

La psicoterapia interattivo-semiotica e la metafora del viaggio

*Giacomo Chiara**

Riassunto L'articolo si propone di illustrare l'approccio interattivo semiotico in psicoterapia attraverso la metafora del viaggio. In particolare, ci domanderemo: che tipo di connessioni possono esistere tra il viaggio e la pratica della psicoterapia? Oppure tra il viaggiatore e lo psicoterapeuta? Ma soprattutto, in che senso lo psicoterapeuta può essere considerato un viaggiatore? Inoltre, adottando tale approccio, sarà illustrata un'esemplificazione in cui saranno brevemente evidenziate le mappe meta-teoriche, le possibili strade terapeutiche e le potenziali storie che si possono generare e costruire. Come costruttore di nuove storie o come costruttore di nuovi linguaggi, lo psicoterapeuta interattivo-semiotico può essere considerato un viaggiatore nelle storie ancora da costruire.

Abstract The article aims to illustrate the interactive-semiotic approach in psychotherapy through travel's metaphor. In particular, we will ask ourselves what kind of connections may exist between the trip and the practice of psychotherapy? Or between the traveler and the psychotherapist? But above all, in what way the therapist can be considered a traveler? Moreover, by adopting this approach, it will be shown in an illustration which will be briefly highlighted the maps meta-theoretical, possible therapeutic avenues and potential stories you can create and build. As a constructor of new stories or as a builder of new languages, the interactive-semiotic psychotherapist can be considered a traveler in the stories yet to be constructed.

Parole chiave

Interazionismo semiotico

Key words

Semiotic Interactionism

"Il viaggio sono i viaggiatori"

Fernando Pessoa

1. Il viaggiatore e il viaggio della psicoterapia

Se come dice Wittgenstein le parole e le proposizioni possono avere innumerevoli tipi d'impiego generando nuovi giochi linguistici, in questo articolo si vuole illustrare l'approccio interattivo-semiotico metaforizzando la

* Psicologo, Dipartimento di Psicologia Applicata, Università degli Studi di Padova. Specializzando presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Interattivo-Cognitiva sede di Padova.

psicoterapia interattivo-semiotica come un viaggio. Nel momento in cui uso il termine “viaggiatore” è probabile che il lettore inizi a costruirsi un’immagine, una serie di aspettative e di conoscenze, che generalmente accompagnano e colorano l’universo simbolico di un ipotetico viaggiatore. Tutti almeno una volta abbiamo recitato il ruolo del viaggiatore. D’altra parte tutti almeno una volta abbiamo seguito le regole del gioco del viaggio. Inoltre, la scelta della metafora del viaggio ci consente di prendere in considerazione sia il copione drammaturgico che il viaggiatore rappresenta sulla scena di viaggio, sia la continua trasformazione delle regole sociali che cambiano di volta in volta in funzione del contesto relazionale, sociale e culturale. A proposito di contesto culturale, prendiamo in prestito una citazione di Geertz (1973, trad. it 1988, p. 41), il quale afferma che «il concetto di cultura [...] è essenzialmente un concetto semiotico. Ritenendo, [...], che l’uomo sia un animale impigliato nelle reti di significati che egli stesso ha tessuto, affermo che la cultura consiste in queste reti e che perciò la loro analisi è non una scienza sperimentale in cerca di leggi, ma una scienza interpretativa in cerca di significato». Bisogna tener conto del fatto che ci muoviamo in una sorta di dedalo di stradine, di piazzette e di città, che fungono da sfondo a una dimensione dialettica in cui attraverso il linguaggio siamo impegnati a costruire un’immagine di noi stessi e una rappresentazione di sé. Ci troviamo sempre coinvolti in un processo semiotico in cui “costruzione, decostruzione, ricostruzione, negoziazione e condivisione” costituiscono i nodi principali per costruire nell’interazione una realtà condivisa. Questo implica, sempre seguendo l’antropologia interpretativa di Geertz, che «la vita è traduzione e noi siamo persi in essa. Un tentativo di comprendere come noi interpretiamo le interpretazioni che non sono nostre» (Ibidem). In altri termini, siamo costantemente impegnati a comprendere, come direbbe Schutz, le “realtà di secondo ordine”, e cioè interpretazioni d’interpretazioni, ovvero una “realtà costruita”, e quello che noi “vediamo” sono nient’altro che gli effetti, agiti e/o subiti, nell’esperienza soggettiva degli individui.

