo a noi stessi può configurarsi come un procedimento che riduce le potenzialità delle storie che potremmo abitare, subordinando alla razionalità/irrazionalità fittizia di un momento, il seguito di un mondo di significati ancora da scrivere.

3. Tra razionalità e irrazionalità: il razionalismo sociale

Il costituirsi di un giudizio circa un oggetto o evento *x* equivale a un'attività di condivisione di significati, tale per cui da essi viene implicato il rapporto che l'attore deve intrattenere con quel dato oggetto o evento. Ciò che a noi interessa, quindi, è il particolare statuto che conferiamo al concetto di significato e le modalità attraverso cui esso può costituirsi come principio delle azioni umane. Come sintetizza Blumer (1969), esistono essenzialmente tre modi in letteratura per considerare il significato. Una prima tradizione considera il significato come un contributo psicologico apportato dalla persona all'oggetto o all'evento cui si riferisce. Esso emerge pertanto come qualità dalla struttura cognitiva e razionale dell'individuo, organizzandosi in funzione delle sue credenze, desideri e valori. Secondo questa prospettiva, che potremmo definire "endogenica", il significato dipende dai processi interni al soggetto conoscente e si configura come l'espressione degli elementi psicologici dati entro uno specifico sistema cognitivo. L'impostazione razionalista che ne deriva infatti assume un punto di vista derivato principalmente dalla teoria economica della scelta razionale secondo la quale le azioni che operiamo esprimono i nostri valori, guidati da modelli razionali come la teoria dell'utilità, le regole di ottimizzazione, la minimizzazione del dolore e altri fattori simili (Ajzen, 1991; Fishbein & Ajzen, 1975). Come abbiamo già segnalato, in questa cornice il cliente che continua a fumare nonostante la *buona intenzione* di smettere viene visto con sospetto, essendo difficile ammettere che gli esseri umani possano qualche volta agire in modo non consono a come essi giudicano.

Una seconda tradizione considera invece il significato come intrinseco alle cose in sé, cioè come parte naturale ed essenziale della loro rappresentazione oggettiva. In questo senso, il significato è predata all'attività della persona; definendosi come elemento emanato direttamente dalla natura del mondo, esso non richiede alcun *processo di formazione* da parte dell'individuo, in quanto può essere solo riconosciuto e accettato per quello che è. Nelle parole di Blumer (1969, p. 41) il significato, "essendo intrinseco alla cosa che lo esprime, deve solo essere reso autonomo, così da poter considerare la cosa oggettiva che lo determina". Questa posizione è trasversale a quel filone della cultura occidentale che altrove è stata denominata "prospettiva esogena" (Gergen, 1985), riferendoci all'insieme delle teorie della conoscenza che

riconoscono una priorità al mondo esterno. Entro questa prospettiva il giudizio risulta secondario e ininfluenza sul comportamento umano, essendo questo principalmente orientato dalle determinanti del mondo empirico che, di volta in volta, l'individuo subisce. Questa impostazione, che potremmo anche definire "irrazionalista" (Bruner, 1990) rende la questione difficile da comprendere per un motivo inverso: infatti, se il comportamento è l'esito di determinanti oggettive proprie del mondo esterno, come è possibile che per la maggior parte dei casi l'azione degli individui risulti intelligibile secondo qualche criterio di razionalità?

A questo punto, occorre fare un passo indietro e considerare attentamente quali proprietà assume per noi un'azione nel momento in cui la definiamo come razionale. Sono ormai molti gli studi che sostengono come ogni principio di razionalità che invochiamo per comprendere le azioni umane, non appartiene infondo al mondo della logica, ma emerge sempre e necessariamente come dimensione sociale, cioè come uno schema di intelligibilità che viene negoziato a partire da una coordinazione tra individui (Davidson, 2004; Gergen, 1999; Rorty, 1992). Fissarsi orecchini giganteschi al naso e alle orecchie può apparire un comportamento sciocco o "irrazionale" ai nostri occhi eppure, in diverse culture tribali, lo stesso rituale è previsto dalla comunità come modo per marcare simbolicamente le fasi di passaggio degli individui, stabilendo la loro posizione gerarchica nella tribù. Anche all'interno della stessa cultura occidentale, differenti "nicchie simboliche" possono contribuire a generare, per lo stesso gesto, significati antitetici, ad esempio, conferendo all'orecchino un valore puramente estetico, piuttosto che un vessillo di appartenenza, o l'espressione di un orientamento sessuale libero. La nostra razionalità, cioè – il modo in cui noi consideriamo determinate azioni plausibili e, quindi, percorribili – è solo una delle tante razionalità possibili in quanto emerge come accordo intersoggettivo all'interno di una specifica tradizione culturale (Berger & Luckmann, 1966).

A questo proposito, la terza prospettiva sul significato che vogliamo prendere in considerazione assimila e trascende le teorie endogeniche ed esogeniche, configurando il significato innanzitutto come un processo emergente in un contesto interattivo e non, come nei casi sopra discussi, considerandolo alla stregua di un dato cristallizzato, visto nel mondo là fuori o nella mente qui dentro. In questo senso, il significato è un processo generato nelle fasi di interazione sociale, in quanto ogni gesto deve necessariamente comprendere la reazione degli altri per ottenere, di fatto, il "privilegio" del significato. Come scrive Mead (1934, p. 102), "la struttura logica del significato va rintracciata nella triplice relazione del gesto con la risposta e con la risultante di un determinato atto sociale. La risposta, da parte del secondo organismo, al gesto del primo rappresenta l'interpretazione e rivela il significato di quel gesto in quanto indicativo della risultante dell'atto sociale da esso iniziato e nel quale entrambi gli organismi risultano pertanto implicati". Quindi noi impariamo ciò che è giudicato come giusto o sbagliato dalla relazione con gli altri, ma si tratta di una conoscenza distribuita *tra* gli individui piuttosto che un fatto privato al quale siamo vincolati a corrispondere. I giudizi, le intenzioni, i desideri, le opinioni così come gli atteggiamenti più in generale nei confronti della vita non si configurano come istanze caratteristiche della persona, ma emergono sempre come posizionamenti reciproci all'interno delle particolari conversazioni entro cui siamo coinvolti. Di più, alla stregua delle azioni che compiamo, anche i giudizi che sosteniamo in certe situazioni non appartengono a una dimensione cognitiva pronta a pilotare il nostro comportamento. Essi sono piuttosto un'azione sociale e vanno trattati come i tentativi che la persona fa per coordinarsi (all'interno di una situazione) con gli individui verso cui *l'atto di sostenere quel giudizio*

è rivolto (Wittgenstein, 1953; Harré & Tisaw, 2005). Torneremo su questo punto nel prossimo paragrafo. Per il momento, basti ricordare che quanto stiamo sostenendo equivale infondo ad ammettere una razionalità nuova per l'individuo, una *razionalità sociale* che è totalmente imbricata nelle relazioni e che risulta intelligibile solo se rapportata ai diversi contesti simbolici ai quali l'individuo partecipa. Il solipsismo psichico a cui siamo abituati e che, molte volte, diamo per scontato nell'approccio con i clienti in psicoterapia, viene in questo caso sovvertito dall'idea che l'individuo sia più simile a un corteo sociale, costantemente impegnato in un flusso di conversazioni che si sviluppano all'interno delle interazioni sociali a cui prende parte.

