

# Il viaggio sistemico di Philippe Caillé: metodi analogici e cambiamento in psicoterapia

Francesco Bruni<sup>1</sup>

*“Dai sensi proviene innanzi tutto ogni cosa degna di fede,  
ogni buona coscienza, ogni evidenza della verità”*

*“E se tu scruterai a lungo in un abisso, anche l’abisso  
scruterà dentro di te”*

*Friedrich Nietzsche 1886*

**Riassunto:** Il discorso sui processi di cambiamento in psicoterapia inizia con il Viaggio sistemico di Philippe Caillé. L’articolo propone una cornice per valutare la situazione relazionale e sapere che cosa succede nelle terapie sistemico-relazionali. Con l’ausilio dei metodi analogici, utilizzati nel corso del colloquio clinico, si favorisce l’incontro emozionale e si permette al “corpo relazionale” di esprimersi e di comunicare qualcosa di significativo ad ogni membro. Si afferma, quindi, il primato della relazione e la funzione della danza epistemica, come metafora della condivisione dell’esperienza vissuta con chi chiede aiuto. Fra i fattori che contribuiscono al cambiamento, l’analisi si sofferma sui processi di comunicazione e sull’integrazione fra processi primari e processi secondari che rimandano al mondo delle emozioni e ai fenomeni della coscienza. Questi argomenti sono discussi anche alla luce dei recenti risultati nel campo delle neuroscienze. I temi analizzati portano a considerare il cambiamento in psicoterapia connesso alla regolazione intersoggettiva e alla necessità di dare voce alla dimensione simbolica e al “corpo relazionale” che reclama armonia nel microcosmo umano.

**Parole chiave:** Danza epistemica, emozioni, gioco, metodi analogici, processi primari, processi secondari

*Summary: Analogical methods and change in psychotherapy. About a systemic Journey with Philippe Caillé.*

The discussion on the processes of change in psychotherapy draws on the Journey of systemic therapist Philippe Caillé. The article proposes a framework to rate the relational situation and to know what happens during the therapies systemic-relational. By the analogical methods, used during the clinical interview, the emotional meeting is encouraged and the “relational body ” is allowed to express itself and to communicate something meaningful to every member. Hence it is stated the primacy of the relationship and the need to practice the epistemic dance, as a metaphoric sharing experience with those seeking help. Among the factors which contribute to the change, the analysis focuses on the processes of communication and integration between the primary and secondary processes from the world of emotions and the phenomena of the conscience. These topics are also discussed under the light of recent findings in neurosciences. The themes analyzed lead to consider the change in psychotherapy related with the intersubjective regulation and with the need to give voice to the symbolic dimension and to the "relational body", which claims harmony in the human microcosm.

---

<sup>1</sup> Psicologo, psicoterapeuta, didatta CSTFR, Istituto Emmeci, Torino

**Key words:** epistemic dance, emotions, play, analogical methods, primary processes, secondary processes.

**Resumen:** *Métodos analógicos y cambio en psicoterapia. A propósito del Viaje del terapeuta sistémico de Philippe Caillé*

El discurso sobre los procesos de cambio en psicoterapia inicia con el Viaje sistémico de Philippe Caillé. El artículo propone un marco para valorar la situación relacional y saber qué sucede en las terapias sistémico-relacionales. Con el auxilio de los métodos analógicos, utilizados en el curso de la entrevista clínica, se favorece el encuentro emocional y se permite al "cuerpo relacional" de expresarse y de comunicar algo significativo a cada miembro. Se afirma, por lo tanto, la primacía de la relación y la función de la danza epistémica como metáfora del compartir la experiencia vivenciada con quien pide ayuda. Entre los factores que contribuyen al cambio el análisis enfatiza los procesos de comunicación y la integración entre proceso primario y proceso secundario que hablan del mundo de las emociones y de los fenómenos de la conciencia. Estos argumentos también son discutidos a la luz de los recientes resultados en el campo de las neurociencias. Los temas analizados llevan a considerar el cambio en psicoterapia relacionado con la regulación intersubjetiva y la necesidad de dar voz a la dimensión simbólica y el "cuerpo relacional" que reclama armonía en el microcosmos humano.