Ritorniamo alla metafora del viaggio. Spesso, almeno a grandi linee, i viaggi sono programmati, quasi sempre si ha una meta da raggiungere. Utilizzo l’espressione “quasi sempre” perché può anche capitare che si inizi un viaggio senza una meta specifica ma si viaggi per il solo piacere di viaggiare o altro. Come scrisse una volta Charles Baudelaire “*i veri viaggiatori partono per partire e basta: cuori lievi, simili a palloncini che solo il caso muove eternamente, dicono sempre “Andiamo”, e non sanno perché. I loro desideri hanno le forme delle nuvole*”.

Ora, che tipo di connessioni possono esistere tra il viaggio e la pratica della psicoterapia? Oppure tra il viaggiatore e lo psicoterapeuta? Ma soprattutto, in che senso lo psicoterapeuta può essere considerato un viaggiatore? Suppongo che converrete se consideriamo lo psicoterapeuta come un illustre viaggiatore in quanto il viaggio lo compie nelle vite e nelle esperienze degli altri. Per compiere pienamente i viaggi nelle esperienze di vita degli altri, che molto spesso sono esperienze di sofferenza e di disagio, dobbiamo tener presente il fatto che nel momento in cui entriamo nella vita degli altri contribuiamo in prima persona a ricostruire il senso del loro

disagio. Se il nostro viaggiatore è alla ricerca di paesaggi in cui la dimensione spirituale è la più dominante allora avrà bisogno di consultare un atlante, o altro (es. documentari, internet), in modo da avere precise informazioni relative a luoghi vivi spiritualmente, al fine di decidere verso quale meta imbarcarsi; allo stesso modo allo psicoterapeuta è necessaria una consapevolezza epistemica che funge da timone per orientarsi sulle variegata esperienze di vita, e attraverso questa consapevolezza epistemica scegliere di volta in volta quale mappa è più adeguata a leggere certi fenomeni psicologici. Se la psicoterapia è una pratica conoscitiva ed operativa inscindibile dai sistemi di credenze dei propri clienti, allora allo psicoterapeuta è richiesta una flessibilità teorica ed operativa che si concretizza nell'assunzione di una posizione concettuale di tipo pluralista e pragmatico. In questo senso «l'interazionismo semiotico è da considerarsi una sorta di “modello” pragmatico, una “mappa”, con la sua epistemologia e le sue scelte teoriche» (Salvini, 2011, p. 16). Se il nostro viaggiatore ha la possibilità di scegliere più mezzi per raggiungere la sua meta, lo psicoterapeuta ha accesso all'esperienza dell'altro attraverso il linguaggio, che rappresenta lo strumento di lavoro principale in quanto la forma linguistica s'impadronisce dell'esperienza. Partendo dal presupposto che i *sistemi umani sono sistemi linguistici* (Anderson e Goolishian, 1988), il timone o il modello conoscitivo più adeguato in senso pragmatico per leggere il senso e il significato dell'agire umano è rappresentato dall'adozione di un approccio semiotico, nel quale l'attenzione verte sull'interpretazione dei significati, considerando la cultura come «strutture di significato socialmente stabilite» (1973, trad. it 1988, p. 21). Per comprendere il mondo concettuale in cui vivono gli altri è necessaria una veste antropologica, spesso, infatti, non si colgono le matrici di significato per “la mancanza di familiarità con l'universo immaginativo entro il quale i loro atti diventano segni” (Ibidem).

2. Un viaggio verso nuove storie da costruire

Seguendo le argomentazioni di Geertz, adottare un approccio semiotico vuol dire nello specifico chiedersi quando un atto diviene un segno dotato di senso. Se la semiosi è quel processo in base al quale un'espressione assume il valore di segno, il significato di un segno dipende sempre dalle regole in base alle quali il linguaggio, le parole e i giochi linguistici vengono giocati. Come scrive Wittgenstein (oss. 432, 1953, trad.it 2009): “ogni segno, *da solo*, sembra morto. *Che cosa gli dà vita?* – Nell'uso, esso *vive*. Ha in sé l'alito vitale? O *l'uso* è il suo respiro?”.

Seguendo Wittgenstein dunque un segno “vive” nell'uso, e solo nel contesto dei giochi linguistici, intendendo con questi sia l'intero processo dell'uso delle parole, sia “tutto l'insieme costituito dal linguaggio e dalle attività di cui è intessuto” (Ivi, oss. 7). Inoltre, segni, parole e proposizioni, hanno innumerevoli tipi d'impiego, per cui possono essere generati nuovi giochi linguistici e altri possono essere dimenticati, in questo senso “la parola “*giuoco* linguistico” è destinata a mettere in evidenza il fatto che *parlare* un linguaggio fa parte di un'attività, o di una forma di vita” (Ivi, oss.