4. Inversioni del processo conoscitivo

Buona parte delle assunzioni che stiamo contestando (o a cui, semplicemente, stiamo trovando un'alternativa) sono sopravvissute grazie al potere persuasivo di metafore che gli individui, compresi gli psicologi durante il loro lavoro, hanno assunto per vere o, quanto meno, come plausibili per rendere intelligibile l'articolarsi dell'azione umana. Tra le più accreditate, ricordiamo ad esempio l'idea che le persone usino particolari "lenti per osservare il mondo" e, in funzione di tali lenti, costruiscano azioni coerenti con quanto esse giudicano essere la cosa migliore. Da questa impostazione, che implica ancora una separazione cartesiana tra i concetti di *voluntas* e *actio*, deriva una seconda importante metafora che considera gli individui "detentori di una specifica identità" posta a fondamento delle loro azioni.

Nonostante queste costruzioni abbiano costituito per lungo tempo un potenziale euristico, anche e soprattutto nel contesto storico di evoluzione della nostra disciplina, esse hanno di fatto mantenuto l'attenzione dei clinici prevalentemente orientata a cogliere le dimensioni interne, costitutive della persona. Siano queste chiamate con i termini di tratti di personalità, di costrutti personali o di rappresentazioni, il risultato è sempre quello di dar forma a un processo conoscitivo (agito dal terapeuta) volto a collezionare un elenco di attributi sintomatici e distintivi della persona (Compagnon, 1998), cristallizzando – in questo processo di selezione e di attribuzione – o i significati in funzione dei quali gli attori hanno agito (come nelle prospettive costruttiviste e umanistiche) oppure i significati in funzione dei quali uno sguardo normativo ha potuto cogliere le loro azioni (come in alcune teorie cognitive, psicodinamiche e personologiche). Infatti, mentre il terapeuta persegue attraverso vari espedienti il suo intento diagnostico, l'individuo viene disancorato da ogni contesto sociale presso il quale è coinvolto, per essere collocato nel "luogo da nessuna parte" dove la replica delle sue azioni (comprese quelle problematiche) viene garantita dal fatto di ridurle a un insieme di caratteristiche personali, coerentemente organizzate al suo interno.

A questo proposito, è però opportuno ricordare la natura essenzialmente dialogica dei processi conoscitivi in psicoterapia, i quali non possono approdare a una descrizione obiettiva e neutrale di un sistema, quanto contribuire a generare la sua riorganizzazione contestuale, la quale assumerà sempre e necessariamente una forma fluida e vincolata alla relazione entro cui emerge. Detto altrimenti, la prospettiva che qui sto tentando di delineare, non solo ci consente di riconfigurare una visione dell'individuo come distribuita all'interno delle relazioni, ma offre anche al terapeuta la consapevolezza di essere parte attiva (e imprescindibile) di questo processo (Salvini, 1988). Ogni sua comunicazione, infatti, potrà contribuire a evocare o a far emergere parti diverse del suo interlocutore, in un gioco (linguistico) che, così come può legittimare la storia del problema come unica e oppressiva, può anche promuovere storie a essa alternative, valorizzando la scoperta di nuovi mondi di senso e di

significato. In effetti, quanto il terapeuta dovrebbe costantemente tenere presente è l'impossibilità di rivolgersi alla globalità della persona che invece si offrirà sempre, nel dialogo, per scorci e adombramenti: a lui/lei verrà lasciato il compito di scoprire "chi" sta parlando in quel momento, per quali ragioni, in risposta a chi, quale voce viene affermata e quale taciuta.

Adottando questa prospettiva, dunque, il terapeuta si esonera dal rischio di considerare il suo interlocutore come *nient'altro che* quella persona seduta di fronte, evitando di ridurre i connotati della sua identità ai limiti tracciati dal resoconto sul problema. In questo senso, il terapeuta può aderire a un processo conoscitivo entro cui, da un lato, il suo interlocutore può apparire come una fonte di potenzialità inesprese, non esauribili entro il perimetro di quanto emerge nella situazione clinica. Dall'altro, risulta meglio praticabile un percorso di comprensione dell'altro che, anziché muoversi verso l'interno, cioè alla scoperta del "mondo interiore" della persona, segue di fatto un procedimento inverso: ogni stato d'animo o presa di posizione, ogni giudizio, proposito o fallimento raccontato nella storia clinica, cioè, viene sempre rapportato alla situazione interattiva in cui il cliente si è trovato ad agire, rendendo intelligibile la sua specifica posizione in riferimento al contesto entro cui si è sviluppata.

Dobbiamo inoltre tenere in considerazione che l'atteggiamento comprensivo del terapeuta è sempre performativo della realtà (clinica). In questo senso, l'atto conoscitivo che si sviluppa non può – e non dovrebbe essere – né diagnostico (cioè perseguire a una categorizzazione del cliente in funzione della quale si rendono praticabili specifiche operazioni cliniche), né prettamente fenomenologico (cioè teso a conseguire una comprensione *esaustiva* della teoria della mente dell'altro). Ogni comprensione della realtà del cliente appartiene infatti a una dimensione dialettica in funzione della quale i significati vengono costruiti e negoziati, anziché scoperti e reificati. Ecco perché lo sguardo del terapeuta ha la necessità di essere aprioristicamente "costruttivo" e capace di configurare, nell'atto stesso del conoscere (e non del ri-conoscere), una realtà adeguata ai processi di cambiamento che è possibile generare con il cliente.

5. Voci multiple in conversazione

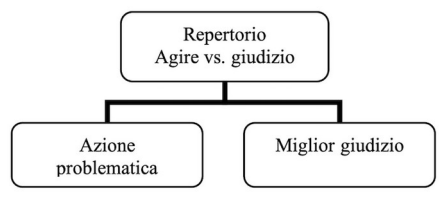
In ogni conversazione con il cliente in psicoterapia, dunque, possiamo immaginare che ci siano almeno due personaggi che si affacciano sulla scena. Uno è quello generato dalla relazione con il clinico e impegnato nel gioco linguistico sviluppato all'interno della psicoterapia. Questo personaggio sostiene una certa valutazione (normativa) rispetto al "che tipo di persona sono" e, presumibilmente, è quello che imputa l'altro sé di *avere* un problema proprio perché si discosta da questa valutazione. L'altro è il personaggio a cui la narrazione del cliente si riferisce e che, di fatto, *agisce* il problema lamentato. Entro questa cornice, possiamo allora comprendere come la coerenza non sia parte costitutiva dell'identità della persona, nella sua totalità, ma emerga piuttosto come una coerenza settoriale e retorica, rivendicata da ciascuna delle voci che si avvicinano nel racconto (Billig, 1996). Ogni voce evocata tenderà, infatti, di mantenere una sua continuità autobiografica, occultando una discrepanza eccessiva tra la situazione presente e quella passata. Ma un aspetto ancora più importante sarà quello di considerare ciascuna voce come intelligibile soltanto se ascoltata all'interno della struttura dialogica entro la quale si sviluppa, dove ogni affermazione emerge come risposta a una affermazione precedente sostenuta, ad esempio, da una voce contraria (Hermans, 2001, Bakhtin, 1981). In questo caso, assisteremo a quel fenomeno curioso (e per certi versi paradossale) in cui ciò che una persona dice, pensa o fa assume

significato proprio in relazione a quella parte di mondo che, apparentemente, essa nega.