## Il viaggio

Ogni psicoterapia è un viaggio simbolico-esperienziale nel tempo e nello spazio, con caratteristiche che variano a seconda di come si struttura la relazione di aiuto. Gli individui, le coppie e le famiglie vengono accompagnati a rivisitare la storia personale e familiare, le relazioni, gli eventi più significativi e le cose più care, a connettere mondo esterno e realtà esterna, sia in senso concreto e realistico, sia nella dimensione semantica e rappresentazionale. Il viaggio ha un percorso circolare, inizia con la presentazione dei problemi per cui si chiede aiuto, per giungere, dopo aver superato diverse difficoltà, a un approdo come apertura verso nuove opportunità e conquista di una nuova stabilità. La ricerca di un nuovo equilibrio nella vita affettiva e nelle relazioni fa incontrare situazioni imprevedibili da superare e fa scoprire nuovi aspetti di sé e delle relazioni con gli altri. In questo senso, il viaggio è una metafora della vita e, come l'Odissea, richiede tenacia, astuzia, coraggio, abilità e anche prudenza. Nella narrazione omerica, l'agire, rappresentato da Ulisse, è speculare alla dimensione interiore espressa da Penelope e "capace di comprendere, accogliere, accettare il vuoto dello spazio e del tempo, per poi governarli" (1, p. 16) così come avviene nella psicoterapia. In una trama contrassegnata da movimenti oscillanti fra famiglia reale e famiglia simbolica, pensieri oggettivanti e pensieri soggettivanti, in uno spazio incerto dove l'elaborazione delle esperienze relazionali significative, insieme all'ascolto della dimensione emotiva, riattiva i processi evolutivi.

Questa dimensione del viaggio, è riproposta da Philippe Caillé (2) quando ci invita a esplorare la complessa natura sistemica delle relazioni di aiuto. Viaggio che Philippe ha incominciato negli anni sessanta e oggi ce ne presenta un resoconto ricco corredato di esempi legati alla vita quotidiana, alla pratica clinica e alla formazione dei terapeuti, come mappe per orientarsi nel mondo della psicoterapia. Ogni volta che incontriamo i metodi e le procedure creative che Philippe ha elaborato proviamo nuove sensazioni e facciamo curiose riflessioni.

Sono metodi che caratterizzano la clinica sistemica, intesa come terreno di incontro di individui, coppie e famiglie che richiedono aiuto. Propongono un contesto creativo e regole per mettere insieme informazioni riguardanti eventi, cose, persone, azioni come apparati del viaggio nelle relazioni, nelle esperienze significative e nella rielaborazione della propria storia, alla ricerca di un nuovo equilibrio. Si genera così un dialogo, nel gioco della rappresentazione cognitiva di sé e degli altri, che fa risuonare le emozioni e richiama aspetti di sé che questo incontro sollecita, nel rispetto della condizione esistenziale di chi chiede aiuto e con la fiducia nelle possibilità di riprendere quello slancio creativo e auto curativo, momentaneamente accantonato.

Il viaggio connette l'inconsueto, l'estraneo con il familiare in un'avventura emozionante. Allo stesso modo Caillé (2) ci racconta del Tai Chi Chuan e della danza epistemica del terapeuta, esempio di forma espressiva che accompagna chi chiede aiuto verso il cambiamento. Questi e altri esercizi ci introducono nell'atelier, di un maestro della terapia sistemica europea, per scoprire e ricercare nuovi nessi di una professione appassionante e delicata. Esercizi che ci ripropongono, sottoforma di metafora, quello che facciamo quotidianamente quando esploriamo la nostra vita relazionale e ci spingiamo verso un altrove e verso nuovi orizzonti. Il viaggio, ci ricorda Chatwin (3), allarga la mente e le dà forma, accoglie la nostra irrequietezza e il nostro spirito nomade, spingendoci sempre un po' più in là, da sé all'altro, nello spazio dell'imprevisto e della creatività.

## Il primato della relazione

Il racconto del viaggio si apre, non a caso, con la rievocazione dell'arrivo di Caillé, nel 1962, in Norvegia. Lui, giovane psichiatra francese, iniziava allora a lavorare in un paese con una cultura molto diversa da quella di origine. Questa condizione personale insolita, rispetto ai colleghi norvegesi, gli ha permesso di mostrare alle famiglie come le differenze interne fossero risorse potenziali per il cambiamento. Gli ha, inoltre, permesso di approfondire il significato simbolico della cultura di appartenenza, dalle credenze ai rituali che la caratterizzano, come processo autopoietico in evoluzione, così come avviene nell'esperienza terapeutica quando ci si trova a modellizzare una realtà multipla in continuo movimento.

