

Michele Minoli: psicoanalista costruttivista?

Maurizio Dodet*

SOMMARIO. – Michele Minoli ha attraversato il suo tempo accogliendo a pieno il portato della formazione psicoanalitica e allo stesso tempo ha saputo coniugare le nuove acquisizioni delle scienze umane e mediche nel loro sviluppo attuale. Il progetto di ricerca descritto nell'articolo del 1990 si è sviluppato nei suoi scritti giungendo ad accogliere la visione dell'uomo come sistema autonomo e ponendo in primo piano l'io-soggetto e la relazione, come centro del metodo terapeutico (Minoli, 1990). Tra gli autori in ambito cognitivista Vittorio Guidano ha percorso dei sentieri molto vicini abbracciando la visione costruttivista: l'autore descrive come l'incontro tra i due metodi sia stato generativo e di stimolo per ulteriori sviluppi di una prassi nell'intervento psicoterapeutico rispettoso della soggettività.

Parole chiave: Psicoanalisi della relazione; cognitivismo; costruttivismo; cognitivismo post razionalista.

Introduzione

L'incontro con Michele Minoli ha rappresentato nel mio percorso intellettuale la possibilità di potermi confrontare con un terapeuta che, attraverso una grande attività clinica e di ricerca, era giunto a sostenere delle ipotesi teoriche e metodologiche simili o addirittura sovrapponibili alle mie, nonostante io partissi da una formazione in ambito cognitivista. Con lui spesso si creava un gioco in cui ci chiedevamo chi dei due fosse più cognitivista di quanto credesse o più psicoanalista.

Poter discutere con lui e a volte essere travolto dalla sua veemenza è stato per me un privilegio. L'articolo del 1990 (Minoli, 1990, riportato in questa rivista) cui prendono spunto queste brevi riflessioni è l'ulteriore conferma di ciò che ho e andrò scrivendo. Minoli pone le basi del suo progetto intellettuale: epistemologia, ipotesi teorica sull'essenza psichica

*Psichiatra, psicoterapeuta. Fondatore e socio laboratorio di Psicoterapia Cognitiva Post-razionalista e Didatta della S.I.T.C.C. (Società Italiana Terapia Comportamentale e Cognitiva). E-mail: mdodet@iol.it

dell'essere umano e dell'espressione psicopatologica e infine il metodo (come unione coerente di tecniche che ne deriva), ripercorrendo il percorso di sviluppo della psicoanalisi sua radice.

Minolli descrive le fasi di evoluzione del modello psicoanalitico in una successione che rimanda al processo di sviluppo del modello cognitivista, dal Comportamentismo al Cognitivismo Standard, fino a giungere alla svolta Costruttivista.

Una prima fase si è caratterizzata per la ricerca di tecniche che potessero acquistare i profondi sentimenti di impotenza dei terapeuti: Freud esplora l'elettroterapia e l'ipnosi; il comportamentismo, escludendo la possibilità di poter entrare nella scatola nera della mente e rispettando i criteri di scientificità dell'epoca, propose tecniche che potessero essere utilizzate dagli operatori seguendo processi ben definiti e, per questo motivo, avessero un alto grado di ripetibilità, pur essendo effettuati da operatori diversi. Il metodo (nel suo operare per il raggiungimento di risultati positivi) viene validato lasciando però grosse lacune nelle ipotesi psicopatologiche.

Una seconda fase è coincisa con l'avvento del metodo catartico caratterizzato dall'emergere del ricordo traumatico e con l'abbandono dell'utilizzo della trans-ipnotica: la nascita del metodo psicoanalitico. Allo stesso modo in ambito cognitivista negli anni settanta (finalmente) anche i processi mentali vengono approcciati in modo scientifico e i processi di pensiero vengono posti in primo piano rispetto alle emozioni. L'evento psicopatologico viene considerato come il portato di una idea disadattativa che genera un'emozione disturbante.

Dove la psicoanalisi pone come centro del proprio intervento la suggestione e il trauma, ecco che il cognitivismo pone in primo piano la persuasione con il dialogo socratico e il pensiero disadattativo da correggere, come centro del proprio metodo.

Psicoanalisi e cognitivismo mettono in primo piano così *il dire*: la prima attraverso il metodo delle associazioni libere, il secondo ricercando una stringente coerenza sui piani di pensiero attraverso l'analisi delle motivazioni e delle credenze individuali.