23). Sulla scorta di queste premesse “semiotiche”, come può uno psicoterapeuta accedere nell’universo immaginativo del suo cliente?

Diviene quindi fondamentale e necessario per il lavoro dello psicoterapeuta comprendere *come* la persona rappresenta il suo problema, che tipo di linguaggio usa, e come il problema stesso viene agito dalla persona. L’approccio interattivo-semiotico ci rende consapevoli del carattere convenzionale delle costruzioni concettuali, proprie della persona, e dell’esigenza che le costruzioni concettuali abbiano giustificazioni pragmatiche, ossia contestuali, intenzionali e finalizzate.

Il lettore consideri la storia che segue come esemplificazione:

Una donna da un po’ di tempo vive in una situazione di frequenti litigi con il marito. Niente di grave, è solo un brutto periodo che passerà presto, - dice la signora - , è solo un periodo in cui sono un pò giù. Nel frattempo, il marito incontra un’affascinante ragazza che gli fa perdere la testa. Lascia la moglie e ne chiede il divorzio. La moglie, disperata, inizia a rimproverarsi della sua incapacità di rendere felice il marito e sprofonda in una tristezza immensa usualmente catalogata come depressione. Passano tre giorni e la donna tenta il suicidio ingoiando mezza scatola di farmaci. La portano in ospedale. Si salva. Ma resta un interrogativo importante che aleggia nell’aria: Perché l’ha fatto?

Per rispondere alla domanda prendiamo in prestito la citazione di Harrè e Secord (1972): “Alla domanda, Perché l’ha fatto? Si può rispondere in due modi concettualmente differenti. In termini di ragioni, la risposta viene data riferendosi alla decisione presa da un agente attivo in un contesto giustificante o normativo; in termini di cause, la risposta viene data riferendosi alle condizioni interne ed esterne in cui si trova un agente passivo”. Da una parte uno psicologo che si rifà al paradigma naturalistico, risponderebbe, presumibilmente, in termini di cause, e cioè: “*l’ha fatto perché era depressa*”. In particolare, privilegiando una visione organicistica dell’individuo e una lettura meccanicistica del suo comportamento (Salvini, 1988), verranno presi in considerazione i fattori che hanno portato la donna a compiere tale gesto. Uno di questi è la disperazione, considerato il fattore più importante in quanto correlato ad un eventuale suicidio (Beck et al., 1990). Un altro fattore preso in considerazione dalle ricerche e considerato rilevante è la desolazione, intesa come l’aspettativa di un qualche cambiamento nella propria vita associata alla certezza di non poterlo realizzare (Hendin, 1991). Al di là delle strade che la ricerca può intraprendere sulla scia della “ricerca dei fattori” determinanti o delle interpretazioni psicodinamiche proposte (Kohut, 1977; Hendin, 1991; Gabbard, 2002), quello che risulta predominante per questi approcci, dal cognitivismo alla psicodinamica, è un atteggiamento alla conoscenza fondato sulla “ricerca dei fattori” e sulla “ricerca delle cause” sottostanti all’agire dell’individuo. In questo caso come distorsione di causa si verifica quel processo noto come reificazione, che implica la trasformazione di una caratteristica in una causa, di un aggettivo in un sostantivo, di una descrizione in una proprietà. Viene qui in aiuto la citazione di Berger e Luckmann (1966, trad.it 1969), quando riferendosi ai termini utilizzati dalla

psicologia e dalla psichiatria, affermano: “la reificazione è la percezione dei prodotti dell’attività umana come se fossero qualcosa di diverso dai prodotti umani”. La depressione diviene quindi un “oggetto reificato”, una caratteristica intrinseca e stabile attribuita al modo di essere della persona che permette una giustificazione sociale dell’atto, in questo caso il tentativo di suicidio. L’obiettivo di una psicoterapia che parte dal presupposto di “togliere” la depressione, si concentrerà, come dicono gli psicodinamici, sull’elaborazione del lutto, o come dicono i cognitivisti, sulle idee irrazionali e sulle cognizioni disfunzionali.