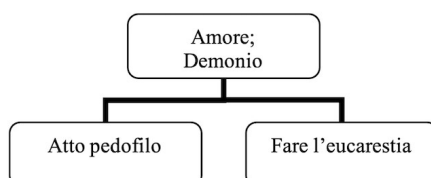
Tornando alle nostre considerazioni iniziali, quindi, la persona che esprime un “certo proposito” potrà essere considerata ancora come autentica e in buona fede, proprio perché, nel momento in cui afferma la sua posizione sta partecipando a uno specifico gioco linguistico con altre persone, siano queste realmente presenti come interlocutori o evocate sul piano dell’immaginazione. Dando espressione a un giudizio sostenuto, ad esempio, da una “voce giuridica” oppure da una “voce etica”, essa potrà considerare biasimevole l’idea di compiere un gesto come quello di demolire le vetrate di una scuola, in quanto le istituzioni dovrebbero essere sempre rispettate. Di più, sostenere questa stessa opinione equivale a produrre una determinata azione sociale sulla specifica situazione, costruendo una *forma di vita* che, nella coordinazione con altri individui, può contribuire a legittimare le istituzioni stesse, piuttosto che ad avvalorare sistemi di credenze condivise o a generare fatti politici e precedenti morali (Wittgenstein, 1953; Berger & Luckmann, 1966).

Allo stesso modo, l’azione considerata problematica continuerà a mantenere una sua razionalità entro i confini della situazione in cui si è generata, proprio perché il coro di voci che la sostengono sarà diverso e necessariamente negoziato entro la coordinazione con gli altri individui con i quali l’azione è intersecata. Sollevare un masso da terra e ricevere un plauso o un sorriso ammiccante, può già essere condizione sufficiente per riconfigurare la situazione “demolire la vetrata” da un piano giuridico a un piano ludico, rendendo praticabile quel gesto all’interno della dimensione interattiva in cui gli attori sono coinvolti. L’irrazionalità, dunque, ha sempre una sua razionalità contingente per rispondere a particolari esigenze, e questo al di là della logica formale. Ciò significa che ogni configurazione di azione, per quanto assurda, smisurata o fuori luogo, può sempre essere resa intelligibile in funzione del contesto entro la quale si è svolta e del posizionamento che l’attore ricopriva in quel particolare momento (Harré & Van Langenhove, 1999).

A fronte di quanto detto, possiamo infine riconfigurare la questione del cliente che “sapeva cosa fosse meglio per lui ma non lo ha fatto” come un particolare tipo di conversazione (ispirata o meno dal terapeuta) entro la quale l’interlocutore è invitato, nel gioco delle parti, a fornire una giustificazione plausibile per la sua azione, *ora* giudicata problematica. In questo caso, l’individuo che esprime questo repertorio si trova imprigionato in un “dilemma normativo”, in quanto dimostra di condividere, a qualche livello, le significazioni in funzione delle quali la sua azione è stata screditata per le conseguenze che ha avuto. Possiamo quindi immaginare che, nel momento in cui una persona ammette di aver agito contro giudizio, essa si sia di fatto allontanata dalla situazione in cui l’azione è avvenuta e cominci a condividere, dando retta a una delle altre voci in competizione, un nuovo significato sull’evento. In questo suo spostamento, inoltre, è plausibile che l’attore sveli il processo discorsivo che, eventualmente, gli ha consentito di perseverare nella sua azione problematica, autorizzando, in un certo senso, quella parte di sé a compiere l’azione criticata nell’istante successivo. Detto altrimenti, qualora invitati a rispondere alla domanda “perché l’hai fatto?” o “come ti sei ritrovato a questo punto?” i clienti potranno riferirsi ad argomentazioni socialmente accreditate che, sul piano retorico, consentono di giustificare in qualche modo l’azione problematica, dando prova delle innumerevoli contraddizioni che soggiacciono intatte alla base della nostra società contemporanea (Toulmin, 1990; Jameson, 1984; Lyotard, 1979).



Come esempio, potremmo portare il caso di un prete che si ritrova a compiere atti di pedofilia. Queste azioni possono evolversi all'interno di mondi di significato che, ad esempio, configurano l'intimità e la vicinanza tra adulto e bambino come un'espressione di tenerezza o di semplice scambio affettivo. Tuttavia, una reazione inattesa e disgustata del ragazzo, oppure la presenza di uno sguardo terzo che si interpone fra i due, può essere sufficiente a tradurre quello che poteva essere un segno di amicizia in un gesto ambiguo e malizioso del quale *ci si dovrebbe vergognare*. Di più, una volta che il prete abbia potuto familiarizzare con questo punto di vista normativo sull'azione e abbia riconfigurato, ad esempio, il suo gesto come "atto pedofilo", è plausibile che egli si trovi nella condizione di voler giustificare al suo sé attuale qualcosa che il suo sé di allora ha compiuto, ricostruendo una coerenza contingente che, di fatto, crea i presupposti (concettuali) per la replica dell'azione problematica. Ad esempio, uno scenario socialmente significativo che possa rendere plausibile l'evento potrebbe invocare la presenza del demonio e l'idea di essere costantemente oggetto delle sue tentazioni. Questa azione, così riconfigurata, difficilmente potrà essere vissuta ancora nei termini di una dimostrazione di affetto. Infatti, proprio in ragione della coordinazione del gesto con la risposta dell'altro, l'atto sociale è ormai mutato di significato, vincolando gli individui coinvolti a giustificare la loro posizione e a viverci, entro certi gradi, in coerenza con esso (Harré *et. al.*, 1985).



Solitamente, ma non necessariamente, queste argomentazioni che giustificano l'azione consentono di sconnettere l'intenzionalità dell'agente dalla sua performance (come l'essere preda di moti passionali, avere stati alterati di coscienza, ecc.), preservando – in una certa misura – il campo relazionale entro cui l'individuo è coinvolto nel qui e ora, cioè nel momento in cui comunica di aver agito, in pratica, senza volerlo (cf. Romaioli *et al.*, 2008). Altre volte, invece, il *repertorio dell'agire contro giudizio* può sostenere che l'azione problematica sia stata compiuta con una certa intenzionalità: qui ci troviamo di fronte a comunicazioni con le quali l'individuo tenta di sottolineare il carattere "ribelle" e "rivoluzionario" del suo gesto, oppure, di trasmettere il "profondo senso di conflittualità e frammentazione" che sta vivendo. Sia nell'uno che nell'altro caso, le argomentazioni sostenute si inseriscono in un gioco linguistico volto a destabilizzare il campo relazionale a cui l'individuo partecipa o, semplicemente, a riorganizzarlo in favore di quelle parti di sé che, fino a ora, sono state negate nella relazione.