Il terapeuta sa che, quando incontra una coppia o una famiglia che chiede aiuto, non è in grado di osservare oggettivamente la realtà, ma può cogliere e descrivere la relazione nella quale è coinvolto. Piuttosto che dare nomi alle parti della relazione, egli può contestualizzare il rapporto che si sta strutturando guidato dal proprio assoluto cognitivo e connettersi ai modelli cognitivi degli altri soggetti coinvolti in quella relazione. In ogni relazione vi sono due o più modelli cognitivi connessi fra di loro. Sulla scena della psicoterapia, avviene l'incontro fra individui ognuno guidato dal proprio modello cognitivo: il terapeuta e chi gli chiede aiuto (individuo o famiglia). Ognuno dei quali co-costruisce la relazione con l'altro in maniera attiva, partendo dalla propria natura e dalle proprie qualità, contribuendo a determinarne le peculiarità di questo incontro che sollecita la ricerca di soluzioni opportune e originali, in quanto processo di autoguarigione. Per questo non vi sono soluzioni standard, ma occorre trovare caso per caso quella più idonea e originale, lasciandosi guidare dalla creatività che è frutto dell'accoppiamento strutturale fra il terapeuta e chi gli chiede aiuto.

## La danza epistemica

Ogni viaggio implica un cambiamento, l'apertura al diverso, l'incontro con l'altro e la disponibilità a farsi cambiare, pur senza negare le proprie origini. Tutti gli uomini, come gli aborigeni descritti da Chatwin (4), creano il territorio dando un nome alle cose. Quando le madri aborigene notano nei loro bambini il "risveglio" della parola, fanno toccare loro gli elementi del territorio: frutti, foglie, insetti. Il bambino li manipola, ne impara il nome e lo ripete prima di buttarli in un angolo, prendendo così possesso della terra. Fin da bambini siamo tutti curiosi e bisognosi di sentieri da esplorare e punti di orientamento per navigare. Allo stesso modo Philippe Cailé ci guida nel viaggio del terapeuta sistemico, nella sua "danza epistemica" (2). Ci ricorda che è importante saper danzare con chi chiede aiuto, non è indispensabile apprenderne coscientemente la teoria, ma occorre saper utilizzare se stessi in questa danza.

Tema che ci rimanda alla formazione personale del terapeuta che comprende emozioni, sensibilità, storia familiare e personale, risonanze, conoscenze e competenze. Tutte queste caratteristiche lo fanno essere il principale "strumento" di cambiamento, che opera come sistema emozionale che sa impegnarsi, stimolare e insegnare. Ogni psicoterapeuta si prepara a essere adeguatamente presente nelle relazioni di aiuto seguendo un'impegnativa formazione che richiede un lavoro personale sulla propria storia familiare e sul grado di differenziazione (5, 6, 7, 8). È una formazione impegnativa che, di fatto, prosegue per tutta la vita professionale.

Ogni sistema umano è alla ricerca di una fragile armonia del non-equilibrio e risponde ai segnali che derivano dalla propria struttura e dall'ambiente circostante con continue riorganizzazioni della

propria organizzazione cognitiva (9), rappresentata dalla cipolla cognitiva. Questa richiede una coerenza interna, un'identità frutto dei racconti strutturanti condivisi dall'ambiente e da coloro che vi sono coinvolti. I racconti compongono i diversi strati della cipolla cognitiva. Ogni racconto forma uno strato e fa riferimento a una complessa rete di relazione. Nella danza della vita, la cipolla è metafora dell'armonia che ognuno cerca. Ma quando la cipolla cognitiva perde flessibilità, armonia e potenzialità evolutive, allora, si ricorre alla psicoterapia.

Nella "danza epistemica" il terapeuta danza con l'individuo e la famiglia facendo esperienza corporea ed emozionale. Solo dopo che ha imparato la propria danza epistemica, il terapeuta avrà compreso le necessità e le fragilità che risiedono nella costruzione del reale e saprà trovare, caso per caso, le modalità più appropriate (1). La danza, nel corso della terapia sistemica, è un esercizio tra stabilità e instabilità, armonia e caos, comprensibilità e incomprensibilità. Non la si può eseguire con la testa ma richiede la partecipazione del corpo e delle emozioni (9).

La condivisione dell'esperienza vissuta nelle relazioni procura risonanza fra gli individui e richiede empatia in un processo continuo di regolazione intersoggettiva "per capire come ci situiamo rispetto all'altro e come questo si situa rispetto a noi, ma anche quello che sta avvenendo tra noi e l'altro" (10, p. 129) A partire da queste premesse il gruppo di ricerca di Boston guidato da Stern, studia i meccanismi di cambiamento in psicoterapia come ricerca di equilibrio nel campo intersoggettivo tra il paziente e il terapeuta

### La "voce" del corpo relazionale

A questo punto del nostro discorso, occorre introdurre il tema del cambiamento in psicoterapia, allorquando si riesce a dare voce alla dimensione simbolica e a far "parlare" il corpo relazionale che chiede aiuto e reclama armonia nel microcosmo umano. Il più delle volte, nelle coppie e nelle famiglie in difficoltà la storia che ognuno dei componenti racconta non parla del corpo e al corpo. Ma resta un discorso vuoto autoreferente che non contribuisce a ritrovare la flessibilità e l'armonia della relazione, poiché il corpo relazionale, non trovando adeguata espressione, viene soffocato dai racconti vuoti e privi di significati emotivi.

