

La terapia strategica nella sua forma
evoluta:
trasformare problemi in progetti

Premessa: Una storia

«Ci sono questi due giovani pesci che nuotano e incontrano un pesce più vecchio che nuota in senso contrario e fa loro un cenno, dicendo: “Salve ragazzi, com’è l’acqua?” e i due giovani pesci continuano a nuotare per un po’ e alla fine uno di loro guarda l’altro e fa: “Che diavolo è l’acqua?”»

Questa divertente storia raccontata dallo scrittore americano D.F. Wallace è per motivi diversi una perfetta premessa di questo lavoro; perfetta perché raccontare storie e lavorare sulle storie rappresenta uno degli sforzi più importanti del terapeuta strategico, perfetta perché l’approccio narrativo ne costituisce le fondamenta epistemologiche e tecniche, perfetta perché questo lavoro non ambisce alla completa rappresentazione di che cosa sia la terapia strategica evoluta.

Questo lavoro vuole provare a farvi vedere dentro quale acqua nuotiamo.

Buona lettura.

L'Approccio Strategico evoluto: Caratteristiche dell'indirizzo teorico-metodologico

1. L'indirizzo teorico-metodologico del modello Strategico: tra tradizione ed evoluzione

L'approccio strategico, in campo psicoterapeutico, è una vera propria scuola di pensiero su come gli esseri umani si rapportano alla realtà, ossia su come ognuno di noi si relaziona con se stesso, con gli altri e con il mondo circostante. Il modello strategico viene proposto e divulgato dai ricercatori del Mental Research Institute di Palo Alto, quali Watzlawick, Weakland, Fisch e ai contributi tecnici di Milton Erickson (Watzlawick, Nardone, 1997).

Ciò che guida questo gruppo di ricercatori è l'approccio costruttivista alla realtà, ovvero il mondo è la conseguenza dell'esperienza umana e non la sua causa. Questo implica l'abbandono di una ricerca della verità oggettiva, a favore di un'analisi e di un'osservazione della soggettività degli osservatori, incluso il terapeuta.

Sul piano teorico c'è un recupero di una visione olistica della persona e del suo ruolo attivo di "inventore della realtà" (Watzlawick, 1981), s'interpreta l'uomo come costruttore di significati e l'ambiente come universo di simboli e di esperienze. I significati sono, dunque, frutto di narrazioni tipiche dell'essere umano che si creano sotto l'influenza della cultura e del contesto (Bruner, 1992).

Sono, infatti, le narrazioni ad organizzare l'esperienza e i racconti che ne fanno parte si occupano, nella maggioranza dei casi, di come i protagonisti interpretano le cose e di quali significati le cose hanno per loro.

Il modello strategico consente di lavorare in modo efficace e multidimensionale sul singolo, sul gruppo e sulle organizzazioni perché lavora su più ottiche, in una prospettiva non solo intra-individuale, ma interindividuale e sistemica.

Si centra sulla modalità con cui la persona interagisce con se stessa e con gli altri nella propria realtà.

In questa "filosofia", il concetto di realtà è associato alla responsabilità delle proprie azioni: la realtà, infatti, non è mai una realtà "a priori", ma una realtà conosciuta e creata da noi.

La logica di tipo ipotetico-deduttivo di origine aristotelica viene superata anche in psicoterapia, in modo da garantire l'adattarsi della soluzione al problema.

I ricercatori del Mental Research Institute si focalizzarono su come le persone costruiscono significati nell'interazione col contesto e non sul perché lo facciano, attribuendo al pensiero soggettivo il mantenimento o il superamento del problema.

Ne deriva, pertanto, un approccio ai problemi umani focalizzato sul qui ed ora e centrato sull'assetto attuale della vita del paziente con un occhio al futuro.

Per De Shazer il futuro è il tempo in cui si sviluppano modalità di soluzione diverse dai comportamenti che alimentano il problema presente.

L'approccio strategico ha vantaggi in termini di:

- ✓ Efficacia, in quanto consente una rapida ristrutturazione dei problemi e dei sintomi;

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

- ✓ Economicità, in quanto più breve rispetto agli altri modelli;
- ✓ Flessibilità rispetto alle caratteristiche personali del terapeuta e del cliente (De Leo, 2003).

Nell'approccio strategico le relazioni che si vengono a stabilire all'interno del processo terapeutico dipendono, in buona parte, dall'interazione delle diverse personalità del paziente e del terapeuta il quale partecipa, in un'ottica di CO-COSTRUZIONE, al processo di cambiamento insieme al paziente, astenendosi dall'aderire rigorosamente e dall'applicare in maniera inflessibile schemi rigidi e stereotipati (M. Erickson, 1980). *Un protocollo rigido non dà le soluzioni al problema.*

Questa affermazione contraddistingue l'approccio strategico originariamente sviluppatosi dai lavori di Watzlawick, Weakland, Fisch, Haley, Erickson e collaboratori.

Negli anni successivi, in particolare nel contesto europeo ed italiano questo approccio è stato proposto da molti grandi professionisti. In Italia, ricordiamo il prof. G. Nardone che, attraverso i suoi studi, ha sviluppato un modello di psicoterapia strategica marcatamente contraddistinto dalla brevità degli interventi, da un focus attento circoscritto al sintomo e dall'utilizzo di protocolli studiati per la risoluzione di specifici sintomi.

L'IIRIS - Istituto Integrato di Ricerca ed Intervento Strategico, vuole spostarsi da questa recente impostazione e riavvicinarsi alle radici teoriche sistemiche della psicoterapia strategica.

Il modello di cui parliamo rifiuta qualsiasi logica riduzionistica, secondo la quale "le proprietà globali sono univocamente determinate dalle interazioni tra componenti e, pertanto, la fisica macroscopica (macrofisica) è completamente deducibile dalla fisica delle interazioni fondamentali (microfisica)." (Florita, 2011, pag. 40)

L'IIRIS attinge idee e tecniche dalle ipotesi di lavoro del gruppo di Palo Alto e in particolare da Milton Erickson, Jay Haley e coll. i quali valorizzarono, non solo il sintomo, ma la relazione con il paziente, intesa come il motore del cambiamento. All'interno della relazione terapeutica l'intento dello specialista è quello di favorire il cambiamento nella vita del paziente al fine di offrirgli nuovi punti di vista e nuove possibili soluzioni ai problemi proposti.

Nella tradizione strategica non sono menzionati protocolli precostituiti, così come la moderna impostazione propone, ma lo specialista costruisce dei piani di azioni creati sulla base del problema presentato dal paziente. È lo psicoterapeuta che sviluppa e cuce il piano di trattamento sull'esperienza del paziente, così come fa il sarto quando confeziona al suo cliente un vestito su misura. Dunque, non è il paziente che si adatta al modello, ma è l'interazione terapeuta paziente che consente di far emergere una soluzione nuova. .

Per questo motivo, in questo recupero della tradizione strategica, l'integrazione con altri modelli è sempre auspicabile. Integrare consente, infatti, di ampliare le conoscenze tecniche e teoriche dello specialista che è aperto e flessibile al fine di favorire il cambiamento, obiettivo principale del trattamento.

Questo ritorno alla tradizione fa emergere una visione della psicoterapia strategica che possiamo definire, paradossalmente, *evoluta* in cui sono valorizzati i seguenti aspetti:

- ✓ La Relazione terapeutica;
- ✓ Il Focus del trattamento sul cambiamento;
- ✓ La Ristrutturazione del passato del paziente;
- ✓ La Costruzione di piani di trattamento personalizzati e focalizzati;

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

- ✓ L'individuazione di obiettivi chiari e concordati con il paziente;
- ✓ L'utilizzo delle tecniche strategiche ben integrate con altre tecniche ed intuizioni di approcci affini.

Oggi integrare conoscenze e pratiche raggiunte grazie al contributo di tutti i modelli nel loro insieme, rappresenta senza dubbio la scelta più moderna e utile. Perciò quando parliamo di psicoterapia strategica evoluta ci riferiamo a una formazione che includa ogni prospettiva utile, nell'interesse del paziente e a seconda delle sue necessità.

Questa impostazione consente al terapeuta di scegliere la strategia di lavoro migliore per raggiungere efficacemente la risoluzione dei problemi che i clienti portano, evitando le classiche *rigidità di setting* (Watzlawick, Nardone, 1997).

Sulla base di ciò la psicoterapia strategica integra i diversi indirizzi metodologici post-strutturalisti di terapia breve, quali:

- ✓ L'approccio di terapia breve focalizzato sul problema;
- ✓ L'approccio di terapia breve focalizzato sulle soluzioni;
- ✓ L'approccio narrativo.

Questa integrazione rende l'approccio strategico aperto al confronto e alla ricerca di soluzioni/cambiamenti.

Le moderne evoluzioni di questo approccio sviluppano ulteriormente la sua peculiare flessibilità attraverso la costruzione di obiettivi e metodi orientati ad **un consolidamento dei risultati strategici** rispetto alla personalità e ai problemi esistenziali del cliente, in modo che il superamento del sintomo si integri nei processi di cambiamento e di attivazione delle risorse personali del soggetto portatore della domanda e del problema (De Leo, 2003).

Sulla linea di questa flessibilità e al fine di offrire una prospettiva aperta e di sintesi, sia da un punto di vista teorico che delle tecniche d'intervento, l'IIRIS - Istituto Integrato di Ricerca e Intervento Strategico si propone di utilizzare strategicamente anche conoscenze e metodologie di approcci storici, ma diversi da quello strategico (come l'approccio sistemico-relazionale, psicodinamico e cognitivo-comportamentale), confermando la tendenza di questo metodo a proporsi come approccio che si costituisce sulla base degli obiettivi da raggiungere e non sulla scia di una teoria da difendere.

1.1. L'evoluzione

Da quanto esposto fin d'ora possiamo iniziare a mettere in evidenza gli aspetti caratterizzanti l'approccio strategico evoluto alcuni dei quali rappresentano dei punti di contatto con la grande famiglia delle psicoterapie brevi altri invece ne delineano delle differenze.

Il termine evoluzione identifica un processo di interrelazione tra le radici storiche della terapia strategica e la necessità di consentirne un cambiamento in funzione dei progressi delle scienze, con particolare riferimento alle neuroscienze.

