

PREFAZIONE *

JUAN BALBI

Sono passati venti anni da quando Vittorio Guidano mi concesse il privilegio di avere nella sua casa a Roma, durante la settimana di Pasqua del 1993, le conversazioni che poi autorizzò per la pubblicazione in questo libro, che vide la prima edizione nel 1994, in castigliano. Nonostante il tempo trascorso, il pensiero di Guidano conserva la sua forza originale grazie al vigore dei fondamenti epistemologici e teorici sui quali è basato il modello. Una prospettiva evoluzionista, evolutiva, ontologica, costruttivista e processual-sistemica, come quella scelta da Guidano, è insostituibile per qualsiasi modello teorico che si proponga di spiegare l'identità personale. Nonostante la sua formazione universitaria in medicina, analizzò il fenomeno dell'identità con categorie psicologiche, poiché pensava che la psicologia era la disciplina alla quale spettano le spiegazioni che si riferiscono alla mente umana. Sebbene apprezzasse gli apporti della filosofia, riteneva che nessun sistema filosofico potesse dar conto dei fenomeni naturali, quali sono l'identità personale e i disturbi psicopatologici, che per essere spiegati richiedono un'analisi scientifica dei processi coinvolti nel loro sviluppo. Rispettava i risultati delle ricerche condotte nell'area della neuroscienza, però pensava che questi risultati rivestono un reale valore esplicativo solo quando sono integrati in formulazioni teoriche che concepiscono la coscienza come un sistema attivo e possessore di un autentico status causale, i cui contenuti determinano gli stati funzionali del cervello, e non come un mero epifenomeno, emergente e dipendente dalla dinamica di istanze neurofisiologiche, alle quali sarebbe possibile ricondurre le spiegazioni degli stati mentali. Questa concezione della mente e la sua esperienza clinica, derivata dalla pratica della psichiatria e della psicoterapia, lo condusse al rifiuto attivo delle teorie che attribuiscono a squilibri della neurochimica cerebrale l'eziologia dei disturbi psicopatologici. In disaccordo anche con le tesi che sostengono il legame tra l'insorgenza di questi disturbi e l'esistenza di idee irrazionali nella struttura cognitiva del paziente, cercò la causa dei fenomeni psicopatologici, in quello che considerò il fattore organizzatore più importante dell'esperienza umana, il processo affettivo. Fortemente influenzato dalla teoria dell'attaccamento, Guidano integrò la proposta di Bowlby in una prospettiva ontologica e sistemico-processuale nella quale l'attaccamento invece di essere considerato un semplice meccanismo strutturale per il mantenimento della prossimità e del contatto con le figure significative durante le fasi di sviluppo, è concepito come il sistema autoreferenziale che sottende la differenziazione ed il mantenimento della dinamica del proprio senso di identità durante l'intero ciclo di vita: La caratteristica cruciale di un rapporto affettivo - afferma Guidano riferendosi alla dimensione dell'amore sentimentale della vita adulta - "...consiste nella reciproca costruzione autoreferenziale di un'immagine dell'altro significativo in grado di stabilizzare e, nel caso, di articolare ulteriormente la dinamica tra i contorni del Sé." "Un'autoregolazione indipendente non esiste, non solo nell'infanzia, ma neanche nella vita adulta, in quanto l'intersoggettività dell'esperienza umana è contrassegnata da un ordinamento autoreferenziale di base attraverso il quale la costruzione dell'immagine di una persona

**Prefazione in: Juan Balbi. Terapia cognitiva post-razionalista. Conversazioni con Vittorio Guidano, Alpes italia, Roma, 2014.*

significativa viene ad essere strettamente correlata alla percezione di sé.” (Guidano, 1992, p. 72-73)