La psicoanalisi assume quindi come cardine del proprio operare il metodo storico clinico: l'uomo costruttore di significato, che articola attraverso il pensiero narrativo la propria storia alla ricerca del rimosso che crea l'evento psicopatologico o, meglio, la sofferenza psicologica.

Il cognitivismo assume come cardine del proprio operare il metodo sperimentale: l'uomo è costruttore di credenze e motivazioni, che generano pensieri, i quali sono alla base della modulazione emotiva e quindi della psicopatologia.

Il *dire* in terapia assume quindi due modalità estremamente diverse: l'una, quella della psicoanalisi, attraverso la costruzione di un dialogo in cui

il paziente è invitato a far fluire la propria esperienza interna trasformandola in parole e quindi in racconto; la seconda, quella del cognitivismo, agisce attraverso l'analisi di situazioni di sofferenza con la ricostruzione del fluire dei pensieri rispetto a contesti specifici e del generarsi di emozioni disturbanti.

La relazione che si genera appare profondamente diversa in un *setting* psicoanalitico o in uno cognitivo comportamentale.

In psicoanalisi il metodo della relazione interpersonale portata fino alle sue estreme conseguenze dà vita, attraverso l'utilizzo delle associazioni libere e dell'interpretazione dei sogni, alla *costellazione psicoanalitica* che rappresenta 'la caratteristica più specifica del metodo psicoanalitico'.

Nell'ambito cognitivista la relazione pare prendere più la forma di una relazione psicoeducativa, in cui il terapeuta spiega al paziente il proprio funzionamento.

Minolli, nell'articolo del 1990, scrive come Rapaport sottolinei come esista una continuità tra associazioni libere, interpretazione dei sogni e relazione interpersonale. La creazione della relazione tra terapeuta e paziente rappresenta lo spazio di elaborazione del dire, dell'emergere del rimosso e del prendere forma in un racconto della continuità.

In psicoanalisi il presente ed il passato sono legati da un filo di continuità, dove l'uno viene significato attraverso l'altro. In ambito cognitivista l'enfasi viene posta sull'analisi dell'*hic et nunc* e mette in secondo piano la storia individuale.

Ulteriore sviluppo è l'introduzione del metodo dell'osservatore partecipe che permette di giungere ad elaborare e rendere più consapevoli le dinamiche che appartengono al soggetto.

Michel Mahoney nel 1980 pubblica un articolo intitolato *Psychotherapy and the Structure of Personal Revolution* in cui enuncia per punti ciò di cui c'era bisogno, in quel momento storico, per una riflessione, un superamento ed uno sviluppo del paradigma cognitivista (Mahoney 1980). L'autore indicava a tal proposito sei punti: i) la terapia cognitiva razionalista tende ad ignorare o a minimizzare la rilevanza dei processi inconsci; ii) il mondo tacito non viene considerato; iii) la terapia cognitiva razionalista pur inserendo l'elaborazione cognitiva tra stimolo e comportamento vede tuttavia i processi cognitivi come processi di risposta allo stimolo; iv) i pensieri automatici e le convinzioni hanno essenzialmente la forma di pensiero espresso in parole e quindi viene sostenuta una corrispondenza tra pensiero e linguaggio; v) l'enfasi eccessiva riguardo alla razionalità come fattore di adattamento; vi) per concludere, l'inevitabile ricorso ad atti psicopedagogici e normativi.

Nel 1983 Vittorio Guidano e Gianni Liotti pubblicano negli Stati Uniti il loro libro *Cognitive Process and Emotional Disorders* (Guidano & Liotti, 1983); irrompono nel cognitivismo gli assunti del paradigma costruttivista

che Guidano accoglierà nella sua forma più radicale, soprattutto dopo essere entrato in contatto con l'opera di Humberto Maturana e Francisco Varela. Il metodo storico clinico prende il posto del metodo sperimentale senza abbandonare i criteri di scientificità caratterizzanti l'approccio cognitivista. Non più tecniche, ma un metodo inteso come l'esplicitazione dei vincoli del modello di uomo al quale si aderisce.

Cambiando punto di vista, tre sono i punti di forza del modello proposto da Michele Minolli: i) l'affermazione che l'Io-soggetto è uno; ii) il metodo che ne deriva: osservare la relazione; iii) la posizione data alla Relazione.