Quando non si riesce a esprimere quello che il corpo relazione sente, ci si trova privi di un linguaggio autentico da ascoltare e la relazione non evolve. In tal caso il terapeuta ricorre a metodi analogici e con l'ausilio di metafore, esercizi esperienziali, oggetti fluttuanti, fa "parlare" il corpo della relazione (11, 12, 13). Si genera, quindi, un "discorso" carico emotivamente che dice qualcosa di nuovo ai soggetti in relazione, come esperienza che può contribuire a trovare soluzioni originali. In tal senso Caillé (2) ci ricorda che i problemi nella relazione, come nei rapporti di coppia, sono di natura simbolica. Cosa che ci rievoca alcuni tratti della concezione simbolica del pensiero lacaniano

che ritroviamo nella lettura di Žižec (14). Per Caillé, la crisi relazionale avviene quando il simbolo creato dalla coppia non è più un interlocutore valido per i due partner. Perciò nel corso della terapia è necessario rivolgersi al corpo relazionale, interrogandolo e facendolo esprimere con il linguaggio che gli è proprio, ovvero l'analogico. Interrogare il referente simbolico della relazione e metterlo alla prova permette a ogni membro di riconoscere le difficoltà e di trovare una soluzione originale. Solo quando non si sopporta il peso dell'organizzazione attuale del sistema relazionale e se ne comprendono le ragioni legittime, è possibile inventarsi un'altra organizzazione in grado di accogliere le esigenze specifiche di ogni membro. Accettare la crisi è, in questo caso, una condizione necessaria per poter elaborare una nuova filosofia di vita. Cosa non semplice che richiede al terapeuta di trovare la giusta distanza relazionale, per evitare interferenze collusive e mantenere un'adeguata empatia, che sono condizioni che preparano il cambiamento.

Il discorso qui si allarga all'assoluto relazionale e all'assoluto cognitivo come rappresentanti delle nostre "verità" che ci guidano nelle relazioni. Tuttavia, se si ricorre al linguaggio analogico si riesce a esplorare l'humus non verbale del subconscio, dove si trovano le sorgenti profonde del rigido racconto che il soggetto ripete continuamente, senza esprimere gli aspetti più autentici di sé. Perciò, il ricorso agli oggetti fluttuanti (12) crea un nuova cornice relazionale. In quanto segnano un contesto di incontro inusuale, occupano uno spazio intermedio, diventano terreno di gioco popolato di contenuti importanti sulla relazione, di cui prendere coscienza. Gli oggetti fluttuanti fanno vivere un'esperienza emotiva che, per gli individui e per le relazioni, diviene un luogo di passaggio verso il cambiamento, preziosi doni per uscire da un racconto bloccato.

## Processi primari e processi secondari

Prima di entrare nel merito dei fattori legati al cambiamento occorre riprendere in esame i processi di comunicazione e relazione, cari a tutti i terapeuti sistemici, e considerare l'integrazione fra processo primario e secondario e, in particolare, esaminare la funzione del gioco (15). Tutti gli esseri viventi comunicano attraverso segnali non verbali, analogici, per soddisfare le condizioni vitali e per dare corso a comportamenti mutualistici. Con la comunicazione si entra in relazione con gli altri esseri viventi, si chiarisce a se stessi quello che accade dentro di sé e nel rapporto con gli altri, si attribuisce forma e organizzazione al pensiero. Nel corso dell'evoluzione, l'uomo insieme alla comunicazione non verbale ha sviluppato un sistema di comunicazione verbale che è diventato sempre più discreto. Questo classifica la cosa comunicata ma non consiste degli oggetti che denota, aumentando la distanza fra il nome e la cosa designata e, in chiave batesoniana, fra "la mappa e il territorio". Nell'emisfero sinistro del cervello, dove risiede il linguaggio della razionalità, viene prodotta la distinzione fra nome e cosa designata, mentre nell'emisfero destro che presiede all'area

simbolica e affettiva tale distinzione non avviene. Comunque, la mente in quanto struttura che connette e che procede per relazioni integra e opera collegamenti: “ha bisogno di un contesto di riferimento che conferisce significato all’esperienza” (15, p. 120),

Pensare per storie, è caratteristica peculiare di noi esseri umani. Ogni racconto, ogni storia della nostra vita integra conoscenza tacita ed esplicita: l’una arcaica, risiede nel corpo ed è guidata dalle emozioni; l’altra è espressa con forme astratte e razionalità. Ecco allora l’importanza delle storie e del racconto sistemico, a cui ci richiama Caillé, per dare un senso alle possibilità perdute e alle diverse eventualità.