Un altro aspetto fondamentale di questo modello é quello che si riferisce all’influenza della relazione funzionale tra i livelli di conoscenza tacita ed esplicita nella costruzione del significato personale. Riguardo questa relazione indica Guidano, “... l’aspetto di maggior rilievo dello sviluppo individuale consiste in una sorta di “iato temporale” nella relazione che si viene a stabilire fra il livello tacito della conoscenza e quello esplicito.” (1988: 41). In fatti, il livello di conoscenza tacita è quello che appare per primo durante lo sviluppo individuale; nell’infanzia, in cui le capacità di verbalizzazione, astrazione concettuale e consapevolezza riflessiva sono assolutamente insignificante, è caratterizzata principalmente da una percezione immediata e globale di sé, mentre che l’elaborazione di un livello strutturale superiore di conoscenza esplicita, e consapevolezza di sé, è il risultato di un processo lento e graduale che raggiunge il suo fine solo nelle fasi maturative dello sviluppo. Nel corso del periodo che va dalla nascita alla fine della fanciullezza, si organizza gradualmente un sistema progressivamente più complesso di regole tacite di ordinamento dell’esperienza di sé del quale è possibile diventare consapevole, solo in parte, alla fine dell’ adolescenza e soprattutto durante la prima giovinezza. In questo periodo giovanile la relazione tra conoscenza tacita e conoscenza esplicita di sé, subisce una riorganizzazione rivoluzionaria in termini di astrazione ed integrazione; grazie alla quale “... la percezione prelogica ed emotiva di sé fin qui elaborata può essere strutturata in un’immagine di sé stabile e in grado di controllare attivamente la programmazione di un possibile itinerario di vita” (Guidano, 1988: 41).

Guidano mette anche in evidenza un altro aspetto di fondamentale importanza per comprendere la caratteristica particolare dello sviluppo del sé, il fatto che i livelli di conoscenza taciti ed espliciti non costituiscono le polarità estreme del continuum di una dimensione unica; sono invece, due dimensioni indipendenti ed irriducibili tra loro, in permanente oscillazione e relazione funzionale. Nel resto del ciclo vitale, a causa di questa irriducibilità e permanente oscillazione tra loro, la relazione tra i due livelli di conoscenza di sé subisce un processo senza fine di ristrutturazione, tale che: “... il ciclo di vita di ciascun individuo appare come un inesauribile processo generativo, sempre “aperto”, in cui, cioè, non può essere mai raggiunto uno stato particolare di maturità o di equilibrio “ottimale” per eccellenza.” quindi dice Guidano: “... non si dovrebbe pensare all’età adulta come una sorta di “punto d’arrivo” in cui tutti i processi d’ordinamento taciti individuale sono stati elaborati in procedure esplicite di pensiero. (1988:41).

Per Guidano, il senso di identità e continuità personale, che si organizza nell’infanzia, fanciullezza e adolescenza, in co-dipendenza con i processi affettivi coinvolti in queste tappe dello sviluppo evolutivo, nella tappa adulta è legato in maniera diretta alla struttura del legame significativo di questo momento della vita ed è regolato in corrispondenza al grado di plasticità con il quale il sistema personale è capace di elaborare la ripercussione emozionale che proviene dalle oscillazioni specifiche di questo legame. Dovuto a ciò, nei periodi di meta-stabilità dell’età adulta, quando cambiamenti dell’esperienza soggettiva del tempo, promuovono un riordinamento del

senso di continuità personale, la chiave di una riorganizzazione progressiva del sistema si radica nel livello di astrazione e di integrazione con il quale la coscienza personale è capace di elaborare la discrepanza affettiva che contemporaneamente sta affrontando. Si trova qui la premessa psicopatologica del modello di Guidano: i fenomeni psicopatologici hanno la loro origine negli squilibri affettivi generatori di discrepanze che, essendo difficilmente integrabili per il sistema personale, provocano quello che noi specialisti designiamo come segni e sintomi: emozioni, sentimenti, sensazioni, immagini e comportamenti che sono vissuti dalla persona come incontrollabili ed estranei a sé. Per questa ragione, Guidano concepì la Terapia Cognitiva Postrazionalista come un metodo attraverso il quale, il terapeuta conduce il paziente nella ricostruzione della sua maniera specifica di sperimentare e gestire questa particolare discrepanza affettiva, con l'obiettivo di promuovere, attraverso la distinzione ed integrazione di tutte la gamma di emozioni e sentimenti legati alla discrepanza affettiva in questione, una riorganizzazione progressiva del sistema personale in un nuovo e più articolato livello di coscienza che contenga la nuova maniera di sentirsi. Nei quattordici anni dalla scomparsa di Guidano, nel 1999, il paradigma postrazionalista creato da lui è stato arricchito con l'integrazione delle nuove conoscenze generate dalla ricerca scientifica, che hanno contribuito ad aumentare in modo significativo il suo potere esplicativo e la sua efficacia terapeutica. Nel campo della psicologia sperimentale gli scienziati hanno verificato l'esistenza di un'istanza di conoscenza tacita che ha un sistema di elaborazione in parallelo tramite il quale processa rappresentazioni inconsce, psicologicamente attive e intrinsecamente intenzionali, che hanno una forte impronta nel determinare il contenuto dell'esperienza fenomenica del soggetto. È stato dimostrato che grazie alle caratteristiche del suo sistema operativo, nell'istanza incosciente 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, come Guidano intuì, integrando il concetto di autoinganno <<self deception>> nel suo modello teorico del sé (Guidano e Liotti, 1983; Guidano, 1988, 1992; Gur e Sackeim, 1979), la coscienza fenomenica opera in modo tale che, nonostante queste contraddizioni, ci permette di sperimentare un senso di identità unitario e continuo. I ricercatori hanno dimostrato che la coscienza fenomenica 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.