Dall’altra parte, lo studioso che si rifà al paradigma costruttivista, interattivo-semiotico e costruzionista, “rivendicando la possibilità di una conoscenza priva di fondamenti certi e assoluti” (Romaioli, 2010, p. 39), risponderà invece in termini di ragioni e d’intenzioni, e alla domanda “Perché l’ha fatto?” si asterrà da una sua personale interpretazione, e sposterà la sua attenzione nella relazione e nell’interazione semiotica tra la moglie e il marito, e sui significati costruiti e condivisi nel contesto micro-familiare. Se il paradigma naturalista disegna la sua mappa seguendo una linea di “ricerca delle cause”, il paradigma costruttivista, interattivo-semiotico e costruzionista pone al centro dei suoi interessi la “ricerca del significato” (Bruner, 1992). Qui “la realtà perde la sua compattezza e diventa il risultato dei processi di significazione operati dalle persone nell’incontro intersoggettivo, il luogo ideale di convergenza dei diversi punti di osservazione” (Armezzani, 2002, p. VII). Quello che dobbiamo tenere presente è che “la prospettiva psicologica interazionista è un tipo di cartografia socio-semiotica, che si occupa dei processi attraverso cui le persone costruiscono l’esperienza personale, configurabile come cognitiva ed emotiva, simbolica o estetica, normativa o immaginativa, e altro” (Salvini, 2011). Se partiamo dall’imperativo etico suggerito da von Foester: “Agisci sempre in modo da accrescere il numero totale delle possibilità di scelta” (1973, p. 233), possibili obiettivi di una psicoterapia, che comunque vanno poi negoziati con il cliente, in questo caso potrebbero focalizzarsi sui significati di questa rottura sentimentale per la persona, sulle nuove possibilità di esperienza di vita, sugli schemi relazionali, sulle narrazioni personali e sulle nuove rappresentazioni di sé. Un interazionista-semiotico considererebbe l’azione della signora come un segno comunicativo socialmente situato e dotato di senso e di significato. Le possibilità terapeutiche possono seguire diversi livelli d’azione a seconda delle preferenze del terapeuta o dalle contingenze della situazione specifica. Nel caso che abbiamo brevemente illustrato a titolo d’esempio, potremmo intervenire concentrandoci più sulla relazione e sulla narrazione della donna, e meno sul livello dell’azione tipico della terapia strategica. Una raffinata e seducente arma che il terapeuta può utilizzare, seguendo la direzione di una linea d’intervento basata sulla relazione, è la cosiddetta ristrutturazione. Se si decide di seguire questa strada la prima attenzione del terapeuta interazionista-semiotico verterà sulle costruzioni di senso e di significato della signora riguardo la rottura sentimentale, e poi su una possibile ristrutturazione dei suoi schemi relazionali, della percezione di sé e delle rappresentazioni di sé, verso nuovi schemi relazionali e una nuova

rappresentazione di sé, che all'orizzonte apre a nuove possibilità e a nuove esperienze di vita e modi d'essere. Grazie alla sua forza performativa, attraverso la ristrutturazione del sistema dei significati emergono nuove possibilità di innestare nuove parti di sé, nuove auto-percezioni, in considerazione del fatto che le persone sono delle entità fluttuanti, in costante divenire, continuamente coinvolte in un processo circolare ed ermeneutico attraverso il quale la persona si dà un senso a sé, agli altri e al mondo. Uno si sente qualcuno sulla scorta di come gli altri lo trattano e da com'è visto e trattato. L'individuo, sulla scorta di questa argomentazione, è un essere in divenire, si esprime in funzione dei ruoli dai quali è stato socializzato e dei posizionamenti discorsivi negoziati con l'altro nelle continue interazioni a cui prende parte. Un'altra possibilità è concentrarsi sui generi narrativi utilizzati dalla signora per raccontare la sua storia. Se si considera la metafora narrativa della psicoterapia (Hermans & Hermans-Jansen, 1995; Parry & Doan, 1994; Omer & Alon, 1997; White & Epston, 1990), secondo la quale gli individui trasformano sé stessi cambiando le storie che raccontano sulla loro vita, allora si potrebbe invitare la signora a raccontare la sua storia da diversi punti di vista, evidenziando le situazioni uniche (White & Epston, 1990) e/o i momenti innovativi (Goncalves M.M. et al., 2009). Attraverso il racconto di queste voci, infatti, è possibile costruire una nuova direzione della storia, un altro racconto, altre possibilità mai esplorate prima.