L'affermazione che l'Io-soggetto è uno

L'incontro con Michele Minolli ha rappresentato l'incontro con un modello psicoanalitico che pone in primo piano la soggettività nella sua forma più pura. 'L'Io-soggetto è uno', scrive Minolli nel suo libro *Psicoanalisi della Relazione* (Minolli, 2009) e aggiunge: 'affermare allora che l'Io-soggetto è uno non è una deduzione riflessiva, anche se il riflessivo in qualche modo riflette la realtà, non è neppure un punto di vista dell'osservatore, anche se le proprietà dell'osservatore sicuramente incidono, ma dobbiamo pensare che sia una caratteristica 'oggettiva', propria dell'Io-soggetto suscettibile di continue verifiche interattive' (p. 77).

Viene posto al centro dell'esperienza umana il sentimento di unitarietà e di continuità, pur mantenendo una dimensione estremamente dinamica:

"Nella metafora temporale della psiche [...] L'organizzazione soggettiva viene costruita spostandosi nel tempo, facendo cose, provando sensazioni e idee, compresi alcune idee autoriflessive i sentimenti. Il Sé cambia e viene trasformato continuamente nel tempo" (Minolli 2009, pag. 79).

Michele Minolli cita inoltre Mitchel: 'Non sono idee nella mente e non sono aspetti della persona, sensazioni, impulsi o valori. Sono versioni dinamiche della persona stessa; incarnano modelli attivi di esperienza e di comportamento, organizzati attorno a un particolare punto di vista, un senso del sé, un modo di essere e stanno alla base del senso fenomenico comune che abbiamo di noi come integri' (Mitchel 1993 in Minolli, 2009, p. 128).

Nel modello cognitivo costruttivista, nella declinazione post razionalista, il Sé è inteso come il processo attraverso cui un uomo giunge a percepire sé stesso in modo qualitativamente specifico in un continuo rimando tra l'esperienza immediata che fluisce, il suo riconoscimento e la costruzione di un racconto in cui si esplicano un sentimento di sé specifico con caratteristiche di unitarietà e continuità storica. Il Sé è unico in nome del nucleo emotivo e cognitivo alla base di un'identità, che viene chiamato

significato personale. Tale significato prende forma all'interno dei rapporti di attaccamento con le figure significative nei primi due anni di vita. (Guidano, 1992, 1988; v. anche Tronik, 2001, che partendo da studi su bambini di pochi mesi di vita ha approfondito la ricerca sulla creazione dei processi di significazione dell'esperienza in età pre-verbale).

Le due visioni appaiono molto vicine. Entrambi i modelli tendono a definire i processi alla base di una personalità che possano rendere consistente il sentimento di unicità e di continuità individuale e rendere coerente il metodo storico clinico, che è principalmente finalizzato a portare ad un livello di consapevolezza il continuum esistente tra il vissuto ed il senso attribuito al momento presente, con vissuti appartenenti ad episodi del passato.

Il metodo che ne deriva: il metodo *osservazione della relazione*

La relazione analitica è una possibilità: quella di sperimentare una relazione dove sia possibile essere ed esprimersi per come si è, senza doversi nascondere dietro un ruolo, un compito. Forse può diventare possibile essere aiutati e aiutarsi a intuire che la vita è apertura, nonostante lo sforzo e la fatica che questo comporta: la relazione in ambito terapeutico è caratterizzata dall'essere meta interattiva. Il terapeuta è con tutto se stesso all'interno della interazione quindi *non è una meta interattiva a senso unico*. Questo è il punto più delicato su cui spesso arrivavamo a discutere.

Minolli spesso mi diceva: 'si capisce che sei proprio un cognitivista: tu cognitivizzi troppo le emozioni, falle fluire'.

Questo il suo invito alla riflessione sul metodo terapeutico: un ascolto che permetta all'Io-soggetto di giungere a far emergere i nuclei fondanti, senza che il terapeuta possa incidere ridefinendo dall'esterno il suo mondo interno.

La posizione data alla relazione

Fare terapia tenendo conto dei vincoli imposti dall'autonomia del vivente costruendo una relazione rispettosa della soggettività, ineludibile nella sua complessità.

