

## **Attività dissociativa della coscienza e sequenzializzazione dell'esperienza di identità. Una riflessione sul modello del Sé e il metodo della terapia cognitiva post-razionalista. \***

**Juan Balbi**

Nel suo libro, *The Self in Process*, pubblicato originalmente in lingua inglese nel 1991, Vittorio Guidano, adottando un approccio ontologico, propone una concezione del Sé come processualità, che sarà la base teorica sulla quale costruirà il metodo dell'autosservazione, della sua prospettiva post-razionalista per la terapia cognitiva.

Sono due le fonti delle quale si serve Guidano per concepire la sua rappresentazione del Sé come processualità: il modello del Self come un processo che può essere descritto in due dimensioni esperienziali, esposto originalmente da William James in "The Principles of Psychology" (1890), e il modello epistemologico della "biologia della conoscenza" proposto da Humberto Maturana (1978, 1986), secondo il quale noi umani conosciamo la realtà in due livelli di esperienza, il livello della "vivencia", come tutti gli altri essere viventi, e il livello della spiegazione, che emerge in conseguenza delle nostre coordinazioni cognitive nel linguaggio.

Al riguardo spiega Guidano: *"L'esperire e lo spiegare, pur differenziandosi in termini di "immediatezza incarnata" (embedded) contro "distanziamento astratto", sono entrambi polarità sempre presenti nella circolarità senza fine del nostro comprendere, sia che abbiamo a fare con la realtà o con noi stessi. L'esperienza di <<essere un Sé>> è dunque qualcosa che, mentre da un lato è in continuo svolgimento, essendo inseparabile dal fluire della prassi del vivere, dall'altro prende continuamente forma all'interno di tale fluire, così che, per dirla con Gadamer (1960) "il Sé che noi siamo non possiede sé stesso: si potrebbe dire che accade".*" (1992, p. 9)

E conclude: *"L'interdipendenza fra l'esperire e lo spiegare che sottende la conoscenza di sé corrisponde dunque a un processo di circolarità senza fine tra l'esperienza immediata di sé (l'"Io" che agisce ed esperisce) e il senso di sé più astratto ed esplicito che deriva dal riferire a sé quella stessa esperienza (il "Me" che osserva e valuta) (James, 1890; Mead, 1934; Smith, 1978°, b, 1985) (...). Così, l'"Io" che agisce ed esperisce è sempre un passo avanti rispetto alla valutazione della situazione in corso, trasformando il "me" in un processo continuo di riordinamento del senso consapevole di sé."* (Guidano, 1992, p. 9).

Ritengo che in questa formulazione di Guidano ci sono contraddizioni di ordine epistemologico e teorico che hanno reso difficile lo sviluppo del suo pensiero verso l'obiettivo indicato da lui: la costruzione, da un punto di vista ontologico, di un modello processuale e non associazionista del Sé. Queste contraddizioni costituiscono inoltre un ostacolo per una efficace applicazione della concezione psicopatologica e del metodo terapeutico da lui creato. Ciò perché queste problemi epistemologici portano a un mutamento del modello originale, verso una versione che non si differenzia chiaramente

*\*Pubblicato in: Nardi, B. e Arimatea, E. (Eds), Ricostruire L'Esperienza. XVI Convegno di Psicologia e Psicopatologia Post-razionalista. Accademia dei Cognitivi della Marca. Ancona, 2015.*

dell'ampia gamma di modelli terapeutici basati sull'analisi della narrativa personale. Esempio di questa deriva non desiderabile del modello di Guidano è questo paragrafo di uno dei suoi compilatori:

*“Sul piano clinico, l'autoinganno si riferisce a un processo che rende coerente l'esperienza, che “appiana” contraddizioni nell'identità narrativa, tra il sé protagonista e il sé narratore, con il fine di mantenere una narrazione emotiva viabile, cioè, un'oscillazione equilibrata tra il significato interno e il significato culturale, che mantenga la coerenza della esperienza e il senso di appartenenza grupale.”* (Quiñones, nota 35, pag. 179, in: Vittorio Guidano 2007)