Il lavoro clinico che Caillé ci suggerisce, ci riporta al processo primario e al gioco, con nuovi spunti che sono confermati dalle recenti scoperte delle neuroscienze (16, 17), e ci fanno pensare alla relazione mente corpo e alla non separabilità tra psiche e soma, in quanto entità complementari della medesima realtà, con significative implicazioni per la psicoterapia (18), come la necessità di dare voce alla dimensione simbolica e al corpo relazionale che chiede aiuto.

Le relazioni con gli altri e con l’ambiente producono configurazioni mentali, delle tracce sensoriali (visive, uditive, gustative, olfattive, tattili, ecc.), sottoforma di immagini che ci fanno conoscere il mondo e noi stessi. Ogni qual volta l’organismo incontra un oggetto (19) prova un’esperienza sensoriale, come conoscenza non verbale del corpo e del suo stato: quando si deve compiere un’azione, agire una relazione o in seguito a essa. Nella nostra esperienza soggettiva le emozioni, che hanno natura inconscia, giungono, con il passaggio ai sentimenti, alla progressiva costruzione della coscienza.

Il processo secondario è relativo alla coscienza e comporta l’elaborazione dell’informazione, come sorta di percezione pensiero che il processo primario ha di se stesso, come conoscenza intuitiva e parziale. Funziona con logica classificatoria ed è dominato dal linguaggio verbale. “Il processo secondario è un’emanazione dal processo primario, che con esso si percepisce e si pensa; d’altra parte, tuttavia, il processo secondario, che pure è emanazione del processo primario, lo nutre rendendolo così, a sua volta, un’emanazione da sé” (20, p. 218). Processo primario e secondario sono interconnessi e rappresentano ricorsività differenti del processo psichico.

### La locuzione “come se”

Ma se nel processo primario inconscio si è direttamente concentrati sulla relazione con le cose e le persone, l’attribuzione dei predicati alle cose e alle persone è opera della coscienza (21). Nel processo primario il discorso è non verbale e si avvale di metafore, fonti importanti di creatività e di immaginazione, di rappresentazioni allusive dell’interazione fra le persone o le cose, in un gioco relazionale che enfatizza l’invarianza e fa uso di locuzioni del tipo “come se” per descrivere la

relazione fra l'Io e gli altri e fra l'Io e l'ambiente, il cui contenuto riguarda strutture di relazione espresse dai sentimenti (amore, odio, fiducia, timore, ansia, ecc.). Questa comunicazione non prevede tempi e negazioni, al contrario di come siamo abituati a fare con quella verbale. Comprende diversi contenuti della relazione diventati vantaggiosamente inconsci per essere eseguiti automaticamente ogni volta che il nostro sistema sensoriale viene sollecitato, diversamente dai fenomeni della coscienza e della logica verbale che risiedono nel processo secondario. Permettere al corpo relazionale di esprimersi significa, quindi, andare oltre il livello dei processi secondari e in questo senso Caillé ci propone un approccio terapeutico efficace e creativo.

In ogni situazione comunicativa si ritrovano capacità semantiche e simboliche insieme a elementi non verbali impliciti, poiché ogni informazione comprende anche segnali su come trattare quella notizia e interpretarla, prenderla sul serio o meno. Ne è un esempio il gioco, che ricorre a segnali che stanno per altri eventi e denotano altre azioni di "non gioco" (22), combinando processi primari e secondari. I primi contribuiscono alla paradossalità del gioco e all'identificazione della mappa con il territorio. I secondi permettono di distinguere fra "gioco" e "non gioco", o fra fantasia e non fantasia. Dalla coordinazione fra la funzione cerebrale logico-razionale sequenziale, analitica e deduttiva e la funzione intuitiva-olistica scaturiscono differenti livelli e stili di pensiero e di creatività.