Come abbiamo visto, se due elementi apparentemente discordanti sopravvivono e vengono replicati dalla stessa persona è perché questi elementi appartengono a

dimensioni contestuali che, difficilmente, entrano in contatto tra loro. Tuttavia, qualora questi elementi vengano messi in comunicazione (da parte di un ipotetico pubblico, o da parte delle sollecitazioni dello stesso terapeuta) è possibile che si venga a generare una realtà possibile in grado di giustificarli entrambi. Questa realtà assume spesso la forma di una narrazione sapientemente intessuta dalla razionalità sociale degli individui e si fa misura di quanto l'identità non sia in effetti unitaria ma totalmente distribuita, generata e replicata all'interno delle interazioni sociali a cui si prende parte.

Nel momento in cui riconosciamo l'individuo come composto da una pluralità di voci anziché assorbito in una singola perentoria voce della coscienza, possiamo anche immaginare come queste voci possano sia ignorarsi che entrare in conversazione tra loro, generando, nello scambio comunicativo, nuove voci a cui prestare ascolto. Questa polifonia del sé, se ben orchestrata dalla prospettiva che qui voglio proporre, può facilmente trasformarsi – come vedremo – da vincolo a possibilità per il cambiamento in psicoterapia.

6. Implicazioni di una metafora: voci multiple nel contesto della psicoterapia

La finzione psicologica di una persona vista come unica e coerente è una metafora che, più di tanto, non sembra aiutare gli psicoterapeuti nella loro pratica professionale. A questa stiamo proponendo una metafora alternativa, che considera l'individuo come abitato da una molteplicità di voci in dialogo tra loro, voci che si generano nei processi di interazione sociale all'interno delle relazioni tra persone. Nel prendere in visione alcune applicazioni cliniche di questa revisione concettuale, voglio tuttavia specificare come il mio contributo non intenda esaurirsi nell'individuazione di brevi precettistiche o nella definizione di tecniche da inserire nella "borsa degli attrezzi" del terapeuta. Ogni metafora è, a questo proposito, generativa, in quanto offre sempre uno spazio negoziale entro cui l'immaginazione e la creatività dell'altro (in questo caso il lettore) sono invitate ad apportare il loro personale contributo. La prospettiva qui proposta si presenta infatti come un'alternativa concettuale di più ampio respiro che consente, sia di riformulare aspetti considerati fondamentali del processo psicoterapeutico, sia di ripensare a note strategie terapeutiche come espedienti per invitare al dialogo le diverse voci del cliente. A fronte di quanto detto, comunque, prenderemo in considerazione alcuni casi clinici sviluppati entro tale prospettiva che esemplificano un *modus operandi* che sfrutta la metafora delle "voci multiple" come artificio di generazione di cambiamenti terapeutici. Nel fare questo ricorrerò a ovvie semplificazioni e alla necessità di ricostruire, per fini esplicativi, delle tipizzazioni rispetto alle problematiche affrontate, pur sapendo che il processo conoscitivo qui proposto non si articola propriamente a partire da tali tipizzazioni.

Nello specifico, prenderemo in considerazione tre possibilità. La prima è un caso di abuso di sostanze, una situazione in cui la persona, seguendo la logica qui esposta, sembra non prestare ascolto ad altre voci che non siano quelle che rivendicano la dose giornaliera. Questa situazione implica una riduzione delle possibilità che la persona si concede, o perché altre voci a cui prestare ascolto devono ancora essere generate o perché, cosa più probabile, le altre voci vengono soggiogate in un gioco retorico che continua perentoriamente a soffocarle. Il secondo è un caso che potremmo classificare tra le problematiche relazionali, dove la persona si ritrova immobile di fronte a un logorio di voci che l'assillano. Preoccupata dal fare o non fare la cosa giusta al passo successivo, l'individuo sembra congelato all'ascolto di varie istanze della coscienza, non sapendo più, tra le tante possibili, a quale voce dare retta. Il terzo, invece, è un caso connesso a problematiche d'ansia avvertite come particolarmente debilitanti nel

contesto scolastico, soprattutto nelle situazioni in cui la persona è esposta al giudizio da parte di altri. In questo caso, le “voci negative” sembrano dominare la scena, facendo ripiegare l'individuo in un vortice di critiche spietate e senza tregua.

Di seguito vengono riportate, per ciascun caso, considerazioni terapeutiche e ricostruzioni adattate a titolo illustrativo degli appunti delle sessioni di terapia svolte, limitandoci a descrivere i passi significativi che ci consentono di descrivere alcune declinazioni operative del discorso fatto fino a qui. In tutte e tre le situazioni, il principio guida è stato quello di condividere con il cliente la possibilità di pensare a sé stesso come a un agglomerato di identità diverse, ciascuna con le proprie esigenze e con il proprio punto di vista: nella maggioranza dei casi questo espediente ha consentito di lenire, almeno in parte, “sentimenti di impotenza” o “sensi di colpa” spesso associati all'esperienza del ripetuto fallimento. Inoltre, possiamo dire che ogni azione terapeutica è stata orientata a generare nuove coordinazioni tra i processi conversazionali a cui l'individuo partecipa (siano questi reali o presentificati dalle “voci”) in modo tale da anticipare e modellare un futuro alternativo a quello immaginato a partire dalla storia problematica. Infatti, mentre buona parte degli interventi tradizionali in psicoterapia resta focalizzato sulle dimensioni che il cliente considera problematiche (senza sfidare dette costruzioni), qui si considera attentamente l'eventualità che le problematiche possano nutrirsi anche a partire dai discorsi che apparentemente le contrastano o le negano. Detto altrimenti, la prospettiva qui sviluppata considera criticamente le modalità razionaliste o pedagogiste di intervento, preferendo a esse un lavoro orientato a moltiplicare le storie possibili e a divaricare, su realtà vissute come monolitiche, nuovi orizzonti di significato.

Primo caso: le voci sommerse e il sé diacronico

Questa è la situazione di N., un musicista in erba, sulla trentina d'anni, che lamenta problemi conseguenti all'abuso di alcool. La decisione di chiedere aiuto allo psicoterapeuta è giunta dopo quella che lui definisce una “sbornia colossale”. N. si è risvegliato la mattina ai bordi di un fossato, qualche chilometro fuori città, e ha capito che non poteva più andare avanti in questo modo. Nelle prime battute del colloquio si può immediatamente scorgere la “razionalità sociale” legata al compiersi delle sue azioni, seppur queste siano state valutate come problematiche almeno da una parte della sua identità. La storia di N. ricorda, in effetti, quella di molti artisti bohemien di fine Ottocento, personaggi affascinanti che si rifugiavano nei caffè a bere assenzio o a fumare oppio in cerca di esperienze e ispirazione.

N: ...Allora non so cosa fosse successo, non riesco a ricordare. So che la mattina al lavoro ero uno straccio, ma più di tanto non me ne importava. La sera prima ero al top! Stavo bene, ho chiacchierato con un po' di gente al bar e poi sono uscito a fare due passi. Non ricordo molto dopo... la camicia macchiata... i fari di un'automobile nella notte... poi la mattina mi sono trascinato fino a casa e mi sono subito messo a scrivere...

T: Scrivere cosa?

N: Canzoni, testi... arrangiamenti...

T: Come ti sei sentito?

N: Strano... mi sentivo diverso... in un altro mondo... avevo cercato di scrivere qualcosa anche il giorno prima ma non ci riuscivo, così avevo deciso di uscire... Quando scrivo canzoni ho sempre bisogno di sentirmi in quello stato, per trovare l'ispirazione...