Gli aspetti fondanti di questo processo co-evolutivo sono i seguenti.

Primo importante aspetto caratterizzante si può individuare nel focus del trattamento. La Psicoterapia strategica evoluta (che per comodità d'ora in avanti definiremo con l'acronimo P.S.E.) come tutte le terapie

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

di seconda generazione non usa l'analisi del profondo come tecnica di lavoro d'elezione, ma si sofferma su un focus centrale.

Il focus, in linea con l'epistemologia interazionista, è individuabile attraverso l'analisi degli stili relazionali del paziente e delle dinamiche sottostanti alla base delle quali si possono individuare i motivi che hanno generato il sintomo e dato vita al circolo vizioso. Nella vision dell'approccio strategico i sintomi si generano all'interno di un contesto familiare che vive una difficoltà in una fase specifica del ciclo di vita della famiglia tale da bloccare il passaggio da una fase a quella successiva (Haley, 1973).

Secondo Milton Erickson, infatti, i sintomi compaiono quando c'è una deviazione o un'interruzione del normale svolgimento del ciclo vitale di una famiglia o di un gruppo naturale; un sintomo è quindi il segnale che una famiglia ha difficoltà a superare uno stadio di questo ciclo e in particolare compare quando una persona si trova in una situazione impossibile e sta tentando di uscirne (Haley, 1973).

In questa prospettiva la psicoterapia ha successo quando riesce a far cambiare la vita di un paziente in modo tale che egli possa sfruttare al massimo le sue capacità potenziali ed evolvere nel processo del ciclo vitale (*ibidem*).

Il cambiamento di vita può realizzarsi in piccole ma significative modifiche nello stile comportamentale, in questa sede declinabile come tendenza alla sfida, all'ironia, alla seduzione, alla svalutazione, all'aggressione, all'evasione, e quindi nello stile relazionale declinabile in questa sede come dinamiche di potere, di dipendenza, di evitamento, di attaccamento, ecc.

Diversamente dall'approccio strategico l'obiettivo della Psicoterapia Strategica Evoluta non si esaurisce nella rottura del circolo vizioso e delle tentate soluzioni che hanno cristallizzato il problema, ma prosegue nella fase di consolidamento del comportamento nuovo più funzionale al precedente che consente al paziente di ottenere ciò che prima raggiungeva faticosamente attraverso il sintomo.

Alla base di questa affermazione vi è il presupposto che il sintomo ha una dimensione di utilità. E di vantaggio secondario. Rappresenta il sistema attraverso cui il paziente si è mantenuto in equilibrio precario e si è garantito uno stato di sopravvivenza. Il sintomo comporta dunque dei vantaggi e rappresenta una strategia per risolvere i problemi (Nardone e Watzlawick, 1990). Dovrebbe essere per cui compreso dal terapeuta anziché sconfitto.

Come in tutte le terapie brevi la P.S.E. presuppone la partecipazione attiva del terapeuta che si assume la responsabilità di influenzare direttamente le persone (Haley, 1973). Nel lavoro dello specialista è spiccata la propensione a favorire il cambiamento del paziente verso comportamenti più funzionali all'interno di una relazione terapeutica accogliente e accettante.

La relazione terapeutica è uno strumento centrale nel processo di influenzamento terapeutico e di cambiamento. Il concetto di "esperienza emozionale correttiva" elaborato da Alexander (Flegenheimer, 1982) spiega perfettamente il filo rosso che lega lo psicoterapeuta strategico in chiave evoluta al paziente nella relazione terapeutica. La relazione terapeutica diventa uno strumento di cambiamento quando il paziente può *ri-esperire* il proprio bisogno, o come lo definisce Alexander il proprio conflitto originario, all'interno di una relazione di cura che offrirà una risposta più favorevole al suo bisogno e genererà una forma di apprendimento sulle relazioni in generale (*ibidem*). Questa esposizione in vivo del paziente all'"*esperienza emozionale correttiva*" consentirà al paziente di costruire un nuovo modo di narrare la sua storia e di sviluppare nuovi stili comportamentali e relazionali perché nuova è l'esperienza fatta.

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

Inoltre, non si può non assumere una prospettiva costruttiva nel nostro processo di osservazione, nella convinzione che ciò che osserviamo determina ed influenza l'osservato.

“Questa definizione sottolinea che è l'osservatore a creare il pattern che non può, in nessun modo, essere definito come qualcosa di oggettivo o semplicemente esistente in natura. Qualunque definizione, come la configurazione a quinconce del dado, potrebbe non essere la più economica per un osservatore con una struttura mentale diversa dalla nostra. Il pattern emerge dall'interazione tra un soggetto ed un contesto, ed è qualcosa che può mettere ordine in un paesaggio complesso, qualcosa più simile a uno strumento che non a una realtà oggettiva. Le teorie – qualunque teoria – sono pattern che gli scienziati usano per osservare e dare senso al mondo: “La scienza come metodo di percezione (....) non prova, esplora.” (Casadio, 2010, pag.57)

Alla base del lavoro sulla relazione terapeutica risiedono tutti i principi ericksoniani, primi fra tutti la valorizzazione delle risorse del paziente e l'utilizzazione di tutto ciò che porta in seduta. All'interno della relazione terapeutica il paziente è vissuto nella sua unicità per cui sarà unico e personalizzato il suo trattamento.

Ne consegue la tendenza della P.S.E. a non definire un numero di sedute prestabilito, salvo rare eccezioni.

Queste eccezioni hanno funzioni strategiche, termine inteso in questo caso con il suo significato letterale. Fra le eccezioni rientrano quei pazienti che per la loro struttura di personalità o per il sintomo portato hanno bisogno di una cornice forte e di un limite chiaro, quasi sfidante, entro cui poter cambiare. Il limite di tempo diventa, in questi casi, funzionale per spingere il paziente a cambiare. In pazienti con caratteristiche di dipendenza, con una sintomatologia cronicizzata e una storia di drop-out terapeutici, per esempio, il limite imposto dal terapeuta, entro cui si devono realizzare certi specifici cambiamenti, agisce potentemente quando è posto come condizione di interruzione del trattamento. Raggiunto il cambiamento, non si concluderà il trattamento, anzi. Da questo primo cambiamento si potrà sviluppare un nuovo obiettivo di lavoro e proporre un contratto rinnovato.

Partendo da questi aspetti caratterizzanti possiamo affermare che l'approccio strategico nella sua forma più evoluta rientra nella categoria degli approcci di terapia breve per via di:

- ✓ Una partecipazione attiva del terapeuta;
- ✓ Una definizione di un focus centrale che diventa un obiettivo di lavoro.
- ✓

Emergono però delle differenze sostanziali che la allontanano da questa categoria, ossia:

- ✓ La relazione terapeutica assume un ruolo centrale nella terapia e ne diventa uno strumento; questo modo di considerare la relazione terapeutica crea una distanza da altri modelli di terapia che si focalizzano solo sul sintomo;
- ✓ L'elemento temporale della terapia non è un fattore determinante nel trattamento come accade invece in molte terapie brevi distanti dalla matrice psicoanalitica.

La P.S.E. si pone come obiettivo generale l'efficacia del trattamento più che la brevità dello stesso.

In questa logica la P.S.E. diventa breve perché l'intervento è efficace, ossia in grado di produrre pienamente l'effetto richiesto o desiderato (Treccani).

Questa affermazione apre anche una riflessione su cosa si intende per intervento efficace.

Dal punto di vista della P.S.E. un intervento è efficace quando il trattamento consente di avviare nella prima fase della terapia dei micro cambiamenti che donano al paziente un sensazione di benessere e una percezione di maggior controllo sulla sua sintomatologia. La sintomatologia non è sparita ma è cambiato il modo in cui viene percepita.

In questa condizione del tutto nuova il paziente non si racconta più come alla *merce'* del sintomo, ma inizia ad osservarlo e descriverlo con occhi differenti, attraverso cui è possibile osservare il problema con presupposti nuovi partendo da punti di vista mai considerati prima.

Come diceva Proust *"l'unico vero viaggio verso la scoperta, non consiste nella ricerca di nuovi paesaggi ma nell'averne nuovi occhi"*.

Quali sono quindi le condizioni che rendono efficace questo tipo di trattamento terapeutico?

Per rispondere a questa domanda molto utili sono le parole di Lazarus che esprimono in modo semplice ed esaustivo questo concetto, pur non essendo uno psicoterapeuta ad impostazione strategica: "una terapia efficace richiede l'uso di tecniche appropriate, adoperate correttamente, all'interno di un contesto caratterizzato da una relazione di fiducia e di cura. La relazione serve a educare, motivare, generare, formulare e separare i problemi e le soluzioni." (Lazarus, 2003).

Sulla base di questa affermazione possiamo delineare i prerequisiti di un intervento efficace in chiave strategica evoluta che rientrano nei seguenti:

- ✓ La gestione del colloquio orientata alla ricerca di cambiamenti;
- ✓ La valutazione del paziente focalizzata non solo all'individuazione di una diagnosi ma a capire se il paziente sarà in grado di affrontare una terapia con queste caratteristiche;
- ✓ La conduzione attiva del terapeuta.

La conduzione di una psicoterapia strategica sostiene la necessità di uno psicoterapeuta che si assuma responsabilmente e coscientemente il potere conferitogli dalla relazione e lo utilizzi a favore del paziente, pianificando interventi attivi e mirati alla soluzione del problema.

La terapia strategica prevede un **terapeuta direttivo** che mantiene e gestisce la relazione attraverso prescrizioni, suggestioni e ingiunzioni paradossali, un tecnico in grado di incidere concretamente e rapidamente sulla struttura del problema.

La direttività verrà dosata per calibrare la distanza emotiva rispetto al paziente e scegliere l'atteggiamento da adottare per promuoverlo e nel tempo più breve possibile e, soprattutto, in modo stabile e durevole.

Lo stile del terapeuta strategico evoluto varia a seconda del caso e della sua evoluzione dinamica e si modula lungo il percorso, divenendo sempre meno direttivo in relazione ai progressi del paziente.

Ruolo del terapeuta strategico è, dunque, quello di organizzatore di una conversazione in un'atmosfera in cui differenti punti di vista possono essere presi in considerazione in modo non difensivo.