La scelta di utilizzare una epistemologia appropriata per descrivere il modo nel quale noi umani conosciamo la realtà, come quella proposta da Maturana, non sembra essere adatta per descrivere il modo nel quale noi abbiamo la nostra esperienza d'identità personale. Se quella succede in due tempi, questa accade solo in uno. Non ci vuole spiegazione alcuna, nessuna condivisione nella dinamica delle interazione del linguaggio, per conoscere in modo immediato l'attività della nostra propria mente. Dal punto di vista ontologico l'esperienza d'identità è unitaria e immediata. James, quando ha proposto la sua rappresentazione del Sé, ha allo stesso tempo affermato la condizione unitaria dell'esperienza personale:

*“...sia quello che sia la cosa a cui io stia pensando, mi rendo conto contemporaneamente di me stesso. Allo stesso tempo è proprio l'Io quello che se rende conto, in modo tale che il mio Io totale, manifestandosi come si fosse doppio, come conoscitore e come conosciuto, sia come oggetto che come soggetto, deve avere due aspetti diversi, uno dei quali chiameremo per brevità il Me, l'altro l'Io. E, dico aspetti diversi e non cose separate perché l'identità del Io e del me, anche se nel proprio atto della distinzione è, possibilmente, l'affermazione più radicale stabilita dal senso comune e non dovrebbe essere cancellata della nostra terminologia”* (James, 1892, p. 237. Citato in Balbi, 2009).

La psicologia scientifica ha elaborato negli ultimi anni teorie che riguardano il funzionamento della nostra mente che spiegano come succede, senza nessun intervento della coscienza riflessiva, quel processo che Guidano intuì, quando integrò il concetto di autoinganno <<self deception>> nel suo modello teorico del Sé (Guidano 1988, 1992; Gur e Sackeim, 1979).

I ricercatori hanno verificato l'esistenza di un'istanza di conoscenza tacita che ha un sistema di elaborazione in parallelo tramite il quale processa rappresentazioni inconscie, psicologicamente attive e intrinsecamente intenzionali, che hanno una forte impronta nel determinare il contenuto dell'esperienza fenomenica del soggetto. Grazie alle caratteristiche del suo sistema operativo, nell'istanza incoscia l'esecuzione di un determinato contenuto non implica necessariamente l'esclusione degli altri significati alternativi, come succede a livello della coscienza fenomenica, che opera in modo lineare. Queste nuove conoscenze della psicologia scientifica ci permettono di sostenere che il soggetto può avere sentimenti complessi e una serie di intenzioni verso un altro, senza provarle a livello fenomenologico. E che questi sentimenti ed intenzioni possono essere contemporanei e contraddittori tra loro e con quelli che il soggetto sperimenta a livello conscio. Inoltre, i risultati di queste indagini

dimostrano che la coscienza fenomenica opera in modo tale che, nonostante queste contraddizioni, ci permette di sperimentare un senso di identità unitario e continuo (Dehaene, 2014; Froufe, 1997).

Stanislas Dehaene riferisce di questo modo quel processo: *“Quando noi diciamo che siamo consapevoli di un certo brandello di d’informazione, intendiamo semplicemente questo: l’informazione è entrata in un’area specifica di immagazzinamento che la rende disponibile al resto del cervello. Fra milioni di rappresentazioni mentali che si muovono continuamente avanti e indietro nel nostro cervello in una maniera non cosciente, ne viene selezionata una, a causa della sua rilevanza per i nostri scopi del momento, e la coscienza la rende disponibile globalmente a tutti i sistemi decisionali di livello superiore. Noi possediamo un router, un distributore mentale, un’evoluta architettura atta a estrarre l’informazione rilevante e a trasmetterla. Lo psicologo Bernard Baars la definisce “spazio di lavoro globale”: un sistema interno, staccato dal mondo esterno, che ci consente di trattenere liberamente le nostre immagini mentali private e di diffonderle attraverso la vasta gamma di processori specializzati della nostra mente.”* (Dehaene, 2014. P. 224)