T: Ah! Meno male che c'è ancora gente in cerca di ispirazione! Quando bevi molto ti senti più ispirato? Ti sembra di scrivere con più facilità...?

N: Sì! Stavo pensando a delle cose che avevo in testa da tempo, di quel progetto... ma non trovavo lo stato d'animo per esprimermi bene, capisci, quando mi riprendo dalla sbornia è come se riuscissi a mettermi in contatto con una parte di me...

Qui il terapeuta contribuisce a riconfigurare l'azione problematica in termini positivi, sottolineando cioè le conseguenze dell'azione come una risorsa che l'individuo ha a disposizione per realizzare aspetti significativi della sua storia. In questo modo, i tentativi che la persona compie per gestire e ridurre ciò che avverte come problema vengono ridotti e, con essi, viene ridotta la costruzione stessa dell'azione come "un problema da risolvere" (Watzlawick *et. al.*, 1967). Inoltre, una volta che la logica del cliente che sorregge il replicarsi dell'azione problematica è stata posta in evidenza, il terapeuta può impegnarsi nell'esplorazione di processi discorsivi alternativi che, in qualche modo, possono contribuire a sovvertire i limiti implicati nelle argomentazioni del resoconto.

T: Ci sono situazioni in cui potresti sentirti altrettanto strano, in un altro mondo, senza bere nulla?

N: Mah! Se ci sono non credo di averle mai vissute...

T: Oh... prova a immaginarla, oppure, pensa a qualcuno che può aver vissuto un'esperienza simile, ma senza bere...

N: Non saprei... Mi viene in mente mio fratello quando era piccolo... Mi ha raccontato di un pomeriggio in cui faceva la pennichella sul divano, ma non dormiva, era in una specie di dormiveglia... sentiva le voci di chi passava in salotto ed era una sensazione strana... Ricordo di averlo preso per matto!

T: E come si sentiva, cioè, puoi immaginare come poteva sentirsi tuo fratello in quella situazione?

N: Mah! Non so, forse anche a me è capitato qualche anno più tardi... è come essere vigile e distante nello stesso tempo... Però adesso è diverso e non credo sia possibile rivivere quelle cose... Non so se risolverò mai questa cosa perché in fondo mi piace... cioè so che è sbagliato, ma non riesco a farne a meno, non so se lo voglio davvero! Sento che mi manca qualcosa... che non sono del tutto a posto...

Nonostante le aspettative di N. siano ancora negative rispetto al risolversi della situazione, sembra comunque che, in qualche misura, egli abbia già sperimentato una configurazione di realtà in cui il sentirsi speciali, diversi e "in un altro mondo" non sia un effetto diretto ed esclusivo del bere alcool. All'interno della conversazione, il problema comincia pian piano a ridefinirsi rendendo prioritario, non tanto il fatto di smettere di bere, quanto di trovare altre modalità per entrare nello stato di coscienza che consente a N. di trasformarsi in un eccelso musicista. La voce che gli chiede di restare sobrio, infatti – seppur presente – è ancora messa a tacere dalla "voce dell'artista" che, dal canto suo, reclama l'attenzione necessaria per ricreare quel mondo particolare in cui pensieri e sensazioni possono finalmente trovare ordine e forma. A questo punto, il terapeuta considera importante riportare sulla scena una "terza voce", una che al momento non è effettivamente presente ma che è possibile evocare (o invocare) dilatando il percorso della storia nello spazio e nel tempo. La moltiplicazione delle storie, infatti, può anche avvenire de-strutturando l'idea del tempo come lineare,

consentendo a sé passati o futuri di far sentire la loro voce e di entrare in dialogo con le altre voci che, al momento presente, possono generare il conflitto.

T: Immagina per un istante di avere a disposizione una macchina del tempo, una di quelle tanto romanzate da scrittori e registi. Immagina di poter viaggiare nel futuro, un anno, due anni, tre anni, immagina di essere nel 2030. So che stai bene e che sei diventato un autore affermato. So anche che non hai più bisogno di bere alcool per trovare l'ispirazione che cerchi. Prima di tutto ti chiedo, come ti senti?

N: Ehm... mi sento strano, mi viene da ridere... però sì, sto bene. Mi sento... bene, come se non fossi più in apnea per ogni cosa. E' una sensazione forte, di pienezza, mi sento completo e non alla ricerca di qualcosa che non riesco mai ad afferrare... Le mie canzoni... boh! ...sono diverse, fatte con una passione diversa, meno precaria...

T: Ora vorrei che N. futuro tornasse indietro nel tempo, qualche istante, solo per restituire a N. presente un favore: quello di riuscire a risolvere i suoi problemi che pensava insuperabili. Vorrei che N. futuro raccontasse come ha fatto a non cercare più la bottiglia, a non sentirne più il bisogno per fare un qualcosa che poteva fare anche da solo... E vorrei che si rivolgesse direttamente a N. presente, per dargli qualche suggerimento...

N: Mah... non lo so come ho fatto... non lo so davvero...

T: Concediti del tempo... non sei tu a parlare, ma N. che sta bene, che ce l'ha fatta...

N: ...è stato difficile ma a un certo punto mi sono reso conto che ero io a scrivere i pezzi e non la bottiglia. Certo era facile farlo sotto l'effetto dell'alcool ma quelle non erano cose autentiche... dovevo scriverle in un altro modo... All'inizio è stato faticoso ma poi un giorno ho conosciuto una splendida ragazza e... non so... È come se da allora fosse stata lei a ispirarmi...

Secondo caso: le voci discordi e la regola della democrazia

Questa è la storia di E., una giovane ricercatrice italiana che, per meriti e perseveranza, ha ricevuto l'invito per un'importante collaborazione con colleghi statunitensi. E. è al settimo cielo ma, dopo pochi giorni, apprende di doversi trasferire a New York per partecipare a un progetto finanziato da una borsa di studio di almeno tre anni. Da quel momento E. è entrata in una "crisi" profonda rispetto alla sua vita, non sa più cosa vuole fare, né chi vuole essere. La questione è inoltre peggiorata dal sapere che il suo fidanzato non può seguirla negli Stati Uniti, per motivi di lavoro. In effetti, E. si trova di fronte a un bivio, con l'urgenza di una decisione imminente che potrebbe cambiare in modo radicale, in un senso o nell'altro, il seguito della sua vita. Non riesce più a pensare a nulla, si sente frastornata e, con un profondo senso di impotenza, decide di rivolgersi allo psicologo.

E: ...È un vero e proprio dilemma! Non so che fare... e mi sento così in conflitto con me stessa... e poi questo lavoro quanto può durare? E tutti che mi chiedono cosa ho deciso, come posso decidere! E quante possibilità ho di fare carriera standomene qui a casa? Forse dovrei accettare il lavoro, vedere come va, vedere se mi piace, se mi trovo bene... nel frattempo potrei escogitare un piano per portare la mia metà negli USA. Ma no, non ci verrà mai! E io non posso stare senza di lui... Però so anche che se non accetto poi glielo rinfaccerei e io non voglio che succeda. Uff... Sono sempre stata così incerta nelle decisioni!

T: Ma dimmi meglio... come ti senti? Prova a sintetizzarmi questo conflitto che dici di avere in poche parole...