La terapia si concentra quindi sull'uso della comunicazione e del suo ruolo fondamentale nel rapporto con gli altri e il lavoro terapeutico consiste nel ri-raccontare la storia cambiando il significato dei suoi contenuti;

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

consiste, inoltre, non nel ricercare la verità o nell'indirizzare la terapia verso ciò che è giusto, ma piuttosto nel creare quelle condizioni di apprendimento in cui qualcosa di diverso e adeguato alle idiosincrasie del paziente, possa sostituire i suoi sintomi e la sua sofferenza.

La terapia strategica è un intervento orientato alla eliminazione del sintomo e alla risoluzione del problema presentato dal paziente; il suo approccio si esprime, come si accennava, nella ristrutturazione modificata dei modi di percezione della realtà e delle conseguenti reazioni del paziente.

In questo intervento il terapeuta sposta il focus della sua attenzione dalla storia del paziente al qui ed ora cercando di capire il *come* di un problema piuttosto che il perché.

In breve la logica strategica consente di:

- ✓ Costruire modelli rigorosi sulla base degli obiettivi da raggiungere piuttosto che sulle indicazioni di una teoria a priori;
- ✓ Superare la logica di tipo ipotetico-deduttivo in modo da garantire l'adattarsi della soluzione al problema;
- ✓ Produrre una costante autocorrezione del modello di intervento sulla base degli effetti rilevati durante il processo interattivo;
- ✓ Rendere rigorosa all'interno del contesto terapeutico, l'utilizzazione di procedimenti logici non ordinari che permettano di costruire stratagemmi realmente in grado di rompere quegli equilibri, percettivo-patogeni che solitamente resistono al cambiamento indotto mediante una logica ordinaria;¹

Provocare una concreta esperienza emozionale correttiva che potrà essere facilmente potenziata incrementando le azioni e gli atteggiamenti "come se" del paziente, fino alla costruzione di una nuova realtà funzionale che andrà a sostituirsi a quella precedente

¹Watzlawick P., Nardone G. (a cura di) (1997), *Terapia breve strategica*, Milano: Raffaello Cortina Editore

Natura integrata dell'epistemologia strategica - evoluta.

Il processo integrativo si differenzia da quello adattivo proprio per lo sviluppo delle capacità di affrontare e gestire i cambiamenti e per la solidità delle acquisizioni nel tempo.

Concretamente si tratta di favorire un processo co-costruttivo, in cui l'altro, in qualsiasi forma, competenza si presenti, ha sempre dignità, potere, ragione e deve partecipare a questa operazione di conoscenza.

Da questo punto di vista il riferimento forte dal punto di vista epistemologico è rappresentato da Milton Erickson, il grande ipnoterapeuta americano, che con la sua particolare modalità di fare la psicoterapia ha impresso una traccia indelebile allo sviluppo dei modelli sistemici e strategici.

Di questo grande autore, si selezioneranno esclusivamente alcuni aspetti tra il mare magnum dei suoi contributi, in particolare quelli più attinenti al discorso epistemologico che stiamo affrontando.

Per farlo, si proverà a parlare con le parole di Erickson e dare così più forza e voce al nostro ragionamento.

"E voglio che tu scelga un momento nel passato in cui eri una bambina piccola piccola. E la mia voce ti accompagnerà. E la mia voce si muterà in quelle dei tuoi genitori, dei tuoi vicini, dei tuoi amici, dei tuoi compagni di scuola e di giochi, dei tuoi maestri. E voglio che ti ritrovi seduta in classe, bambina piccolina che si sente felice di qualcosa, qualcosa avvenuto tanto tempo fa, qualcosa tanto tempo fa dimenticato." (Milton Erickson 1982, pag.15)

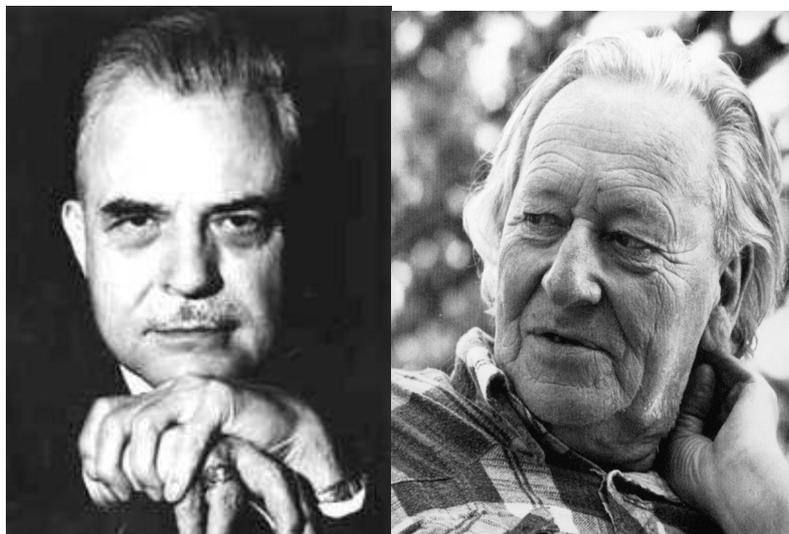
Si è scelto in particolare queste parole contenute in una famosa induzione ipnotica per rendere compiutamente l'idea della non ordinarietà e della vaghezza della logica dell'approccio strategico integrato ai problemi, il linguaggio assume connotazioni fondamentali soprattutto quando ha una natura evocativa.

Parlare in modo lento, incisivo e significativo e "sentire" letteralmente in se stessi, momento per momento, il pieno significato di ciò che si dice, insegnava Erickson ai suoi allievi, l'investimento forte sulla natura reciproca della relazione terapeutica, in cui il terapeuta mette a disposizione le sue risorse vivendole in prima persona.

Un terapeuta strategico evoluto non può prescindere dall'idea ericksoniana della resilienza delle persone, non abbiamo bisogno di nient'altro per cambiare che non sia già presente nel problema; nel mio lavoro terapeutico, si deve cercare di trasmettere questa idea di competenza ai clienti, provare a far vedere loro che molto spesso si tratta di rimettere insieme i pezzi in maniera differente per avere una diversa visione di insieme.

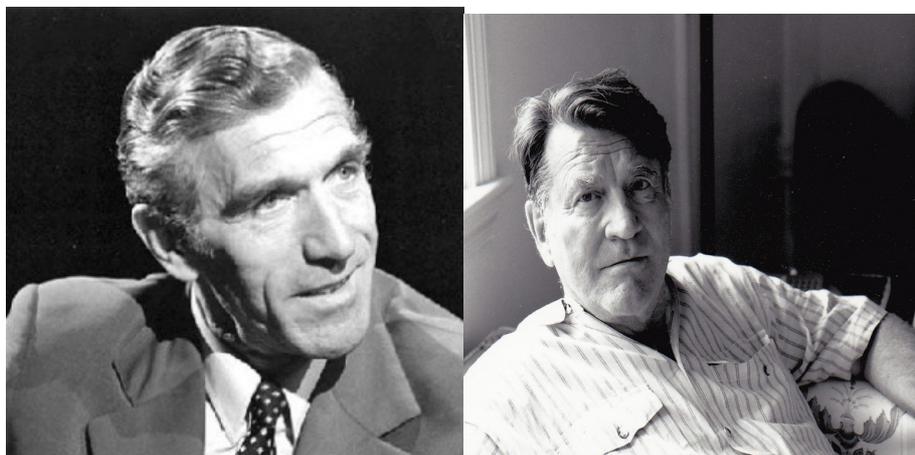
Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

Le nostre radici:



Milton Hyland Erickson

Gregory Bateson



Paul Watlawick

Jay Haley

Parteciapa al [Master in Couseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

La Tradizione scientifica

Questa scuola di pensiero psicoterapeutico affonda le sue radici nella filosofia greca del VI secolo a.c., nella tradizione filosofica e culturale cinese e raccoglie eredità importanti da campi del sapere limitrofi come l'antropologia e la filosofia, ma anche da universi della conoscenza apparentemente lontani come fisica, matematica, biologia.

Quando parliamo di filosofia greca ci riferiamo direttamente all'arte della persuasione dei sofisti ed alla pratica dello Zen dell'antica Cina; secondo Gorgia di Lentini, la realtà è fondamentalmente inconscibile ed incomunicabile ma il linguaggio ha una funzione positiva: **può produrre verità attraverso la persuasione. La parola ha il potere di condizionare gli affetti, di intervenire nel gioco delle rappresentazioni mentali, di fare leva sulle emozioni. La verità viene a coincidere con la persuasività.**

Sembra che il primo ad esercitare qualcosa di simile alla psicoterapia sia stato Antifonte di Atene, sofista vissuto nella seconda metà del V sec. a.C. Paul Watzlawick in "Il linguaggio del cambiamento" mette in luce come la retorica e la sofistica dei filosofi presocratici precorra la moderna ricerca sulla comunicazione, e segnala in particolare il caso di Antifonte, come inventore di un'arte "consolatoria" capace di esercitare un'influenza sul prossimo. Commentando i frammenti a noi pervenuti, Watzlawick afferma che Antifonte fu "il precursore della nostra moderna pragmatica nella misura in cui sembra aver volto la sua ricerca principalmente alla comprensione concettuale e all'applicazione, come metodo di cura, delle regole dell'interazione linguistica. A questo scopo egli in primo luogo faceva parlare il malato della sua sofferenza e lo aiutava poi con un tipo di retorica che utilizzava appunto, sia nella forma sia nel contenuto, le asserzioni dello stesso malato, e che dunque, in senso del tutto moderno, si poneva al servizio di una ristrutturazione di ciò che il malato riteneva 'reale' o 'vero' - e dunque del cambiamento dell'immagine del mondo per la quale egli soffriva" (Watzlawick, 1991).

Ritenere Antifonte, al pari di altri sofisti suoi contemporanei, semplicemente un "letterato" o "filosofo", appare pertanto riduttivo.

Untersteiner commenta: "Antifonte si può ben considerare l'iniziatore di un particolare modo di filosofia pratica" e ricorda un passo di Rodolfo Mondolfo: "Appare implicita una subordinazione della conoscenza e del concetto del reale alle disposizioni affettivo-volitive, che si possono creare e modificare radicalmente con il potere magico della parola". Ovvero, dolori e sofferenze mentali, dovuti a una certa rappresentazione della realtà nei pazienti, sono curati attraverso le parole: è l'attività dei moderni psicoterapeuti.