3. Conclusioni

Se il significato di un segno dipende dalle regole in base alle quali il linguaggio viene giocato, allora nell'uso di parole e proposizioni si possono generare nuovi giochi linguistici e dunque nuove forme di vita. L'uso della metafora del viaggio per illustrare l'approccio interattivo-semiotico ci ha permesso di considerare le innumerevoli sfumature che durante il percorso si possono incontrare e generare. L'approccio interattivo-semiotico alza le sue vele verso nuovi linguaggi e forme di vita, che non siano più ebbri di un positivismo mascherato e nemmeno di effusioni diagnostiche, si tratta in sostanza di un approccio in antitesi alle concezioni naturalistiche e deterministiche della psicologia e della psicoterapia. Allo stesso modo del nostro viaggiatore che trovandosi nella sua imbarcazione deve fronteggiare la furia del vento e la tempesta del mare, lo studioso che si rifà al costruzionismo e all'interazionismo semiotico si trova nel pieno di una sfida importante verso un cambiamento radicale. Come ci invita Gergen (1999, p. 27), vi è la necessità di "studiosi che vogliono essere audaci, rompere le barriere del senso comune proponendo nuove forme di teorie, d'interpretazione d'intelligibilità". In questo senso lo psicoterapeuta interattivo-semiotico è un viaggiatore.

Riferimenti bibliografici

- Anderson H., Goolishian H.A. (1988), Human Systems as Linguistic Systems: Preliminary and Evolving Ideas about the Implications for Clinical Theory, *Family Process*, vol. 27, pp. 371-393.
- Armezzani M. (2002), *Esperienza e significato nelle scienze psicologiche. Naturalismo, fenomenologia, costruttivismo*, Lanterza, Roma.
- Beck A.T. (1990), Brown G., Berchick R.J., Stewart B.L., Steer R., Relationship between Hopelessness and Ultimate Suicide: A Replication with Psychiatric Outpatients, *The American Journal of Psychiatry*, Feb., 147, 2.
- Berger P.L., Luckmann T. (1969), *The social Construction of Reality*, Garden City, New York, Doubleday and Co., 1966, trad. it. *La realtà come costruzione sociale*, Il Mulino, Bologna.
- Bruner J. (1990), *Acts of Meaning*, Harvard University Press, Cambridge (Mass.), London, trad.it *La ricerca del significato. Per una psicologia culturale*, Bollati Boringhieri, Torino, 1992.
- Gabbard G.O. (2002), *Psichiatria psicodinamica*, Raffaello Cortina, Milano.
- Geertz C. (1973), *The interpretation of Cultures*, New York. Basic Books. Inc., trad. it *Interpretazioni di culture*, Il Mulino, Bologna, 1988.
- Gergen K.J., Toward a Postmodern Psychology, in Kvale S. (a cura di), *Psychology and Postmodernism*, Sage, London, 3° ed., 1999.
- Gonçalves, M. M., Matos, M., & Santos, A. (2009). Narrative therapy and the nature of “innovative moments” in the construction of change. *Journal of Constructivist Psychology*, 22, 1–23.
- Harrè R., Secord P.F. (1972), *The explanation of social behavior*, Oxford: Basil Blackwell, trad. it. *La spiegazione del comportamento sociale*, Il Mulino, Bologna.
- Hendin H. (1991), The Psychodynamics of Suicide with Particular Reference to the Young, *American Journal of Psychiatry*.
- Hermans, H. J. M., & Hermans-Jansen, E. (1995). *Self-narratives: The construction of meaning in psychotherapy*. New York: Guilford.
- Kohut H. (1977), *Narcisismo e analisi del sé*, Bollati Boringhieri, Torino.
- Omer, H., & Alon, N. (1997). *Constructing therapeutic narratives*. Northvale, NJ: Aronson.
- Parry, A., & Doan, R. D. (1994). *Story re-visions*. Guilford, New York.
- Romaioli D. (2010), Paradigmi interazionisti e ricerca psicosociale: premesse conoscitive e criteri metodologici, *Scienze dell'Interazione, rivista di psicologia clinica e psicoterapia*, vol.2, n. 1, pp. 38-45.
- Salvini A. (1988), *Argomenti di psicologia clinica*, Domeneghini, Padova.
- Salvini A. (2011), I limiti dei giudizi di personalità, in Salvini A., Dondoni M., *Psicologia clinica dell'interazione e psicoterapia*, Giunti, pp. 198-207.
- Salvini A. (2011), L'interazione semiotica in psicologia clinica, in Salvini A., Dondoni M., *Psicologia clinica dell'interazione e psicoterapia*, Giunti, pp. 13-24.
- Von Foester H. (1973), On constructing a reality, in Watzlawick P. (ed. 1984), *The invented reality*, W.W. Norton and Co., New York, pp. 41-61.
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. Norton, New York.
- Wittgenstein L. (2009), *Philosophische Untersuchungen*, Basil Blackwell, Oxford, 1953, trad.it: *Ricerche filosofiche*, Einaudi, Torino, 2009.