E: Mi sento come se fossi bloccata, cerco di fare un passo in avanti in una direzione, ma poi ci ripenso e torno in dietro... faccio un altro passo nell'altra direzione, ma torno indietro di nuovo, e continuo così all'infinito, nella sensazione di essere bloccata all'interno di un cerchio... di non riuscire a muovermi!

In questo caso E. sembra immobilizzata da voci contrastanti che rivendicano, ciascuna a suo modo, il rispetto per le proprie ragioni. Ogni voce, in effetti, incarna prospettive di vita pienamente comprensibili e condivisibili ma che talvolta, come in questo caso, possono entrare in competizione. Ciascuna voce, infatti, risuona all'eco di valori sostenuti e accreditati (contemporaneamente) nella nostra società: l'una che rispecchia i valori della famiglia, dell'amore e della devozione, e l'altra che tenta di muoversi alla ricerca dell'indipendenza, del successo e della realizzazione personale. Il primo passo compiuto dal terapeuta è un tentativo per rimettere ordine al senso di confusione che E. prova, riconsegnando a lei stessa il controllo sulla situazione che è parsa sfuggirle di mano.

T: Mi sembra di capire che tu abbia buone ragioni per andare e altre buone ragioni per rimanere. È come se ci fossero due E. in conversazione tra loro. Due E. che con il tempo sono cresciute e maturate dentro di te, probabilmente trovandosi d'accordo su molte cose. Prima di questa situazione, infatti, le cose erano più chiare, più delineate. E adesso ti senti bloccata, come se le due E. ti stratonassero verso direzioni diverse, col risultato di tenerti immobile...

E: Sì è proprio così... A volte mi sembra di avere una gran forza dentro ma di non riuscire a esprimerla... vedo le occasioni che passano e io che non le colgo...

T: Ok! Vorrei che per un momento lasciassi parlare solo una delle due E., la "E. in carriera" e che ascoltassi fino in fondo cosa ha da dire, come si sente, quali sono le sue esigenze... Vorrei anche che visualizzassi chi sono le persone che ti stanno a sentire, quelle che solitamente conversano con lei e che sarebbero felici se intraprendesse una carriera...

E: Beh... sarebbero i miei professori... forse mio papà... senz'altro... questa è un'opportunità enorme, che non sai se si ripeterà, sicuramente migliore di ogni possibilità che ti offre l'Italia. Dovrei coglierla, almeno provarci! Poi non è detto che funzioni o che sia per sempre... A casa, possono aspettare o si trova il modo di trovarsi. E poi non è detto che la mia relazione duri per sempre, mentre io un lavoro me lo devo trovare sicuramente per vivere e per essere soddisfatta...

T: Bene... Adesso vorrei che fosse "E. fidanzata" a parlare, cosa dice? Quali sono le sue ragioni? Come si sente?

E: E. fidanzata ha paura... l'America è una grande possibilità, ma se le cose non vanno bene? Se mio moroso non può o non vuole aspettare? Se voglio tornare in Italia e mi trovo tutte le porte chiuse in faccia perché ho tradito le aspettative degli altri, comprese quelle della mia famiglia? Infondo qui sto bene e non ho bisogno di tutta quella gloria per vivere. Mi basta pensare di avere in parte qualcuno che mi vuole bene, qualcuno con cui condividere le cose. Sennò le cose più belle di questo mondo non sono nulla se non hai la possibilità di dividerle con chi vuoi tu.

Attraverso questo espediente non solo viene riportato una sorta di ordine all'interno delle voci, impedendo loro di sovrastarsi a vicenda ma, nel tentativo di isolarle e restituirle alla dimensione relazionale entro la quale sono emerse, è possibile anche promuovere nuovi *insight* e incrementare la sensazione di un ascolto profondo di sé stessi. Molte volte è sufficiente dilatare lo spazio di confronto retorico tra posizioni

diverse per far emergere "ragioni" che la persona può ritenere più valide o fondamentali di altre per la sua situazione. In altri casi si può costruire un contesto di conversazione entro il quale la negoziazione dei significati può essere meglio praticata, in favore della ricerca di un compromesso valido per entrambe le parti.

T: Immagina ora che le due E. si siedano attorno a questo tavolo di fronte a te. Le due E. sono entrambe presenti, ognuna con le sue buone ragioni, e tu non puoi fare a meno di ascoltarle. Ma a te viene consegnata la possibilità di legiferare su di loro. Puoi decidere per un regime "anarchico" e lasciare che ciascuna delle due faccia a modo suo, senza garantire che una rispetti l'altra. Oppure puoi decidere di essere "totalitaria" e metterne una a tacere con la forza. O puoi decidere di essere "democratica" e far sì che le due E. possano trovare un compromesso. Cosa scegli?

E: Beh... la scelta mi sembra scontata solo che... non so... comunque sì, vorrei una bella democrazia!

T: Bene. Concediti ora qualche minuto per scrivere una lettera in cui le due E. trovano le cose che hanno in comune... e sì, certo, anche le piccole rinunce che l'una può fare in favore dell'altra... Ma prima di fare questo, dimmi, come ti senti "tu" in questa nuova democrazia?

E: Sono più tranquilla, almeno cerco di esserlo, una via di mezzo tra l'eccitazione della E. in carriera e la paura della E. fidanzatina... sono un po' sotto pressione, perchè voglio trovare la soluzione migliore per entrambe, ma so di poterla trovare...

Terzo caso: le voci negative e l'ingrediente magico

L. è una ragazza molto intelligente, da molti considerata geniale, e abituata a prendere sempre voti di eccellenza a scuola. All'improvviso ha avuto un crollo nel rendimento, in maniera inaspettata, mettendo in allerta l'intera famiglia. L. si è da poco iscritta a un corso universitario dove la maggior parte delle prove è sostenuta in forma orale, una modalità che a L. non piaceva molto e che la faceva stare spesso a disagio di fronte al fare inquisitorio del professore di turno.

T: Come ti senti in quelle situazioni? Voglio dire, tutti siamo preoccupati per un esame...

L: Beh c'è che vado in panico e non riesco a ripetere bene le cose come ho fatto la sera prima in camera mia... mi sento all'erta, tesa... con l'idea di dover fare buona impressione... a volte non osando rispondere per non contravvenire a questo imperativo. E' come se dovessi sempre fare bella figura, se non potessi concedermi il lusso di fallire, di tirare il fiato...

T: Oh! Chi si preoccupa di queste cose, di solito, sono persone con un'ottima intelligenza sociale! Ma dimmi... in quali altre occasioni ti senti di dover fare una buona impressione?

L: Praticamente in tutte le relazioni sociali... ma ne sono conscia solo in presenza di estranei o in situazioni che richiedono una mia determinata performance... nelle altre occasioni ne divento conscia solo quando ho fatto una gaffe...

T: C'è stato un periodo in cui non ti sei sentita in obbligo di fare bella figura?

L: Sì, probabilmente quando ero molto piccola poi... ricordo ancora che ero alla recita di pianoforte a nove anni, ero da sola sul palco ma sapevo che mio padre guardava dalla finestra... e ho iniziato a sentirmi a disagio. Da allora, diciamo, ho iniziato a preoccuparmi un po' troppo...