Come in un ipotetico "genogramma del modello", questi antecedenti filosofici hanno dato vita ad una tradizione con una chiara e precisa concezione della realtà.

Parteciapa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

Heisenberg (1958) afferma "La realtà di cui Noi parliamo non è mai una realtà "a priori", ma una realtà conosciuta e creata da Noi". Se, in riferimento a quest'ultima formulazione, si obietta che, dopo tutto, esiste un mondooggettivo, indipendente da Noi e dal nostro pensiero, che funziona o può funzionare indipendentemente dal nostro agire, e che è quello che Noi effettivamente intendiamo quando facciamo ricerca, a questa obiezione, così convincente a prima vista, si deve ribattere sottolineando che anche l'espressione "esiste" ha origine nel linguaggio umano e non può quindi avere un significato non legato alla nostra comprensione. Per Noi "esiste" solo il mondo in cui l'espressione "esiste" ha un significato." (cit. in P.Watzlawick e G. Nardone, a cura di, 1997, pag. 7)

Inoltre hanno dato vita ad una tradizione con una chiara e precisa concezione di persona che osserva la realtà, di definizione di osservatore e del processo di osservazione.

Seguendo Varela, potremmo dire, come nel suo *Calculus for a Self reference* (1975):" Il punto di partenza di questo calcolo [...] è l'atto di distinguere. Con questo atto primordiale noi separiamo le forme che ai nostri occhi sono il mondo stesso. Da questo punto di partenza noi affermiamo il primato del ruolo dell'osservatore che traccia distinzioni dovunque gli piaccia. Così le distinzioni, che danno origine al nostro mondo, rivelano proprio questo: le distinzioni che noi tracciamo – e queste distinzioni riguardano più la dichiarazione del punto in cui si trova l'osservatore che non l'intrinseca costituzione del mondo, il quale proprio a causa di questo meccanismo di separazione tra osservatore ed osservato, appare sempre più sfuggente. Nel percepire il mondo così come lo percepiamo, dimentichiamo ciò che abbiamo fatto per percepirlo come tale; e quando questo ci viene ricordato e percorriamo a ritroso il nostro cammino, quel che alla fine incontriamo è poco più di una immagine specchiante di noi stessi e del mondo. Contrariamente a quanto di solito si presume, una descrizione sottoposta ad una analisi approfondita rivela le proprietà dell'osservatore. Noi osservatori distinguiamo noi stessi esattamente distinguendo ciò che in apparenza non siamo, e cioè il mondo." (F. Varela, 1980, pag.24)

Dunque la realtà è una costruzione, una costruzione di chi osserva un fenomeno.

Il modello di cui parliamo rifiuta qualsiasi logica riduzionistica, secondo la quale "le proprietà globali sono univocamente determinate dalle interazioni tra componenti e, pertanto, la fisica macroscopica (macrofisica) è completamente deducibile dalla fisica delle interazioni fondamentali (microfisica)." (Florita, 2011, pag. 40)

Pertanto, qualsiasi conoscenza delle condizioni iniziali del sistema con cui interagiamo, processo diagnostico, non ci consente di poter determinare l'entità dei processi trasformativi nel tempo, proprio perché assumiamo il sistema come complesso e non univocamente determinabile.

Parteciapa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

Inoltre, non si può non assumere una prospettiva costruttiva nel nostro processo di osservazione, nella convinzione che ciò che osserviamo determina ed influenza l'osservato.

“Questa definizione sottolinea che è l'osservatore a creare il pattern che non può, in nessun modo, essere definito come qualcosa di oggettivo o semplicemente esistente in natura. Qualunque definizione, come la configurazione a quinconce del dado, potrebbe non essere la più economica per un osservatore con una struttura mentale diversa dalla nostra. Il pattern emerge dall'interazione tra un soggetto ed un contesto, ed è qualcosa che può mettere ordine in un paesaggio complesso, qualcosa più simile a uno strumento che non a una realtà oggettiva. Le teorie – qualunque teoria – sono pattern che gli scienziati usano per osservare e dare senso al mondo: “La scienza come metodo di percezione (....) non prova, esplora.” (Casadio, 2010, pag.57)

Proviamo a schematizzare:

1. La realtà è una costruzione;
2. L'osservatore definisce l'osservato;
3. Tutti i modelli sono quindi per definizione incompleti

La Storia del modello di Terapia Strategica: le radici che favoriscono l'evoluzione

Il **MENTAL RESEARCH INSTITUTE (MRI)** fu fondato nel 1959 a Palo Alto da Don D. Jackson. Il gruppo di lavoro era composto da Bateson, Jay Haley, John Weakland e William Fry; più tardi si aggiunserà Paul Watzlawick.

L'obiettivo era creare un modello di psicoterapia familiare e in poco tempo diviene la base principale delle terapie familiari strategiche e sistemiche. Le ricerche erano focalizzate sulla famiglia intesa come sistema, di comportamento e non di intrapsichico, gli interventi erano focalizzati sul problema e venivano usate tecniche paradossali.

Negli anni settanta il gruppo del MRI presentò alla comunità dei terapeuti i risultati del progetto "Brief Therapy Center" (Watzlawick, Weakland, Fisch 1974 – Weakland et al. 1974). Il filo conduttore di questo lavoro era che i problemi persistono nonostante le tentate soluzioni e solamente interrompendo questo circolo vizioso si poteva avere una soluzione delle problematiche. Da questo momento nasce il modello di Terapia Breve focalizzata sull'uso di stratagemmi che aiutano le persone a modificare la percezione della propria realtà spostando a un secondo momento la consapevolezza del cambiamento e di come sia avvenuto.

Il precursore di questo modello di intervento psicoterapeutico fu l'antropologo G. Bateson (1904 – 1980) e i suoi studi sulla comunicazione. Bateson partì dal suo interesse per la cibernetica, la teoria dei tipi logici, la comunicazione e la teoria dei sistemi.

LA CIBERNETICA

Bateson partì dal presupposto che la **cibernetica** potesse essere utile per descrivere le interazioni umane. La cibernetica della prima metà del '900 era rivolta soprattutto a comprendere i meccanismi che permettono a un organismo vivente di autoregolarsi, adattarsi, elaborare e immagazzinare informazioni tra le sue parti e mettere in atto comportamenti finalizzati, il tutto attraverso la simulazione con i computer. La cibernetica ebbe il suo apice a cavallo degli anni '40 e '50 attraverso le conferenze finanziate dalla Macy Foundation alle quali partecipavano esperti di varie discipline. In quel periodo nella ricerca scientifica si stava diffondendo un ambito che affrontava il problema della retroazione (feed-back) ma soprattutto si interessava e approfondiva le analogie tra i meccanismi della mente umana e quelli del computer. Successivamente ci furono tentativi di costruire computer basati su reti neurali cioè su sistemi simili al modo di funzionare del sistema neuronale umano. E il sistema neuronale è una rete distribuita di neuroni, una rete molto simile alla rete virtuale che è Internet.

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

I concetti fondamentali introdotti dalla cibernetica sono stati: feed-back e autoregolazione, ancora oggi utilizzati. Il concetto di feed-back o retroazione indica quella frazione di output che ritorna all'agente come input in grado di riprodurre nuovamente l'atto o di interromperlo. Quindi possiamo distinguere feed-back negativo, o correttivo, "quelle retroazioni [...] che intervengono per riportare allo stato iniziale un certo sistema (omeostasi)", da feed-back positivi, o rinforzanti, sono "destinati ad amplificare gli effetti e la dimensione stessa della deviazione di un sistema dallo stato iniziale" (Negrotti, 1973). Il concetto di retroazione comporta una profonda modifica nel modo di considerare il rapporto tra soggetto-oggetto, o tra sistema-ambiente. Infatti, a differenza della visione comportamentista, caratterizzata da una logica deterministica e da una causalità unilineare, in cui la causa precede l'effetto, qui viene rovesciata la relazione: l'effetto precede logicamente la causa, e l'atto nel suo svolgimento diviene comprensibile solo tramite un modello di causalità circolare, antideterminista per definizione. In questo modo vengono enfatizzati la processualità e la temporalità, la durata del comportamento, il progressivo avvicinamento e la regolazione continua del soggetto (o del mezzo) nei confronti dell'oggetto (o del fine). Un comportamento non retroattivo al contrario, non comporta una processualità né una interazione nel tempo, e comprende tutti quei casi in cui "dall'obiettivo non arrivano segnali che modifichino l'attività dell'oggetto nel corso del comportamento. [...] Un serpente può colpire una rana, o una rana una mosca, senza nessun segnale proveniente dalla preda, né visivo né di altro genere, dopo che il movimento ha avuto inizio. Infatti in questi casi il movimento è così veloce che è inverosimile che impulsi nervosi abbiano il tempo di formarsi sulla retina, arrivare al sistema nervoso centrale e dare origine a ulteriori impulsi che raggiungano i muscoli in tempo per modificare efficacemente il movimento" (A. Rosenblueth, N. Wiener, J. Bigelow, 1943).

Tra gli anni '60 e '70 la cibernetica classica entra in crisi lasciando spazio alla cibernetica di secondo ordine. Tale crisi nacque soprattutto dall'inadeguatezza della prima cibernetica alla luce dei progressi scientifici in ambito biologico e neurologico. Furono utilizzati concetti nuovi, per la prima cibernetica, quali autonomia, autorganizzazione, cognizione e ruolo dell'osservatore nella modellizzazione dei sistemi. L'opera simbolo della cibernetica di secondo ordine fu "Observing System" di Heinz Von Foerster. Gli studi di Von Foerster ebbero come filo conduttore il concetto di autorganizzazione e condusse uno studio sulla cognizione come conseguenza dell'autorganizzazione. Dimostrò che gli organi di senso umani sono "ciechi" alla qualità degli stimoli ai quali sono sensibili e che rispondono solamente alla quantità; da qui dedusse che la natura fisica degli stimoli non è codificata nell'attività nervosa e si pose la seguente domanda: "the fundamental question arises as to how does our brain conjure up the tremendous variety of this colorful world as we experience it any moment while awake, and sometime in dreams while asleep" (sorge la domanda fondamentale di come il nostro cervello evoca la tremenda varietà di questo mondo pieno di colori, come noi ne abbiamo esperienza in qualsiasi momento da svegli, e talvolta nei sogni mentre dormiamo). Von Foerster risponde sostenendo che i processi cognitivi siano infiniti processi di computazione; gli oggetti e gli eventi che osserviamo non sono immediatamente accessibili a noi: "Objects and events are not primitive experiences."