Allo stesso tempo, i risultati della ricerca nel campo della psicologia evolutiva hanno portato ad un accordo tra gli esperti di "teoria della mente" per quanto riguarda il fatto che l'intenzionalità

ricorsiva, intesa come la capacità di avere processi mentali sui processi mentali, che a loro volta, hanno come contenuto altri processi mentali, è una competenza che è disponibile nel neonato umano molto più precocemente di quanto si pensasse prima. Numerosi studi rivelano l'esistenza innata di un sistema mentale specializzato nell'inferire, attribuire, prevedere e comprendere stati mentali durante le interazioni interpersonali, che comincia ad operare nel secondo anno di vita. Questo dispositivo metarappresentazionale tacito, alla maniera di un sistema narrativo muto, consente al bambino di capire la trama di una sequenza di scene di interazione intenzionale tra le persone, molto prima che sia in grado di operare nel linguaggio. Questa innata capacità di comprendere una sequenza di interazioni intenzionali, in cui il bambino stesso è coinvolto nei primi due anni di vita, è il fondamento dello sviluppo della coscienza di sé, e questa, a sua volta, è la condizione necessaria per lo sviluppo del linguaggio. Il linguaggio facilita ulteriormente l'articolazione astratta di una coscienza della quale non costituisce l'agente causale. La coscienza di sé è l'esperienza di percepire l'operare della propria mente, un'esperienza a cui abbiamo accesso diretto, non è condivisibile e non dipende dalla mediazione semiotica. L'esperienza di sé non ha un'organizzazione semiotica, né semantica, nemmeno un'organizzazione narrativa, come spesso è stata concepita nella tradizione psicologica; la sua organizzazione è affettivo-intenzionale. L'esperienza di sé comincia alla fine del primo anno di vita, quando si innesca la capacità di intersoggettività secondaria e il bambino è in grado di rendersi conto del suo ruolo intenzionale attivo nella coordinazione intersoggettiva con il prestatore di cura. La costruzione di ogni coscienza personale è un processo evolutivo strettamente legato all'elaborazione delle repercussions emotive delle vicissitudini della relazione che si instaura tra il soggetto e il suo adulto più significativo. Un processo che si estende dall'infanzia alla prima giovinezza, e comporta la graduale distinzione di una progressivamente più ampia gamma di stati affettivi-intenzionali proprie e altrui che, attraverso successive integrazioni, diventano i componenti della sua struttura. Questo processo di continua distinzione ed integrazione degli stati affettivi intenzionali, costruisce gradualmente la **"coscienza personale"** come un'organizzazione composta da due istanze cognitive dinamiche, una tacita, l'altra prevalentemente esplicita: da una parte, viene organizzato un sistema cognitivo astratto della trama metarappresentazionale di sentimenti di reciprocità affettiva costruita nel corso di questo rapporto; cioè, una **"metacoscienza affettiva personale"** che rende in modo tacito il significato affettivo immediato della sequenza di interazione intenzionale in cui il soggetto si trova momento per momento; dall'altro, la graduale integrazione delle distinzioni operate nella gamma della propria intenzionalità durante l'interazione con l'adulto significativo promuove l'organizzazione di una **"autocoscienza fenomenica"**, che, attraverso l'esclusione selettiva dell'attenzione di quei contenuti affettivi discrepanti, riesce a raggiungere uno stato che è vissuto dal soggetto come un senso di sé più o meno stabile e continuo. A causa della continua assimilazione di nuova esperienza affettiva, la relazione funzionale di regolazione reciproca tra le due istanze della coscienza personale affronta ciclicamente periodi di metastabilità che portano alla sua ristrutturazione. Come è stato anticipato da Guidano, l'adolescenza è lo stadio dello sviluppo in cui si verifica il più significativo di questi cambiamenti. Infatti il processo di ristrutturazione della coscienza personale che avviene nell'adolescenza, definisce la chiusura organizzativa della dimensione affettiva astratta di ogni soggetto, che diventa, il nucleo regolatore della sua esperienza di identità per il resto del ciclo di vita. In questa fase, l'emergere di