T: Quando hai cominciato a studiare, come ti sei sentita, che tipo di decisione era la tua?

L: Non mi sono neanche posta il problema. Era scontata...

T: Scontata per chi?

L: Molto in linea con tutto il mio percorso precedente, con la mia visione di me. Forse scontata anche per me... ma di sicuro lo era per i miei genitori...

Considerando il piano dei vissuti e tentando di esplorarli in un'ottica più ampia, che tiene conto anche del contesto relazionale in cui certe emozioni trovano il loro significato, L. comincia a credere che la storia che sta abitando non sia stata scritta solo da lei, ma appartenga anche ad altri che, in nome suo, hanno preso decisioni sul suo conto. Le "voci negative" che sentiva e a cui prestava ascolto, con la paura di trasgredirvi, non erano infondo "parte di lei", perché erano state costruite come un monologo (e non come un dialogo) dalle aspettative che la sua famiglia nutriva nei suoi confronti. In effetti, una volta che L. ha potuto riconfigurare la sua situazione in questi termini, molte delle voci negative che avvertiva come minacciose e che la rendevano ansiosa sono andate pian piano scomparendo. Di seguito, presentiamo l'estratto di una seduta in cui L. è invitata, comunque, a generare e a prestare ascolto a "voci positive" che avrebbero potuto sostenerla nei momenti di maggior bisogno.

T: Puoi parlarmi di una situazione in cui non ti senti in obbligo di apparire... come ti sentivi? Con chi eri? Quali sono le differenze maggiori che avverti rispetto a quando sei sotto esame?

L: Quando sono a casa con mia sorella o con amiche di vecchia data. Mi sento... boh... sto bene... non mi interrogo su come dovrei apparire e do la priorità ad altri pensieri...come se fossi da sola...

T: Ok! E come è il tuo stato d'animo? Le tue emozioni?

L: Non so... mi viene in mente un lago di montagna! Davvero, mi sento tranquilla, riflettente e pregevole di possibilità...

T: Ok! Immagina che tua sorella o una delle tue migliori amiche possa portarti qualcosa di quella tranquillità, di quella atmosfera... la cosa più semplice, un soffio di vento, un grano di sabbia, qualcosa che può fare la differenza... Prendono una goccia d'acqua ed è come se ti portassero un mare di serenità... Ora immagina che vadano dall'altra L., quella seduta di fronte ai professori, e le consegnino questa tranquillità, di nascosto, in una mano... una goccia d'acqua... Come rivedi la situazione adesso?

L: Come è L. interrogata con la tranquillità di un lago di montagna?

T: Sì, come sei "tu" quando sei interrogata con la tranquillità di questo lago?

L: Non mi pongo con delle aspettative come qualcuno che deve ricevere un giudizio ma come qualcuno che ha accumulato e ora deve traboccare...

T: E come ti senti?

L: Eh! Come Zarathustra... mi sento impegnata nello sforzo del dare ma senza l'angoscia di fallire... Cioè, il fallimento non ha più significato... Ha valore solo il traboccare che ormai è spontaneo e non ha una direzione, uno scopo... È qualcosa che è gratificante di per sé.

Nel passare brevemente in rassegna i diversi metodi terapeutici impiegati all'interno di questi casi clinici, possiamo rilevare innanzitutto come la costruzione congiunta di un sé molteplice possa creare, con l'interlocutore, nuovi spazi conversazionali che contribuiscono in vari modi a modificare la configurazione problematica. Di più, questo

procedimento analogico consente di lavorare direttamente sulle *matrici generative* del disagio, restituendo alla storia problematica la sua dimensione relazione e di processo entro la quale emerge e si perpetua, assumendo, di fatto, una sua intelligibilità. Seppur sia difficile e talvolta improprio nominare le pratiche che hanno consentito di gestire il processo comunicativo, di seguito viene presentato un breve elenco di espedienti che, nella proposta qui formulata, possono costituire una possibile applicazione dell'idea del sé molteplice:

- esternalizzare le voci (ad esempio creando una scissione tra la “voce che vive il problema” e quella dell'individuo che lo racconta...);
- costruire nuove voci (ad esempio voci dal passato o dal futuro, voci di altri evocati che possono partecipare alla conversazione...);
- mettere in comunicazione voci discordi (ad esempio generando una terza voce che possa gestire le divergenze, come nel caso della democrazia...);
- generare voci che sostengono (ad esempio evocando voci che contrastano quelle negative, attraverso training immaginativi o altri esercizi che possono bloccare il flusso del dialogo interno...);
- modificare il genere narrativo delle voci (ad esempio traducendo il resoconto di una storia da uno stile drammatico a uno comico o a un genere avventuroso...);
- reclutare voci positive (ad esempio da “successi” passati o da contesti interpersonali considerati appaganti...);
- mettere a tacere voci fastidiose o contribuire a quietare il logorio del vociare collettivo (ad esempio attraverso prescrizioni o pratiche meditative...).

7. Conclusioni

Il presente contributo ha voluto prendere in considerazione alcune implicazioni terapeutiche del considerare l'altro, l'interlocutore, come abitato da una pluralità di sé. Una molteplicità di mondi che, in effetti, trova la sua intelligibilità se rapportata ai diversi contesti interattivi a cui l'individuo partecipa. Questa metafora è utile sia per rendere conto dei diversi vissuti di contraddizione che l'individuo sperimenta nella polifonia delle società contemporanee, sia per non negare, a queste contraddizioni, lo statuto di un potenziale simbolico che, semplicemente, può essere solo riconosciuto e meglio orchestrato. Con questo stiamo altresì sostenendo che le azioni degli individui non sono mai derivate da principi astratti e solipsistici, né tanto meno da propositi e intenzioni congelati nel tempo. Piuttosto esse sembrano emergere come coordinazioni *spontanee* all'interno di un contesto interazionale (cf. Shotter, 2008), rendendo più che mai attuale l'imperativo di Goffman (1967, p. 2-3): “non gli uomini e i loro momenti. Piuttosto i momenti e i loro uomini”. Tuttavia, in questa affermazione, non si vuole lasciar trapelare l'auto-compiacimento per un relativismo assoluto e fuori dal controllo. La mia posizione non sostiene questo. Piuttosto, quanto si vuole proporre è il senso di un continuo eccedere delle questioni umane oltre ai bordi tracciati dai confini della propria mente o dalla struttura del proprio corpo. In effetti, l'idea stessa di avere una mente o la sensazione di essere in grado di poter agire secondo giudizio emergono come possibilità soltanto all'interno di una coordinazione sociale che mantiene, tra le sue premesse, credenze condivise sull'identità e la razionalità. Tali credenze, inoltre, non sono presenti nell'aria che respiriamo, così come non possono essere considerate idee platoniche proprie di un universo immateriale, vere per il fatto stesso che esistono. Ciò che esiste è ciò che noi *diciamo* che può esistere. E tutto ciò che appare è solo un modo condiviso per rendere intelligibile, per codificare e, molte volte, per generare costruzioni che appartengono, in definitiva, alla sfera del sociale. Sono i rituali

quotidiani, la sincronizzazione tra individui, le smorfie e le parole di un momento, che legittimano e replicano, nel corso del tempo, queste costruzioni sociali. La nostra prospettiva, quindi, vuole proporre un relativismo particolare: che relativizza l'assoluto e assolutizza il relativo. Ciò significa che qualunque sia il giudizio di una persona, il suo proposito o la linea d'azione che essa sostiene (virtuosa o problematica che sia), questi saranno – sempre e necessariamente – validi contestualmente, dal momento in cui è la loro stessa natura a dipendere dalle interazioni entro cui detta persona è coinvolta.