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

Objects and events are representations of relations. Since objects and events are not primary experiences and thus cannot claim to have absolute (objective) status, their interrelations, the environment is a purely personal affair, whose constraints are anatomical or cultural factors” (gli oggetti e gli eventi non sono esperienze primitive. Oggetti ed eventi sono rappresentazioni di relazioni. Dato che oggetti ed eventi non sono esperienze primitive e così non possono rivendicare uno status assoluto (oggettivo), le loro interrelazioni, l’ambiente è un affare meramente personale, i cui vincoli sono fattori anatomici o culturali). Quindi l’immagine che abbiamo del mondo è una rappresentazione relazionale influenzata continuamente dalla nostra struttura materiale e simbolica; le proprietà che attribuiamo agli enti del mondo derivano dalle rappresentazioni che abbiamo del mondo stesso. Von Foerster considerava l’informazione come una relazione tra il sistema osservante e l’ambiente, il quale esiste in funzione del sistema osservante stesso. Inoltre l’osservatore non può mantenere una posizione esterna e neutrale rispetto al sistema osservato. Dunque ci sono due sistemi: il sistema che osserva e il sistema che viene osservato; questi due sistemi non sono separati ma interagiscono e si influenzano a vicenda. Questo modo di vedere le cose supera la logica della causalità lineare introducendo una nuova logica: la causalità reciproca e circolare. Von Foerster aggiunge che l’autoreferenzialità dei sistemi osservati appartiene anche ai sistemi osservanti quindi l’osservatore è incluso nell’osservazione ciò fa sì che l’osservatore decide in cosa consiste il sistema osservato, traccia il confine tra sistema e ambiente. L’osservatore stabilisce i confini, la gerarchia e sceglie il livello da studiare adottando un certo punto di vista, nel momento in cui modifica il punto di vista ristrutturata i confini e i rapporti inter e intra sistemici. Ciò dimostra la relatività del punto di vista di chi osserva rispetto a tutti quelli possibili e gli inevitabili limiti nella possibilità e capacità di osservazione. Si passa così da una cibernetica dove i sistemi tendono all’omeostasi a una cibernetica dove i sistemi sono in continuo cambiamento; da un’interazione unidirezionale soggetto/ambiente a un’interazione reciproca e riflessiva; da un’organizzazione in cui il soggetto osservante rimane separato dall’oggetto osservato a un’organizzazione dell’organizzazione, un’auto-organizzazione del sistema che si viene a creare con l’oggetto osservato (Foerster, 1985; Bocchi, Ceruti, 2007). Solo a questo livello si forma la possibilità dell’autoriflessione. Decisivo è che l’osservatore diventa responsabile della propria osservazione (Foerster, Porksen, 2001).

LA TEORIA DEI SISTEMI

La teoria generale dei sistemi è legata all’epistemologo Ludwig von Bertalanffy e si rifà alla matematica, in particolare al concetto di funzione (relazione di interdipendenza tra variabili diverse) e sui rapporti che si stabiliscono tra elementi diversi del sistema preso in considerazione. Con il termine sistema si indica un insieme di oggetti tra loro interdipendenti per cui una variazione dello stato di uno si riflette sugli altri e su tutto il sistema; viceversa, un cambiamento nel sistema influenza le parti che lo compongono. Questa

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

influenza non segue una logica lineare piuttosto una logica di processo circolare secondo la quale il cambiamento di una parte modifica il sistema che a sua volta rimodifica la parte fino a quando il sistema non si stabilizza grazie ai meccanismi omeostatici di cui è dotato.

Il sistema non è la semplice somma delle parti ma è una totalità in cui gli elementi che lo compongono sono interconnessi in un'unica rete di relazioni che opera a molteplici livelli. Le caratteristiche principali di un sistema sono l'interdipendenza e la totalità; come sostiene E. Morin (1983: 131) però "non basta invero l'associazione fra interrelazioni e totalità, bisogna legare la totalità all'interrelazione tramite l'idea di organizzazione. Detto altrimenti, le interrelazioni tra elementi, eventi o individui, quando hanno un carattere regolare o stabile, diventano organizzazionali e costituiscono una "fornace". Si può quindi concepire il sistema come unità globale organizzata di interrelazioni fra elementi, azioni o individui".

Un altro principio epistemologicamente importante è quello della non – sommatività degli elementi di un sistema. Il comportamento di un sistema non è spiegabile con la semplice somma degli elementi che lo costituiscono. Le parti che costituiscono un sistema hanno caratteristiche specifiche dentro di esso, caratteristiche che possono non emergere se prese singolarmente, fuori dal sistema.

I sistemi agiscono in funzione delle proprie finalità e scopi. Secondo il principio di equifinalità uno stesso scopo può essere raggiunto in modi diversi e partendo da basi diverse. Più un sistema è adattivo e flessibile più modalità avrà di raggiungere un obiettivo. Quindi uno stesso obiettivo può nascere da scopi diversi e nell'interpretazione del comportamento di una persona o di un sistema sociale si deve tenere presente che uno stesso comportamento agito da due o più persone (o sistemi sociali) può avere motivazioni diverse. Lo stato di un sistema aperto, inoltre, è (relativamente) indipendente dal suo stato iniziale. Watzlawick et al. (1967, 122) sostengono che "quando analizzeremo come le persone si influenzano a vicenda, considereremo l'organizzazione in corso del processo interattivo molto più importante degli elementi specifici costituiti dalla genesi e dal risultato". Infine c'è da precisare la distinzione tra sistema chiuso e aperto. I sistemi chiusi sono quelli che non ricevono e non emettono nulla cioè non sono influenzati dall'ambiente né lo influenzano. I sistemi aperti sono permeabili, si scambiano materia, energia, informazione con l'ambiente. I sistemi non sono statici ma in costante evoluzione (anche involuzione) dinamica. Questa dinamica è particolarmente presente nei sistemi aperti cioè quelli con più relazioni con l'ambiente circostante. Le sollecitazioni ambientali suscitano variazioni che portano il sistema a cercare un nuovo equilibrio.

LA TEORIA DEI TIPI LOGICI

La teoria dei tipi logici è stata introdotta dai matematici Bertand Russell e Alfred Whitehead con la loro opera Principia Mathematica, al fine di superare le contraddizioni paradossali insite nella teoria degli insiemi (Giovanni, 1997).

Il principio fondamentale della teoria dei tipi logici è: “Una classe non può essere elemento di se stessa”. Tra la classe e i suoi elementi esiste una discontinuità. La classe non può essere elemento di se stessa e uno degli elementi non può essere la classe perché la classe appartiene a un livello di astrazione diverso (di un tipo logicodiverso) rispetto ai suoi elementi. “Qualunque cosa presupponga tutti gli elementi di una collezione non deve essere un termine della collezione” (Watzlawick et al., 1967).

Nel 1902 Russell individuò, in questo impianto teorico, un concetto importante, un elemento di contraddizione: l'antinomia. L'antinomia è un particolare paradosso logico. Un classico esempio è il paradosso di Epimenide: Il cretese Epimenide afferma che tutti i Cretesi mentono. In questa sua affermazione mente o dice il vero?

Se Epimenide, in quanto cretese, dice il vero, smentisce l'assunto che tutti i Cretesi mentono. Se invece afferma il falso, dice il vero pur essendo cretese.

Per evitare la creazione di paradossi è necessario collocare i vari concetti in “tipi” logici di grado diverso. Nel “tipo zero” ci saranno i nomi degli oggetti (enti) individuali, nel “tipo uno” le proprietà (bianco, grande, veloce, ecc.), nel “tipo due” le proprietà di proprietà e così avanti.

Ora di qualsiasi soggetto possiamo predicare soltanto qualità che appartengono ad un tipo logico più elevato, ad es. “L'uomo è mortale”, “Socrate è un uomo”, ecc.

Secondo la teorizzazione di Russell il paradosso del mentitore è improponibile e scorretto perché la proprietà del mentire è presente sia nel soggetto che nel predicato, che apparrebbero così allo stesso “tipo logico”.

La teoria dei tipi logici ebbe successo nella teorizzazione di P. Watzlawick, J.H. Weakland e R. Fisch del Mental Research Institute di Palo Alto per quanto riguarda la trattazione del cambiamento e nella distinzione di questo in Cambiamento 1 e 2. Il cambiamento 1 viene definito come quel cambiamento introdotto dall'operazione e dalle proprietà del gruppo ma che non produce niente di esterno al gruppo né un cambiamento delle regole che lo governano. Questo tipo di cambiamento una volta avviato lascia il sistema invariato poiché è estremamente legato alla struttura del sistema. “Un sistema che può passare attraverso tutti i suoi possibili cambiamenti interni senza provocare un cambiamento del sistema stesso, si dice che è preso in un gioco senza fine” e non può generare al suo interno le condizioni del proprio cambiamento (Watzlawick et al., 1967).

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

A differenza del primo, il cambiamento di tipo 2 produce qualcosa di esterno al sistema di riferimento e cambia il sistema stesso. Tale cambiamento non è legato alla struttura del sistema stesso e può sembrare, dall'interno del sistema, paradossale, illuminante o assurdo.

Watzlawick e altri (1967) spiegano questa differenza tra le due tipologie di cambiamento attraverso l'esempio del sogno: Una persona che ha un incubo, può durante il sogno fuggire, correre, nascondersi, ma nessuno di questi comportamenti porterebbe mai alla fine dell'incubo. Questi tentativi di modificare la situazione fanno parte del cambiamento 1. L'unico modo per uscire dall'incubo è svegliarsi, ma l'essere desti, evidentemente, non fa più parte dell'incubo. Questo cambiamento è definito cambiamento di tipo 2.