La vita è orientata dalla mente, dal flusso continuo, come dice Damasio (19), di configurazioni, di immagini, prodotte da operazioni che sono coscienti e non coscienti. Il cervello quando conosce elabora configurazioni mentali che generano un senso di sé. Ovvero, costruisce una conoscenza della relazione che ha con un oggetto e del cambiamento che questa produce nell'organismo stesso. La coscienza ha inizio quando si comincia a percepire, a vedere, a udire e a toccare ciò che accade. Per questo la coscienza non è separabile dalle emozioni, come processo per determinare o computare il valore di uno stimolo (23). Le emozioni sono legate al corpo permettendoci di conoscere dolore, sofferenza, imbarazzo, gioia, piacere, orgoglio, ecc. E così l'organismo riesce ad avere consapevolezza di sé e di cosa lo circonda, come svolta decisiva nel corso dell'evoluzione che ha aperto la strada fra l'altro alla morale, alla religione, alla vita sociale, alla scienza.

## La coscienza

Nel percorso verso la costruzione della coscienza, si passa prima dalla coscienza nucleare per giungere a un livello più complesso, quello della coscienza estesa. La prima, come dice Damasio, fornisce all'organismo un senso di sé in un dato istante, nel qui ed ora, come fenomeno biologico che risponde a un'organizzazione. La coscienza nucleare la ritroviamo non solo negli esseri umani. La coscienza estesa si compone, invece, di diversi livelli e fornisce all'organismo un senso



elaborato di sé: l'identità personale, la consapevolezza del mondo circostante e il collegamento fra passato, presente e futuro. A livelli semplici, la coscienza estesa è rintracciabile anche in alcune specie animali, mentre a livelli alti solo negli esseri umani, in quanto dipende dalla memoria ed è arricchita dal linguaggio. Le due coscienze comportano due generi di Sé: nucleare e autobiografico. Il primo è transitorio, viene ricreato per ogni oggetto con cui il cervello interagisce. Il Sé autobiografico è stabile, emerge da quello nucleare e dipende dai ricordi legati alle caratteristiche dell'organismo: nascita, storia familiare, preferenze, modi di reagire in determinate situazioni, ecc. A questo livello operano gli oggetti terapeutici di cui Caillé ci parla nei suoi libri.

“La coscienza inizia quando il cervello acquisisce il potere – il semplice potere, va aggiunto – di raccontare una storia senza parole che si svolge entro i confini del corpo, la storia della vita che scandisce il tempo in un organismo e degli stati dell'organismo vivente, stati che vengono continuamente alterati dall'incontro con oggetti o eventi dell'ambiente come pure da pensieri e da assestamenti interni del processo vitale.” (19, p. 47) L'incontro con un oggetto cambia casualmente lo stato del corpo e diviene una storia che può essere raccontata con il vocabolario universale dei segni corporei non verbali, come “sentimento di un sentimento” che Damasio definisce Sé apparente. Ogni volta che questa storia viene ripetuta emerge automaticamente la coscienza di quello che l'organismo sta vivendo e “comincia il nostro conoscere”.

Non è possibile conoscere senza integrazione fra apprendimento e memoria, cosa che porta alla conservazione di molte funzioni che restano comunque al di fuori della coscienza. Molti sistemi cerebrali plastici si modificano con l'esperienza e registrano e conservano le informazioni. Ad esempio, i processi emotivi legati al sistema della paura quando devono agire una risposta difensiva si organizzano in base ai pericoli innati o geneticamente programmati e agli altri pericoli sperimentati (24). Si costituisce così un sistema capace di intercettare nuovi pericoli e di essere modificato dall'esperienza. Tuttavia, molte operazioni che il cervello compie non sono accessibili alla coscienza e sono collocate nell'attività inconscia. Tutto questo contribuisce a determinare ciò che siamo come “trilogia mentale” (23) che integra le funzioni cognitive, emozionali e motivazionali.

## I metodi analogici

A questo punto, proviamo a capire come funzionano i metodi analogici che Caillé ci propone. Abbiamo raggiunto alti livelli di comunicazione verbale e ciò nonostante utilizziamo segnali non verbali, in particolare cinetici e paralinguistici, per la trasmissione di messaggi riferiti alla relazione con l'altro. È un ricco repertorio a cui si ricorre, in molti casi in maniera inconsapevole, per trasmettere all'altro chi è lui per noi, come ci poniamo nei suoi confronti e come vogliamo essere

visti. Preliminari di una danza, i cui passi sono composti da movimenti del corpo, dai cambiamenti nell'espressione del viso, dalle esitazioni, dalla variazioni nella voce, dalla tensione muscolare, ecc. Capire il significato di questi messaggi, richiede attenzione al contesto dell'interazione e a chi sono indirizzati i segnali della struttura relazionale che sta per essere agita. Ricorriamo ai messaggi di relazione ogni volta che cerchiamo di convincere qualcuno, o di guadagnarci la sua stima. A differenza degli animali che agiscono direttamente la relazione, noi umani usiamo il linguaggio per comunicare cose che indirettamente esprimono la relazione. Ad esempio quando cerchiamo ammirazione, il più delle volte, non la chiediamo direttamente, ma diciamo cose spiritose o facciamo discorsi colti.