D'accordo con queste conoscenze possiamo affermare che la esperienza immediata di sé è in sé stessa già esperienza personale, la coscienza personale da questo punto di vista è predominantemente tacita. E possiamo anche affermare che la continuità del senso di Sé, che il soggetto sperimenta a livello esplicito, non è il risultato di una valutazione riflessiva, che accade in un secondo momento, e non rappresenta una riorganizzazione della esperienza immediata in termini esplicativi; ma che è anch'essa esperienza immediata. La coscienza fenomenica personale funziona come un sistema costruttivo centrale che, tramite risorse selettive tacite che le permettono la messa a fuoco dell'attenzione su alcune rappresentazioni e processi mentali non discrepanti, a spese di altri spiacevoli, determina quali rappresentazioni e contenuti affettivi ed intenzionali si evidenziano a livello fenomenico e quali rimangono a livello incosciente. Il fallimento della coscienza fenomenica in questo compito, comporta l'arrivo nel suo dominio di aspetti parziali e dissociati di quelle rappresentazioni, sentimenti ed intenzioni discrepanti, che, proprio a causa del loro essere parziali e dissociati, vengono vissuti come estranei al sé (Guidano, 1992; Balbi, 2009, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015).

Queste considerazioni ci portano a proporre una rappresentazione del Sé come un processo di circolarità senza fine tra due livelli d'esperienza immediata che accadono entrambi allo stesso tempo: l'esperienza immediata di sé, predominantemente tacita, e il senso immediato di sé, più astratto ed esplicito. In questa relazione tra due livelli d'esperienza immediata di sé appaiono i sintomi con tutta la loro intensità, prima di qualunque attività esplicativa o riflessiva. D'accordo con questa nuova definizione del Sé, l'interfaccia nella quale interviene il terapeuta per condurre la ricostruzione e autosservazione della esperienza del paziente, è quella esistente tra esperienza immediata di sé e senso immediato di sé.

### **Bibliografia**

Balbi J.: *La mente narrativa. Verso una concezione post-razionalista dell'identità personale.* FrancoAngeli, Roma, 2009.

Balbi J.: *Metarappresentazione affettiva tacita e senso di identità personale. Un approccio alla comprensione delle gravi patologie psichiatriche dell'adolescenza e giovinezza,* Rivista di psichiatria. Vol.46, N 5-6, 2011.

Balbi J.: *La dimensione emozionale umana e la psicopatologia*. In: *Lavorare con le emozioni*. Atti del XII Convegno di Psicologia Post-razionalista e Presentazione del Progetto UE Health25 Health Promotion for Disadvantages Youth. (B. Nardi, et al., eds). Accademia dei Cognitivi Della Marca. Ancona, 2012.

Balbi J.: Il ruolo del processo tacito dell'affettività nello sviluppo del senso di identità personale e nella psicopatologia in adolescenza. In, Bernardo Nardi e Emidio Arimatea (a cura di), "Lavorare con la conoscenza tacita - Atti del XIV Convegno di Psicologia e Psicopatologia Post-razionalista ed aggiornamento del Progetto UE "Health25", p. 39-46, Accademia dei Cognitive della Marca, Ancona, 2013.

Balbi J.: "Prefazione all'edizione italiana", in *Terapia cognitive post-razionalista*. Conversazioni con Vittorio Guidano, Alpes, Roma, 2014.

Balbi J.: "Adolescence, Order through Fluctuations and Psychopathology. A Post-Rationalist Conception of Mental Disorders and Their Treatment on the Grounds of Chaos Theory"; *Chaos and Complexity Letters*, Volume 9, Number 2, Nuova Science Publishers, New York, 2015

Dehaene S.: *Coscienza e cervello. Come i neuroni codificano il pensiero*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2014.

Froufe M.: *El inconsciente cognitivo. La cara oculta de la mente*, Biblioteca Nueva, Madrid, 1997.

Gadamer H.G.: *Warheit und Methode*. Mohr. Tübingen, 1960 (Ed. It. *Verità Metodo*, Bompiani, Milano, 1983).