strutture cognitive astratte dà luogo a livelli metarappresentazionali più complessi che, operando come nuovi mediatori dell'esperienza affettiva in corso, fanno emergere discrepanze affettive che le strutture operatorie concrete della fanciullezza avevano contribuito a tenere fuori dal campo della coscienza fenomenica. L'emergenza subliminale di queste discrepanze affettive, in termini di mancanza di reciprocità, di sentimenti ambivalenti o inganno e manipolazione da parte del genitore, mette in crisi, sia la rappresentazione astratta della trama metarappresentazionale di sentimenti di reciprocità affettiva della relazione significativa, sia la rappresentazione del proprio modo di essere nella stessa. In tal modo si innesca in questa fase dello sviluppo, per la prima volta nel ciclo di vita, un processo di **"lutto metarappresentazionale tacito (LMT)";** la cui struttura e risoluzione durante l'adolescenza e prima giovinezza determineranno, tanto la vulnerabilità psicopatologica specifica della persona, quanto il grado di tale vulnerabilità. L'elaborazione di questo lutto prevede la costruzione di un nuovo sistema di autoregolazione dell'esperienza affettiva, il **"senso affettivo personale"**, significativamente più complesso dei precedenti sistemi della fanciullezza, nella quale l'esperienza di continuità viene regolata in modo concreto in funzione del mantenimento di una determinata qualità del legame con quello specifico adulto significativo. La costruzione di questa nuova istanza metacognitiva astratta comporta la strutturazione di uno stile relazionale affettivo particolare, efficace per affrontare, con sufficiente sensazione di autoregolazione emozionale da parte dell'adolescente, le ripercussioni dell'esperienza di perdita generata dalle specifiche discrepanze affettive emergenti; rendendo così possibile l'esperienza, più o meno continua, di un **"senso affettivo personale"** ontologicamente viabile. Il tipo specifico di discrepanza che l'adolescente deve affrontare è implicito nel rapporto tra il bambino ed il suo caregiver nella fase della fanciullezza ed è determinata dallo stile particolare della cura genitoriale durante questa tappa. A sua volta, la caratteristica peculiare di questa discrepanza definisce il tipo di senso affettivo che il suo sistema personale organizzerà. Nel caso di discrepanza la cui caratteristica principale risiede nella mancanza di reciprocità, viene organizzato un **"senso personale di autosufficienza affettiva"** (nucleo dell'Organizzazione di Significato Personale Depressiva); se la sua caratteristica principale è l'emergenza di sentimenti ambivalenti, si sviluppa un **"senso personale di equanimità affettiva"** (nucleo dell'OSP Ossessiva); invece, qualora l'adolescente si confronta con una discrepanza la cui componente principale è la mancanza di fiducia, il risultato è l'organizzazione di un **"senso personale di autonomia affettiva"** (nucleo dell'OSP Fobica).

Un cambiamento importante nella nosologia originale concepita da Guidano e Liotti nel 1983, e sostenuta da Guidano in tutti i suoi scritti successivi, è la revisione dalla nozione di "Organizzazione tipo disturbi alimentari psicogeni (DAP)", che non consideriamo più, come le altre tre OSP, una categoria valida per la descrizione di una dimensione funzionale del processo di identità. Siamo giunti a questa conclusione a partire dall'analisi dei dati e dalla riflessione sui risultati del programma di trattamento psicoterapeutico fatto con 97 pazienti con disturbi del comportamento alimentare, tra 2001 e 2009, nel nostro centro Cetepo, nelle sedi di Buenos Aires e Rosario, in Argentina.