Nella classificazione dei cambiamenti ce n'è una terza tipologia cioè il cambiamento 0 (Watzlawick, 1974). Questo tipo di cambiamento in realtà è solo apparente poiché si tenta di mutare una situazione per se stessa inalterabile (generalmente a causa di un sistema di regole non modificabili). (Cambiamento e formazione. Il processo di innovazione nei servizi sanitari). *“Supponiamo che un paese immaginario, nel desiderio di garantire la massima libertà parlamentare, voti e ratifichi un articolo della costituzione che garantisce un dibattito parlamentare illimitato; i membri dell'opposizione (o chiunque altro lo desideri) possono paralizzare completamente la procedura democratica una volta che sia in discussione una proposta che non sia di loro gradimento. Il tentativo di abolire la norma viene reso impossibile dalla norma stessa, che, concepita con l'intenzione di garantire il massimo di democrazia, determina invece il massimo di oligarchia antidemocratica”* (Watzlawick, 1974). Una situazione concreta di cambiamento 0 è la cosiddetta falsa scelta (es. propaganda politica).

IL COSTRUTTIVISMO

Quando parliamo di costruttivismo ci si riferisce a un orientamento secondo il quale la realtà non può essere considerata “oggettiva”, indipendente dal soggetto che la percepisce perché è il soggetto stesso che crea, costruisce, inventa ciò che crede che esista. Nella storia della filosofia viene riconosciuto come padre del costruttivismo Gianbattista Vico. Agli inizi del XVI secolo fu il primo a mettere in discussione il metodo scientifico introdotto da Cartesio facendo corrispondere la conoscenza razionale alla costruzione della mente che organizza l'esperienza.

Il costruttivismo nasce dall'esigenza di superare la visione classica del metodo scientifico e proporre un'alternativa alla luce dell'evidenza, maturata con gli studi del ventesimo secolo, che il concetto classico di scienza definitiva (di una descrizione oggettiva del mondo) contiene delle contraddizioni. Secondo il costruttivismo la realtà non è indipendente da colui che la osserva poiché l'osservatore partecipa attivamente alla sua costruzione dandole un senso. Ciò che si reputa vero nasce da un processo di costruzione del mondo e non da una rappresentazione fedele della realtà derivante dalle informazioni che ci forniscono i nostri sensi.

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

Gli assunti del costruttivismo possono essere così sintetizzati: partecipazione attiva dell'individuo nella costruzione della conoscenza; esistenza di una struttura cognitiva di base che, in ogni soggetto, dà una determinata forma all'esperienza; visione dell'uomo come sistema auto – organizzantesi che protegge e mantiene la propria integrità (Grasso, 2002).

All'interno dell'orientamento costruttivista si individuano due filoni:

- Il costruttivismo radicale. Il rappresentante di questo filone è von Glasersfeld, che nega qualsiasi esistenza se non quella creata dai pensieri. La conoscenza non riguarda una realtà oggettiva ma l'ordine e l'organizzazione dell'esperire del mondo.
- Il costruttivismo critico. Questo filone non nega l'esistenza di un mondo reale anche se riconosce i limiti umani nella conoscenza del mondo.

Questa corrente di pensiero ha influenzato fortemente la psicologia portando a una messa in discussione della visione riduzionista secondo la quale la realtà esiste indipendentemente dal soggetto il quale la conosce attraverso processi di rappresentazione mentali della sua struttura. Secondo la visione costruttivista la mente costruisce la propria rappresentazione della realtà. Quindi la descrizione della realtà coinvolge l'osservatore. Da qui l'esigenza di una teoria dell'osservatore portando, conseguentemente, un cambiamento epistemologico dal "Che cosa conosciamo" al "Come conosciamo".

LA COMUNICAZIONE

Durante i primi decenni del '900 si assiste a una graduale caduta dei paradigmi fondamentali del positivismo e a una vera e propria "rivoluzione scientifica" a causa dei contrasti nati dalla diffusione di una "nuova scienza" dai canoni disordinati da una rivoluzionaria concezione della materia, dal quantismo e da logiche di tipo sistemico (Kuhn, 1979). L'età moderna era ancora sotto l'influenza di correnti di pensiero risalenti al '400 (Copernico e Brahe; Keplero nel '500; Cartesio e Newton nel '600) che pervadevano ogni sapere con una concezione soprattutto meccanicistica e il mondo era interpretato secondo logiche e leggi prevalentemente immutabili. "La rivoluzione scientifica del XVII secolo ha insegnato la cura del dettaglio, attraverso un'analisi dei problemi disarticolandolo nelle loro parti costitutive, le quali possono essere analizzate più facilmente rispetto al problema preso nel suo complesso (De Toni e Comello, 2007). Nella prima metà del '900 le premesse epistemologiche di più campi del sapere (per esempio in biologia e fisica) cominciano a cambiare: si pensi alla Gestalt nella Germania degli anni '20, negli anni '40 nasce la cibernetica, negli anni '60 si sviluppano la matematica complessa, la teoria del caos e la geometria frattale.

Secondo Bateson i processi conoscitivi sono influenzati da 3 principi: Il dualismo cartesiano mente-natura; le metafore usate per spiegare i fenomeni mentali, legate al solo aspetto fisico (potenza, tensione, energia...);

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

l'assunto che tutti i fenomeni tutti, anche quelli mentali, debbano essere studiati e valutati in termini quantitativi (Bateson, 1984). Queste premesse caratterizzavano la “vecchia” epistemologia, quella da superare poiché, come sostiene Bateson, dal punto di vista pragmatico portano all'avidità, all'eccesso di crescita, alla guerra, all'inquinamento; dal punto di vista intellettuale sono obsolete perché la teoria dei sistemi, la cibernetica, l'ecologia offrono modi migliori di comprendere il mondo della biologia e del comportamento; e, infine, come nel campo della religione, poiché sono divenute da tempo chiaramente intollerabili (Bateson, 1984).

“Siamo tutti nella stessa barca, e il nome di questa barca è “solo il 1978”, il tempo che è fuori squadra. Nel 1979 ne sapremo un po' di più a forza di rigore e immaginazione, i due grandi poli opposti del processo mentale, letali entrambi se presi da soli. Il rigore da solo è la morte per paralisi, ma l'immaginazione da sola è la pazzia” (Bateson, 1984).

Bateson vede la mente come un aggregato di parti che interagiscono tra loro, i cui elementi sono interconnessi, in relazione tra loro. Questo modo di vedere alla mente va oltre il tradizionale dualismo di Cartesio descrivendola come un processo interattivo connesso a un ambiente. Introduce così una concezione ecologica della mente e ne sottolinea i processi interattivi, eutocorrettivi ed evolutivi. L'idea che ha Bateson del mondo è di soggetti che esistono in quanto in relazione con altri soggetti. A differenza della visione psicoanalitica di Freud, Bateson apre la mente al mondo esterno: “unfolding of the whole system of relations constituted by the multi-sensory involvement of the perceiver in his or her environment” (Ingold 2000). L'informazione è possibile solo se intesa come interazione del soggetto con il suo contesto ambientale. Secondo Bateson “the world opens out to the mind through a process of revelation” (Ingold 2000). Secondo questa impostazione ecologico-relazionale parole ed azioni assumano significato solo entro quadri più generali di riferimento cioè, come dice Bateson, i contesti: “Prive di contesto, le parole e le azioni non hanno alcun significato. Ciò vale non solo per la comunicazione verbale umana ma per qualunque comunicazione, per tutti i processi mentali, per tutta la mente, compreso ciò che dice all'anemone di mare come deve crescere e all'ameba cosa fare il momento successivo” (Ingold). Solo attraverso la definizione del significato di un contesto che un'azione assume valenza positiva o negativa, un pensiero diviene corretto o inefficace, un gesto adeguato o sbagliato. La mente si configura quindi come un aggregato simile ad un vero e proprio sistema in senso ecologico.

Questa nuova concezione epistemologica Bateson la utilizzò anche nei suoi studi sulla comunicazione puntando un faro sui processi interattivi che si instaurano tra gli attori di una relazione.

I concetti introdotti da Bateson saranno ripresi e sistematizzati da Watzlawick che nella sua opera “Pragmatica della comunicazione umana” propose i 5 assiomi della comunicazione approfondendo, dal punto di vista della semiotica, le relazioni tra il linguaggio e chi lo usa, di come la comunicazione definisce le relazioni tra le persone, proponendo una nuova concezione della relazione “paziente - terapeuta”.

Partecipa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

I cinque assiomi della comunicazione sono:

- non si può non comunicare, ogni comportamento è comunicazione, invia un messaggio agli altri, sia che lo si voglia oppure no;
- ogni comunicazione ha un aspetto informativo, di contenuto e un aspetto di “comando”, di relazione. Questo secondo aspetto imprime una forma al contenuto, che ne definisce il significato come meta comunicazione;
- la natura di una relazione dipende dalla punteggiatura delle sequenze di comunicazione tra i comunicanti;
- gli essere umani comunicano con il modulo numerico (ha una sintassi logica complessa ma efficace pur mancando di una semantica adeguata nel settore della comunicazione) e il modulo analogico (ha una semantica ma non una sintassi adeguata per definire in un modo che non sia ambiguo la natura delle relazioni)
- tutti gli scambi di comunicazione sono simmetrici (basati sulla somiglianza della relazione) o complementari (quando il comportamento di un partner completa quello dell'altro).

Watzlawick descrive anche la comunicazione paradossale e la teoria del doppio legame come importanti per comprendere il comportamento dello schizofrenico, riprendendo i concetti espressi da Bateson nella sua opera.

Per quanto riguarda la prima teorizzazione, la comunicazione paradossale, Watzlawick introduce l'impiego psicoterapico del paradosso nei disturbi della comunicazione. Il paradosso, contraddizione dedotta coerentemente da premesse corrette, può essere di tre diversi tipi: logico-matematico (antinomie), semantico (definizioni paradossali) e pragmatico (comandi paradossali). Quest'ultimo viene utilizzato sotto forma di 'prescrizione del sintomo': l'invito a insistere nel comportamento eccezionale trasforma, nel paziente, la spontaneità in coercizione, tanto che il sintomo gli si evidenzia progressivamente nella sua paradossalità e non potrà essere manifestato in seguito con la stessa meccanicità fuori controllo.