L'espressione analogica della relazione è immediatamente intelligibile, il corredo dei segnali cinetici e paraverbali che l'accompagnano sono subito significativi. Anche nel repertorio verbale vi sono parole che hanno la funzione di qualificare la relazione: amore, alleanza, indifferenza, amicizia, fiducia ecc. Queste parole da sole non hanno un grande effetto, ogni volta che vengono usate, colui che le riceve, presta più attenzione alla cinetica e al paraverbale che le accompagna, cercandovi una congruenza. Ci sentiamo a disagio quando gli altri cominciano a interpretare i nostri atteggiamenti e i nostri gesti con le parole e preferiamo che questi nostri messaggi restino analogici, inconsci e involontari (21). Agiamo la relazione e, come avviene nei metodi elaborati da Caillé, non ci piace che sia interpretata e se ne parli e che venga descritta tramite il linguaggio verbale. Anche quando si sente il bisogno di un chiarimento verbale con gli altri, chi riceve il messaggio è più attento ai segnali non verbali che comunicano direttamente la relazione, piuttosto che alla sua descrizione verbale.

La comunicazione non verbale umana nella componente cinetica e paralinguistica si è arricchita, fino a raggiungere forme espressive artistiche, musicali, teatrali e cinematografiche con effetti e accorgimenti sofisticati e complessi. Caillé ce ne presenta un ampio repertorio per la psicoterapia. Questa comunicazione ricca di significati emotivi ci informa sulla relazione con gli altri e con l'ambiente. Quando tentiamo di descrivere le relazioni con le parole induciamo una grossolana falsificazione e distorsione dei sentimenti e dei rapporti (15), in quanto un sistema di codifica spontaneo e prevalentemente inconscio viene trasportato in un altro, al punto che la descrizione può non corrispondere all'agito. Bateson sostiene che "la falsificazione di questo discorso fa rapidamente insorgere patologie" (21, p. 423). I sentimenti agiti nelle relazioni risiedono nel processo primario prevalentemente inconscio e sono solo parzialmente soggetti al controllo volontario.

I metodi analogici richiamano in un certo senso i sogni, che occupano una posizione intermedia fra il codice iconico analogico espressione del processo primario e il linguaggio verbale umano

espressione del processo secondario. I sogni sono composti da metafore, referenti delle relazioni percepite dal sognatore nello stato di veglia. Nella rappresentazione durante il sogno non sono indicati i termini della relazione a cui la metafora si riferisce, tanto che la narrazione si svolge senza tempo. In teatro il palcoscenico e il sipario sono segnali di contesto che richiamano l'illusione della realtà rappresentata, invece nel sogno non vi sono cornici, neanche sipari e solo quando ci svegliamo ci rendiamo conto di aver sognato. Per questo la parola "gatto" non ci può graffiare, mentre possiamo sognare di venire graffiati da un gatto. In questo spazio avviene il cambiamento in psicoterapia.

### Il viaggio del terapeuta sistemico di Philippe Caillé

Le riflessioni sopra riportate tracciano un quadro teorico e metodologico di riferimento per avviare una ricerca sul cambiamento in psicoterapia, e approfondire un passaggio cruciale del processo clinico. Ci permettono di precisare la cornice entro la quale valutare la situazione relazionale e sapere che cosa sta succedendo. Queste considerazioni, come più volte sottolineato, sono state stimulate dalla lettura di *Voyage en systémique* di Caillé (2). Libro che raccoglie una scelta di contributi scritti negli ultimi anni che offrono una visione sistemica delle relazioni di aiuto. Questo testo, può essere accostato al suo primo libro, 25 anni fa, che proponeva una lettura dell'interazione famiglia e terapeuta come "cronaca di un'evoluzione in corso" (25). Cronaca che viene aggiornata e arricchita nell'analisi della relazione terapeutica, nel rapporto tra corpo e identità, nel confronto fra la logica simbolica e la logica razionale, nel racconto autobiografico, con una partitura che ripropone costantemente il valore dei processi analogici in psicoterapia, come forma comunicativa in grado di accogliere la complessità delle dinamiche relazionali. Questo discorso riprende gli argomenti dei libri precedenti, ognuno dei quali affronta temi specifici dell'interazione terapeutica: le modalità di espressione e i contesti, il metodo narrativo nella terapia sistemica (26), la terapia di coppia (11), gli oggetti fluttuanti in quanto metodi di interviste sistemiche (12). Tutti con un comune denominare: il linguaggio analogico e le sue potenzialità, che ritroviamo nei metodi che ha elaborato, in quanto metafore che amplificano l'efficacia del dialogo terapeutico con gli individui, le coppie e le famiglie.