Dal lancio del programma, non abbiamo avuto difficoltà in riformulare, come è stato suggerito da Guidano (1992), il problema dei pazienti, <<intenso senso di inaccettabilità estetica o intellettuale accompagnato da un'esperienza immediata di sé vaga e oscillante>> in termini di ipersensibilità al giudizio degli altri. In poche sedute i pazienti riuscivano a individuare le scene nelle quali si manifestava il proprio problema quotidiano: "come far fronte agli altri", e più in particolare, "come gestire il loro giudizio critico". Questo compito è stato così facile da raggiungere perché l'auto-inaccettabilità e l'esperienza più meno continua di un senso indefinito di sé portano una sofferenza psichica che è facile di identificare ed mettere in sequenza con le situazioni di esposizione personale per chi la subisce. Ma, arrivare a questo punto implicò un problema di natura teorica e metodologica: l'emergenza in adolescenza di una sofferenza sintomatica come quella, per essere trattata efficacemente, richiedeva da parte nostra, come terapeuti post-razionalisti, una spiegazione in termini di scempenso affettivo. Non risultava sufficiente dire semplicemente che questa sofferenza poteva essere ricondotta al fatto che il individuo con OSP DAP è sensibile al giudizio degli altri (equivalente dal punto di vista epistemologico a spiegarsi che l'individuo con OSP Fobica subisce il disturbo di panico perché è sensibile alla costrizione, o che l'individuo con OSP Depressa subisce un disturbo dell'umore perché è sensibile alla perdita affettiva); una spiegazione eziologica simile, che attribuisce il disturbo psicopatologico alla struttura di identità in sé stessa, oltre a rappresentare una banale e pericolosa semplificazione di un problema clinico complesso, non risultava coerente con il modello di Guidano, che presentiamo in questo libro. Peraltro, questa sintomatologia non poteva essere spiegata come la conseguenza di una delusione di aspetti concreti dell'immagine genitoriale, un processo con il quale si confrontano tutti gli adolescenti. Come è stato già segnalato, riteniamo che non c'è adolescenza senza discrepanza affettiva; l'affrontare un'esperienza di delusione più o meno intensa nei confronti del rapporto con il genitore con il quale si ha avuto il attaccamento più intenso durante la fanciullezza, non è un'esperienza esclusiva di un itinerario di sviluppo particolare ma è un processo fisiologico normale che appartiene alla natura dello sviluppo adolescenziale di tutti i soggetti, qualsiasi sia stato il loro percorso di attaccamento infantile¹.

Il nostro problema si è risolto quando abbiamo notato che, sia i contenuti fenomenologici espliciti e i segni e sintomi di anoressia e bulimia, sia il repertorio di esperienza immediata, presenti in modo analogo in diversi pazienti, si riferivano a vari significati personali taciti diversi che erano attribuibili ad uno dei tre processi di base descritti nel precedente paragrafo. In questo modo abbiamo risolto il problema metodologico, poiché la nuova prospettiva teorica ci permetteva di avanzare a passo sicuro nella fase di ricostruzione e riorganizzazione dello scempenso affettivo specifico di ogni caso.

Riteniamo che l'intensa sensibilità al giudizio esterno nella definizione di sé non può essere considerata costitutiva del funzionamento normale dell'identità adulta, viene invece considerata come parte integrante di un insieme di sintomi. Nonostante ciò, essa è una caratteristica intrinseca invariante del normale sviluppo adolescenziale, periodo in cui, mentre il soggetto si trova ad affrontare le ripercussioni delle discrepanze affettive emergenti, il suo senso di sé e del proprio valore è ancora vago e indefinito. Per lo stesso motivo è anche caratteristica di questo

periodo un'esperienza emozionale oscillante tra un marcato bisogno di approvazione da parte degli altri significativi e la forte paura di poter essere disconfermati o intrusi da loro; un problema che l'adolescente tenta di affrontare, secondo il suo stile particolare, con un atteggiamento perfezionista, indulgente o con una tenace opposizione. In quegli adolescenti che stanno elaborando un lutto severo, con conseguenze sintomatiche, tali caratteristiche fenomenologiche e procedurali sono più evidenti e intense, qualunque sia il tipo di sintomo e di discrepanza alla base del lutto. Quando si trovano in persone che hanno superato questa fase giovanile, sono segni di una cronicizzazione del lutto adolescenziale; che porta ad un processo disfunzionale dello sviluppo dell'identità, qualsiasi sia il tipo di OSP.

ⁱ Anche Guidano sottolinea la delusione adolescenziale come un processo universale e normale, però si riferisce in particolare agli aspetti più concreti dell'immagine dei genitori, e non a quelle discrepanze nella trama metarappresentazionale affettiva tacita del rapporto con questi, fattore che valutiamo oggi, da questo nuovo punto di vista, come determinanti nell'organizzazione della identità nel periodo adolescente. Dice Guidano a riguardo: "...l'emergere del pensiero astratto logico-formale, nella adolescenza, si accompagna gradualmente a una revisione abbastanza radicale del modo di percepire le figure di attaccamento. Mentre nella fanciullezza e ancor più nell'età prescolare i genitori sono percepiti come detentori di verità e valori assoluti, con il relativismo adolescenziale essi cominciano a essere visti più o meno come persone ordinarie, con le comuni incertezze, contraddizioni, difficoltà e così via." (Guidano, 1988:181)