Riguardo alla seconda teorizzazione, il doppio legame, formulato da Bateson nel 1956 come possibile spiegazione eziologica della schizofrenia, viene definito da Watzlawick con tre condizioni:

- Due o più persone sono coinvolte in una relazione intensa che ha un alto valore di sopravvivenza fisica e/o psicologica.
- In un simile contesto viene dato un messaggio che è formulato in maniera tale che (a) asserisce qualcosa, (b) asserisce qualcosa sulla propria asserzione e (c) queste due asserzioni si escludono a vicenda. Quindi, se il messaggio è un'ingiunzione, l'ingiunzione dev'essere disobbedita per essere obbedita; se è una definizione del sé o dell'altro, la persona di cui è data la definizione è quel tipo di persona soltanto se non lo è e non lo è se lo è.

Parteciapa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

- Infine, si impedisce al recettore del messaggio di uscir fuori dallo schema stabilito da questo messaggio, o metacomunicando su di esso (commentandolo) o chiudendosi in se stesso.

Dunque anche se il messaggio è da un punto di vista logico privo di significato, è una realtà pragmatica; egli non può non reagire ad esso, ma non può neppure reagire in modo adeguato (non paradossale) perché il messaggio stesso è paradossale. Questa situazione si ha quando viene proibito in maniera più o meno evidente di mostrare una qualsiasi consapevolezza della contraddizione o del vero problema in questione. Una persona in condizione di doppio legame è dunque probabile venga punita (o almeno le si faccia provare un senso di colpa) per aver avuto percezioni corrette.

ERICKSON E LA SUGGESTIONE IPNOTICA

Jay Haley, nella sua opera "Terapie non comuni" definisce la terapia strategica un nome per definire tutte quelle terapie in cui il terapeuta si assume la responsabilità di influenzare direttamente le persone e ritiene Milton Erickson un maestro di tale approccio terapeutico. Inoltre sostiene che la terapia strategica di Erickson è una logica applicazione della tecnica ipnotica. Erickson ha definito la trance ipnotica come una particolare modalità relazionale interpersonale; l'ipnosi è un fenomeno che si verifica in un rapporto tra più persone, un modo in cui una persona comunica con l'altra. Questo modo di vedere le persone portò Erickson a sostenere che gli individui sono esseri irripetibili, con le proprie esperienze e con un proprio modo di percepire ed elaborare la realtà. Da qui il fondamento che l'intervento terapeutico debba essere contestualizzato, debba tener conto del contesto relazionale e delle esperienze di vita delle persone.

L'ipnoterapia di Erickson parte dal presupposto che l'inconscio, a differenza della visione psicanalitica, è un grande serbatoio di risorse. "Associa immagini, sensazioni, idee e simboli secondo rapporti di analogia e somiglianza che hanno fra loro, operando in un presente permanente. Queste catene di associazioni si spezzano e si intersecano, si allacciano e si sciolgono in una complessità che sfida qualsiasi analisi razionale. È questo il motivo per cui Erickson considerò l'analisi freudiana dell'inconscio un'impresa prometeica, irrealistica e inefficace. La complessità dell'inconscio e la povertà dei mezzi del conscio sono tali che è meglio lasciare che sia l'inconscio a disfare ciò che ha fatto. La terapia deve solo fornirgli il contesto in cui farlo. Tanto peggio se non comprendiamo il motivo per cui il paziente sta meglio!" (Megglé, 1998).

Erickson entra nel mondo delle persone e comunica direttamente al loro inconscio secondo il loro linguaggio; utilizza le metafore: "Esse aiutano a indurre uno stato ipnotico. Le metafore consentono di aggirare le resistenze che il paziente oppone al cambiamento: sono un modo indiretto di suggerire delle piste di soluzione all'inconscio" (Megglé, 1998).

Secondo Erickson il terapeuta può suscitare il cambiamento tramite le prescrizioni paradossali per liberare le persone da determinati comportamenti disfunzionali appresi: "... la coscienza dell'uomo moderno razionalistico gli permette di sfruttare solo in minima parte le sue risorse mentali. Ecco perché l'approccio ericksonianesimo, a differenza della maggior parte delle psicoterapie tradizionali volte a rendere coscienti i contenuti inconsci, consiste nell'attivare le associazioni inconsce eludendo l'intenzionalità cosciente del soggetto. "Se il suo Io fosse capace di risolvere il problema – fa rilevare Erickson – il paziente non avrebbe bisogno di un terapeuta" (Oberhuber, 2000).

Milton era capace di indurre una trance a partire da racconti, reminiscenze, episodi della sua vita o altre strane storie e fatti inconsueti che apparentemente non avevano nulla a che fare con il problema specifico del paziente. Il paziente stava lì, ascoltava – a volte rapito a volte annoiato – questi strani monologhi, e poi veniva congedato senza accorgersi che era entrato e uscito spontaneamente dalla trance più volte. Scopo della sua ipnosi era quello di accedere al potenziale inconscio e alla capacità naturale di apprendere del cliente, depotenziando al contempo i suoi schemi limitanti. (Erickson e Rossi, 1982).

La Tecnica in terapia strategica evoluta: le prescrizioni

Quali criteri può seguire un terapeuta strategico nella scelta della tecnica?

il terapeuta strategico nella scelta della tecnica deve farsi guidare da una corretta diagnosi strategica del problema che prevede:

1. Analisi della strutturazione del sintomo;
2. Attenzione alle fasi del percorso di vita;
3. Qualità e quantità della motivazione;
4. Definizione degli obiettivi del percorso terapeutico;
5. Modelli di reciprocità che terapeuta e cliente costruiscono
6. Ipotesi di cambiamento

Il primo passo della costruzione della prescrizione è rappresentato dal lavoro di diagnosi strategica del problema, dalla possibilità di trovare una risposta condivisa con il cliente alle seguenti domande: passo dopo passo che cosa accade esattamente? Chi è coinvolto nel disturbo? Come cambia il disturbo a seconda di che ne è coinvolto in un dato momento? Come cambia in funzione dei contesti di riferimento della persona? Con quale frequenza si presenta il problema che disturba la vita della persona?

Dobbiamo in sostanza essere in grado di costruire con il nostro cliente una definizione condivisa del disturbo di cui si parla, nella convinzione che processo diagnostico e terapeutico sono due fasi sovrapposte, attraverso la conoscenza si cambia, perché la conoscenza è una azione sulla percezione della realtà del cliente.

La possibilità di conoscere lo schema relazionale che sostiene il problema ci permette di identificare il luogo simbolico in cui dobbiamo intervenire, ma anche ci consente di capire in maniera flessibile quale setting è più funzionale per il processo di cambiamento, se per esempio una terapia individuale, di coppia o familiare.

In questo processo di comprensione, un fondamentale elemento di differenza dell'approccio strategico è rappresentato dalla necessità di mettere in evidenza le risorse della persona, di arrivare ad una processo di conoscenza che integri funzionalità e disfunzionalità.

Come dire che le nelle tentate soluzioni che le persone adottano nella loro vita possiamo trovare gli spunti per il cambiamento.

Il sintomo è uno strumento di comunicazione delle tentate soluzioni che il cliente mette in atto nella sua vita quotidiana e che rinforzano esclusivamente il problema; chiaramente ciascun sintomo deve essere compreso nell'ottica del percorso di vita della persona, che rappresenta il nostro secondo elemento di attenzione.

Parteciapa al [Master in Couseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

L'approccio strategico è attento al mondo e a come cambiano le pressioni sociali adattive che le persone subiscono soprattutto nelle transizioni da una fase evolutiva all'altra.

Non possiamo sicuramente separare la persona dal contesto, inteso qui in un senso allargato anche come aspettative che essa nutre nei confronti del proprio percorso di vita; le aspettative sono assolutamente fondanti dell'approccio al cambiamento e della motivazione.

Infatti, un altro elemento di attenzione ed interesse per il terapeuta strategico nella scelta di quale tecnica utilizzare e quando è rappresentato dal tema della motivazione; la terapia strategica muove dalla convinzione che non esistano terapia impossibili o pazienti non collaborativi ma che il compito del terapeuta è quello di mettere il nostro cliente nelle condizioni di poter collaborare.

Potremmo, solamente per scopi illustrativi e di sintesi, individuare quattro scenari possibili con le relative scelte di tecnica:

1. Persone collaborative con una marcata motivazione al cambiamento associata a reali risorse cognitive, con le quali un lavoro fortemente orientato alla ristrutturazione risulta essere il più efficace;
2. Persone che vogliono essere collaborative, con una marcata motivazione al cambiamento ma che non possono esserlo, come per esempio le persone bloccate da sintomatologie acute come quelle fobiche, con le quali è efficace utilizzare interventi prescrittivi indiretti che consentono loro di fare una esperienza emozionale correttiva di liberazione dal rituale;
3. Persone che non possono essere collaborative e che inoltre esercitano all'interno della terapia una funzionale resistenza al terapeuta anche attraverso squalifiche verbali, con le quali è efficace utilizzare tecniche prescrittive ed ingiuntive di tipo paradossale, come per esempio la prescrizione della resistenza che possiamo dare ad una paziente designato di una famiglia "psicotica";
4. Persone con narrazioni deliranti, che non si pongono in maniera aperta e deliberata né verso il cambiamento né verso la resistenza al terapeuta, con le quali sarà fondamentale assumere la logica della rappresentazione delirante e attraverso tecniche narrative come il re-autoring favorire una narrazione più adattiva delle problematiche che insorgono nel momento in cui si affronta la realtà.

Volendo fermarsi un attimo a riflettere su quanto abbiamo fin qui argomentato, è evidente la necessità di pensare alla tecnica in terapia strategica come una azione volta a produrre un cambiamento esperienziale correttivo in grado di favorire la costruzione di una differente concezione della realtà problematica.

La prescrizione è una tecnica di intervento costruito su misura per particolari tipologie di problemi. In termini logici si tratta di sviluppare modelli terapeutici costruiti prioritariamente sul livello logico operativo della conoscenza, che in seguito, dopo la dovuta verifica empirica legata alle prescrizioni, divengono modelli

Parteciapa al [Master in Counseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

di tipo conoscitivo-operativi. Si inverte la logica delle “ordinarie psicoterapie” privilegiando la logica costitutivo deduttiva per poi passare alla logica ipotetico deduttiva, in modo da far letteralmente calzare l'intervento al problema.