Come abbiamo visto, prendere seriamente in considerazione l'idea che la realtà si fonda su una costruzione sociale, o che l'identità dell'individuo possa essere frantumata in una molteplicità di sé, implica un nuovo modo di pensare e di fare psicoterapia. Innanzitutto, la metafora delle voci multiple, qualora condivisa con il cliente, crea le condizioni per un dialogo entro cui i significati possono essere negoziati con più facilità ed efficacia, con il rispetto – e questo è un dato di estrema rilevanza – delle situazioni quotidiane e degli altri con cui la persona si trova costantemente ad interagire. L'intervento terapeutico, inoltre, non costituisce più – in questa cornice – un'impresa conoscitiva volta a scoprire, certificare, diagnosticare o correggere ciò che non va *nelle* persone; piuttosto il suo mandato sembra esaurirsi nella possibilità di *generare* nuovi mondi e di creare coordinazioni più funzionali *tra* gli individui. Pur sapendo che la funzionalità a cui si può ambire può essere solo temporaneamente e contestualmente valida. A questo proposito, vogliamo ricordare come il modello qui proposto sia soltanto un espediente della ragione che può essere utile nella misura in cui riesce a configurare un modo alternativo e più adeguato per lavorare in psicoterapia. Ma di fatto – esso stesso – resta una costruzione. E come tale fa dipendere la sua viabilità, più che da legittimazioni scientifiche, da criteri pragmatici, contingenti e occasionali.

Riferimenti bibliografici

- Ajzen, I. (1991). *The Theory of Planned Behaviour*. In *Organ Behav Hum Decis Process*, 50, 179-211.
- Anscombe, G.E.M., Teichmann R. (2000). *Logic, Cause & Action: Essays in Honour of Elizabeth Anscombe*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Aristotle, A. (1953). *The Nichomachean Ethics*. London: Penguin.
- Bakhtin, M.M. (1981). *The Dialogical Imagination*. University of Texas Press: Austin TX.
- Berger, P.L., Luckmann, T. (1966). *The Social Construction of Reality: a Treatise in Sociology of Knowledge*. New York: Doubleday.
- Billig, M. (1996). *Arguing and Thinking: A Rhetorical Approach to Social Psychology*. Cambridge University Press, Cambridge.
- Blumer, H. (1969). *Symbolic Interactionism: Perspective and Method*. University California Press, Berkeley.
- Bruner, J. (1987). *Life as Narrative*. In *Social Research*, Vol. 54, pp. 11-32.
- Charlton, W. (1988). *Weakness of Will*. New York: Basil Blackwell.
- Compagnon, A. (1998). *Le Démon de la théorie*. Paris: Seuil.
- Davidson, D. (1980). *Essays on Actions and Events*. Oxford: Oxford University Press.
- Davidson, D. (2004). *Problems of Rationality*. Oxford University Press, 2004.
- Elster, J. (1985). *The Multiple Self*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Fishbein, M., Ajzen, I. (1975). *Belief, Attitude, Intention and Behavior. An Introduction to Theory and Research*. Reading, MA: Addison-Wesley.

- Gergen, K.J. (1985). *The Social Constructionist Movement in Modern Psychology*. In *American Psychologist*, 40, (3), 266-275.
- Gergen, K.J. (1991). *The Saturated Self*. London: Sage Publications.
- Gergen, K.J. (1999). *An Invitation to Social Construction*. London: Sage Publications.
- Gergen, K.J. (2006). *Therapeutic Realities*. London: Sage publication.
- Goffman, E. (1967). *The Presentations of the Self in Everyday Life*. New York: Doubleday.
- Harré, R., Clarke, D., De Carlo, N. (1985). *Motives and Mechanisms*. London: Methuen.
- Harré, R., Van Langenhove, L. (1999). *Positioning Theory*. Oxford: Blackwell.
- Harré, R., Tisaw, M. A. (2005). *Wittgenstein and Psychology: a Practical Guide*. Ashgate Publishing Company: Burlington VT.
- Hermans, H.J.M. (2001). The Dialogical Self: Toward a Theory of Personal and Cultural Positioning. In *Culture and Psychology*, 7, 243-281.
- Layotard, J.F. (1979). *The Postmodern Condition*. Minneapolis: University Minneapolis Press.
- Lemert, E.M. (1967). *Devianza, problemi sociali e forme di controllo*. Milano: Giuffrè Editore, 1981.
- Jameson, F. (1984). *Postmodernism, or the Cultural Logic of Late Capitalism*. Durham, NC: Duke University Press.
- March, J.G. (1994). *A Primer on Decision-Making*. New York: The Free Press.
- Matza, D. & Sykes, G.M. (1957). *Technique of neutralization: A theory of Delinquency*. In *Am Sociol Rev*, 22, 664-670.
- Merton, R.K. (1968). *Social Theory and Social Structure*. New York: The Free Press.
- Mortimore, G. (1971). *Weakness of Will*. London: Basingstoke, MacMillan.
- Romaioli, D. (2007). *Le teorie naive sul cambiamento e sulla psicoterapia*. In Atti del convegno, Seconda giornata dei contributi dei giovani ricercatori, Padova.
- Romaioli, D. (2008). *Il "simbolismo implicito" dei terapeuti: metafore, immagini e oggettivazioni del processo di cambiamento*. In Atti del convegno, Giornata aostana dei contributi dei giovani ricercatori, Aosta.
- Romaioli, D., Faccio, E., Salvini, A. (2008). *On Acting Against One's Best Judgement. A Social Constructionist Interpretation for the Akrasia Problem*. In *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 38 (2), 179-192.
- Salvini, A. (1988). *Pluralismo teorico e pragmatismo conoscitivo: assunti metateorici in psicologia della personalità*. In Fiora E., Pedrabissi L., Salvini A., *Pluralismo teorico e pragmatismo conoscitivo in psicologia della personalità*. Milano: Giuffrè Editore.
- Salvini, A. (1994a.). *Identità alternate: normalità e patologia della personalità multipla*. In *Psicologia Contemporanea*, 121, 4-11.
- Salvini, A. (1994b.). *La maschera sociale: alle origini della personalità multipla*. In *Psicologia Contemporanea*, 122, 19-25.
- Searle, J.R. (2001). *Rationality in Action*. Cambridge: MIT Press.
- Shotter, J. (2008). *Conversational Realities Revised: Life, Language, Body and World*. Taos Institute Publications.
- Toulmin, S. (1990). *Cosmopolis. The Hidden Agenda of Modernity*. Chicago: University Chicago Press.
- Watzlawick, P., Beavin, J.H., Jackson, D.D. (1967). *Pragmatica della comunicazione umana*. Roma: Astrolabio.
- Wittgenstein, L. (1953). *Philosophische Untersuchungen*. Oxford: Blackwell.