Il lavoro clinico di Caillé che il volume aggiorna e approfondisce è il risultato di uno scambio e di un confronto costante in ambito europeo con le diverse scuole sistemiche che si sono affermate a partire dagli anni settanta. In Italia vi è sempre stata molta attenzione al suo pensiero e al suo metodo clinico (1). Al punto che le sue ricerche sono sempre state in costante co-evoluzione con le idee e la pratica di tanti colleghi da Mara Selvini Palazzoli e Luigi Cancrini, a Luigi Onnis, Maurizio Andolfi, e Stefano Cirillo e alle generazioni successive di terapeuti familiari.

## Bibliografia

1. Bruni F., Defilippi P. G., *La tela di Penelope. Origini e sviluppi della terapia familiare*, Bollati Boringhieri, Torino, 2007
2. Caillé P. (2007) *Voyage en systémique. L'intervenant, le demandeurs d'aide, la formation*, Fabert, Paris
3. Chatwin B., (1969-1989) *Anatomia dell'irrequietezza*, Adelphi, Milano 1997
4. Chatwin B., (1987) *Le vie dei canti*, Adelphi, Milano 1988
5. Cancrini L., *La psicoterapia: grammatica e sintassi*, NIS, Roma, 1987
6. Canevaro A., *Quando volano i cormorani. Terapia individuale sistemica con il coinvolgimento dei familiari significativi*, Borla, Roma, 2009
7. Bruni F., Vinci G., Vittori M. L., *Lo sguardo riflesso. Psicoterapia e formazione*, Armando, Roma, 2010
8. Onnis L. (a cura di), *Lo specchio interno. La formazione personale del terapeuta sistemico in una prospettiva europea*, Angeli, Milano, 2010
9. Caillé P., *Percorsi di cambiamento nella formazione sistemica*, Connessioni, n. 11, 2002, pp. 53-71
10. Stern D. N. (2010) *Il desiderio di intersoggettività. Perché? Come?*, in Onnis L. (a cura di) *Legami che creano, legami che curano. Attaccamento: una teoria ponte per le psicoterapie*, Bollati Boringhieri, Torino, 2010
11. Caillé P., (2004) *Uno e uno fanno tre. Quale psicoterapia per la coppia di oggi*, Armando, Roma 2007
12. Caillé P., Rey Y., (2004) *Gli oggetti fluttuanti. Metodi di interviste sistemiche*, Armando, Roma 2005
13. Onnis L., *Il tempo sospeso. Anoressia e bulimia tra individuo, famiglia e società*, Angeli, Milano, 2004
14. Žižec S. (2006) *Leggere Lacan. Guida perversa al vivere contemporaneo*, Bollati Boringhieri, Torino, 2009
15. Bruni F., *Lo psicoterapeuta e il cane. Emozione, comunicazione, relazione*, Antigone Edizioni, Torino, 2009
16. Damasio A. R. (2003) *Alla ricerca di Spinoza. Emozioni, sentimenti e cervello*, Adelphi, Milano

17. Rizzolatti G., Sinigaglia C, So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio, Cortina, Milano, 2006
18. Onnis L., Se la psiche è il riflesso del corpo. Una nuova alleanza tra neuroscienze e psicoterapia, in *Psicobiettivo*, anno XXIX, n. 2, 2009, pp. 51-73
19. Damasio A. R., (1999) *Emozione e coscienza*, Adelphi, Milano 2000
20. Madonna G., *La psicologia ecologica. Lo studio dei fenomeni della vita attraverso il pensiero di Gregory Bateson*, Angeli, Milano, 2010
21. Bateson G., (1972) *Verso un'ecologia della mente*, Adelphi, Milano 1976
22. Bateson G., (1956) "Questo è un gioco", Cortina, Milano 1996
23. LeDoux J., (2002) *Il Sé sinaptico. Come il nostro cervello ci fa diventare quelli che siamo*, Cortina, Milano 2002
24. LeDoux J., (1996) *Il cervello emotivo. Alle origini delle emozioni*, Baldini & Castoldi, Milano 1999
25. Caillé P., (1985) *Il rapporto famiglia terapeuta. Lettura sistemica di una relazione*, La Nuova Italia Scientifica, Roma 1990
26. Caillé P., Rey Y., (1996) *C'era una volta. Il metodo narrativo in terapia sistemica*, Franco Angeli, Milano 1998