Le prescrizioni sono compiti che la persona deve eseguire tra una seduta e l'altra con l'obiettivo di favorire “such **concrete** exeperience of chance a reality **outside** the terapeutic setting”(cit. in Brief Strategic Therapy, di Giorgio Nardone e Paul Watlawick, 2005, pag.30).

L'obiettivo di tale tecnica è quello di introdurre il primo importante cambiamento nella situazione sintomatica vissuta dal paziente. In altri termini, il terapeuta deve fare in modo che il soggetto viva per la prima volta un'esperienza concretamente diversa nei confronti della sua patologia.

Tale esperienza lo condurrà ad una diversa percezione della realtà, fino ad allora vissuta come incontrollabile e ingestibile e adesso sperimentata come controllabile e gestibile.

E' importante che la comunicazione diventi uno strumento di cambiamento, da usare in maniera consapevole a seconda del problema che il paziente presenta.

Abbiamo precedentemente individuato quattro possibili scenari rispetto al tema della collaboratività del paziente; riprendiamo in questa sede queste riflessioni per intrecciarle con il linguaggio e la tipologia di prescrizione da utilizzare.

Abbiamo individuato un primo scenario di pazienti collaborativi e con profonde risorse da attivare per il cambiamento: da questo punto di vista sarà importante utilizzare prescrizioni dirette, con compiti chiari e specifici che la persona dovrà svolgere a casa accompagnate da un linguaggio molto preciso, che indichi azioni concrete.

Le prescrizioni per questi pazienti assolvono principalmente al compito di organizzare una esperienza che si presenta confusa, che disorienta e verso la quale si attivano modalità conosciute, (si pensi per esempio alla compilazione di un diario giornaliero in cui annotare aspetti specifici dell'esperienza).

Nel caso di persone che vogliono essere collaborative, con una marcata motivazione al cambiamento ma che non possono esserlo, come per esempio le persone bloccate da sintomatologie acute come quelle fobiche, sarà importante utilizzare un linguaggio strutturalmente ingiuntivo e ipnotico, presentarlo quasi nella forma del rituale (ripetendole cioè diverse volte all'interno di una seduta) in cui il paziente possa ritrovare l'elemento di trance che la ripetizione di ciascun rituale fornisce alle persone. Nel contenuto il linguaggio dovrà essere estremamente preciso, dettagliato, chiaro, che non si presti ad alcun fraintendimento rispetto alla tipologia di compiti da eseguire.

Parteciapa al [Master in Couseling Psicologico ad impostazione strategica](#)

Le prescrizioni per questi pazienti assolvono principalmente al compito di liberare il paziente dalle catene dei rituali, non strappandole, né esercitando una forza per toglierle, ma facendo sentire la possibilità di non averle.

Nel caso di persone che non possono essere collaborative e che inoltre esercitano all'interno della terapia una funzionale resistenza al terapeuta, sarà importante utilizzare prescrizioni paradossali attraverso un linguaggio evocativo, metaforico.

Le prescrizioni per questi pazienti assolvono principalmente al compito di sperimentare un doppio legame terapeutico, quella tipica situazione in cui il terapeuta mette il paziente di fronte ad una alternativa che si presenta positiva per il paziente.

E' per questo motivo che, affrontando il tema della teoria della tecnica, non la si può separare dal tema della relazione e perché tecnica, comunicazione e relazione nella terapia strategica integrata sono indistricabilmente connesse.

Glossario

- ✚ **L'approccio strategico:** in campo psicoterapeutico, è una vera propria scuola di pensiero su come gli esseri umani si rapportano alla realtà, ossia su come ognuno di noi si relaziona con se stesso, con gli altri e con il mondo circostante.
- ✚ **Approccio Strategico Evoluto:** Psicoterapia Strategica Evoluta non si esaurisce nella rottura del circolo vizioso e delle tentate soluzioni che hanno cristallizzato il problema, ma prosegue nella fase di consolidamento del comportamento nuovo più funzionale al precedente che consente al paziente di ottenere ciò che prima raggiungeva faticosamente attraverso il sintomo.
- ✚ **Integrazione:** un processo co-costruttivo, in cui l'altro, in qualsiasi forma, competenza si presenti, ha sempre dignità, potere, ragione e deve partecipare a questa operazione di conoscenza.
- ✚ **La realtà:** La realtà di cui Noi parliamo non è mai una realtà "a priori", ma una realtà conosciuta e creata da Noi"
- ✚ **Le relazioni:** interazione delle diverse personalità del paziente e del terapeuta il quale partecipa, in un'ottica di **CO-COSTRUZIONE**, al processo di cambiamento insieme al paziente, astenendosi dall'aderire rigorosamente e dall'applicare in maniera inflessibile schemi rigidi e stereotipati (Erickson,1980).
- ✚ **Le prescrizioni:** sono compiti che la persona deve eseguire tra una seduta e l'altra con l'obiettivo di favorire "such **concrete** experience of change a reality **outside** the therapeutic setting"(cit. in Brief Strategic Therapy, di Giorgio Nardone e Paul Watlawick, 2005, pag.30).

Bibliografia essenziale di riferimento

- Bateson, G. (1976). *Verso un'ecologia della mente. (trad. it. di G. Longo). Milano: Adelphi. [1972].*
- Bateson, G. (2008). *Mente e natura. Un'unità necessaria. (trad. it. di G. Longo). Milano: Adelphi. [1979].*
- Bruner J. , (1992) *Laricerca del significato. Per una psicologia culturale, Torino. Bollati Boringhieri*
- Bocchi G., Ceruti M. (a cura di), *La sfida della complessità, Mondadori, Torino, 2007.*
- De Toni A. F., Comello L., *Viaggio nella complessità, Marsilio, Venezia, 2007.*
- Milton H. Erickson - Ernest L. Rossi, *Ipnoterapia, Astrolabio, Roma 1982.*
- Erickson M. H, (1983), *La mia voce ti accompagnerà, Roma: Astrolabio.*
- Foerster, H. von (1973), *On constructing a reality, in Watzlawick, P. (a cura di), Die erfundene wirklichkeit, Munchen: Piper & Co. Verlag, 1981, (trad. it. La realtà inventata, Milano: Feltrinelli, 1988)*
- Foerster, H. von, Pörksen, B., (2001), *La verità è l'invenzione di un bugiardo, Roma, Meltemi.*
- Giovanni A. (1997). *La psicoterapia d'integrazione strutturale. Armando Editore.*
- Grasso M. (2002). *Parole e paroloni di management. Storia, parole, e protagonisti del pensiero manageriale. Franco Angeli.*
- Haley J. (1976). *Terapie non comuni. Roma, Astrolabio.*
- Ingold, T. (2000). *The Perception of the Environment: essays on livelihood, dwelling & skill. London-New York: Routledge.*
- Maggiolini, A. (2002), *Counseling a scuola, Milano: Franco Angeli.*
- Von Foester Heinz, von Glasersfeld Ernst, *Come ci si inventa. Storie, buone ragioni ed entusiasmi di due responsabili dell'eresia costruttivista, Odradeck, Roma, 2001.*
- Von Glasersfeld Ernst, *Il costruttivismo e le sue radici, 1999, su www.oikos.org/vonit.htm.*
- Maturana, H.R, Varela, F. (1980), *Autopoiesi e cognizione umana, Padova: Marsilio.*
- Dominique Megglé, *Psicoterapie brevi, Red Edizioni, 1998 Como*
- R. MONDOLFO, cit. in *Sofisti. Testimonianze e frammenti. Fascicolo quarto, cit., p. 30.*
- Rohebaugh M J & Shohan V. *Brief Therapy Based on Interrupting Ironic Processes: The Palo Alto Model. Clin Psychol (New York). 2001; 8(1): 66–81.*
- Morin E. (1983), *Il Metodo. Ordine, disordine, organizzazione, Feltrinelli, Milano (ed. orig. Paris, 1977).*
- Negrotti M. (1973). *La regolazione sociale: modelli cibernetici in sociologia. Franco Angeli, Milano.*
- Walter Oberhuber, *Ipnosi, Franco Angeli, 2000, Milano.*

A. Rosenblueth - N. Wiener - J. Bigelow, *Comportamento, scopo e teleologia (1943)* in V. SO- MENZI - R. CORDESCHI (eds), *La filosofia degli automi*, Torino 1994, pp. 78-85.

Schein E.H. (1992), *Lezioni di consulenza*, Milano: Raffaello Cortina Editore.

Semi A.A. (2002), *Tecnica del colloquio*, Milano: Raffaello Cortina Editore.

Watzlawick P., Nardone G. (a cura di) (1997), *Terapia breve strategica*, Milano: Raffaello Cortina Editore.

Watzlawick P., Bevin J.H., Jackson D.D. (1971), *Pragmatica della comunicazione umana*, Roma: Astrolabio.

Watzlawick P., Weakland J. H., Fisch R., (1974), *Change*, Roma: Astrolabio.

Giorgio Nardone, Paul Watzlawick, *L'arte del cambiamento. Manuale di terapia strategica e ipnoterapia senza trance*, Firenze, Ponte alle Grazie;

Watzlawick, P. (1977) *Linguaggio del cambiamento: elementi di comunicazione terapeutica*. Feltrinelli, Milano;

Paul Watzlawick, *Die möglichkeit des andersseins. Zur technik der therapeutischen kommunikation*, Bern, Hans Huber Verlag; trad.it. *Il linguaggio del cambiamento. Elementi di comunicazione terapeutica*, 7a ed., Milano, Feltrinelli, 1991, Sofisti. *Testimonianze e frammenti. Fascicolo quarto, cit.*, p. 29;

Alfred North Whitehead & Bertrand Russell *Principia Mathematica Volume I* Cambridge University Press 1963.

Watzlawick, P., Beavin J. H. e Jackson D. D. (1967), *Pragmatica della comunicazione umana*, trad. It. Astrolabio, Roma, 1974.

Watzlawick P., Weakland J. H., Fisch R. (1974), *Change*. Tr. It. Astrolabio, Roma, 1974.

Khun T. (1979). *La struttura delle rivoluzioni scientifiche*. Torino. Einaudi.