Noi terapeuti siamo *perturbatori strategicamente orientati*, mi diceva Vittorio Guidano. Io preferisco dire *perturbatore processualmente orientato*. L'unica possibilità che noi terapeuti abbiamo è quella di provare a generare una relazione che permetta a chi ci richiede aiuto di catalizzare un processo di esplorazione del proprio sé, facendo emergere le personali resilienze attraverso l'analisi della storia individuale e delle memorie alla base dell'assetto personologico individuale. Guidano e Minolli, o semplicemente Vittorio e Michele, questo hanno provato ad insegnarmi:

l'essere un terapeuta rispettoso della soggettività nel rispetto della coerenza individuale.

La mia passione per la terapia di coppia, anzi come suggerisce Francesco Dettori (comunicazione personale): la 'terapia *in coppia*', scaturisce dalla profonda attenzione per i processi relazionali, caratteristica fondante del modello cognitivo costruttivista post razionalista. Ho respirato negli scritti di Minolli il tema della coppia, sia nel libro scritto con Romina Coin (Minolli & Coin, 2007), sia nel suo ultimo: *Che aspetti ad andartene* (Minolli, 2016), dal titolo irridente e provocatorio come lui era. Fui invitato alla presentazione nella sede di Roma di questa sua ultima opera e discutemmo come spesso ci accadeva su un punto: Michele sosteneva che una relazione significativa nel momento in cui finisce rappresenta la perdita di una possibilità evolutiva individuale, mentre io sostenevo che anzi potesse rappresentare un momento di evoluzione. Nei giorni a seguire mi resi conto che in fondo sostenevamo la stessa attenzione per i processi evolutivi in situazioni di crisi, ma mi accorsi che lui era ancora una volta avanti, esprimendo con grande incisività la generatività dei processi di reciprocità emotiva esistenti nelle relazioni amorose.

Michele Minolli ha attraversato i suoi tempi, favorendo un nuovo sviluppo della psicoanalisi, portando alle estreme conseguenze i temi della soggettività e della relazione, che è massima espressione dell'ineludibile chiusura organizzazionale del vivente, un percorso che è avvenuto in altri campi e parallelamente anche nel mondo cognitivista. Michele ha sviluppato il suo progetto che aveva già delineato nell'articolo del 1990 (in apertura di questo stesso numero) con grande incisività e sensibilità scientifica, come solo coloro che coniugano ad una grande capacità nello studio anche un'importante esperienza clinica.

In conclusione voglio accennare al nostro ultimo incontro avvenuto nel novembre 2019 presso la sede SIPRe (Società Italiana di Psicoanalisi della Relazione) di Milano.

Quel giorno ho ascoltato una sua relazione di incredibile interesse e profondità. Abbiamo avuto il tempo di una breve chiacchierata e lui, salutandomi, ha saputo ancora una volta sorprendermi con una semplice frase, riuscendo a capovolgere la visione di un mio momento buio, nel modo in cui solo lui sapeva e poteva fare.

Ciao Michele.

BIBLIOGRAFIA

- Guidano, V. F. (1988). *La complessità del sé*. Torino: Bollati Boringhieri.
- Guidano, V. F. (1992). *Il sé nel suo divenire. Verso una terapia cognitiva post-razionalista*. Torino: Bollati Boringhieri.
- Guidano, V. F., Liotti, G. (1983). *Cognitive Process and Emotional Disorders*. NY, New York: Guilford Press.

-
- Mahoney, M. J. (1980). *Psychotherapy Process*. NY, New York: Plenum Press.
- Minolli, M. (1990). Lo specifico del metodo psicanalitico. *Ricerca Psicanalitica*, 1(1), 23-38.
- Minolli, M. (2009). *Psicoanalisi della Relazione*. Milano: Franco Angeli.
- Minolli, M. (2016). *Che aspetti ad andartene? L'amore nella cultura iper-moderna*. Roma: Alpes.
- Minolli, M., Coin, R. (2007). *Amarsi amando*. Roma: Borla.
- Tronick, E. (2009). *La costruzione multilivello del significato e l'espansione diradica del modello della coscienza*. In: Foscha, D., Siegel, D. J., Solomon, M.F. (eds). It. Transl. *Attraversare le emozioni*. Milano: Mimesis Edizioni.

Conflitto di interessi: l'autore dichiara che non vi sono potenziali conflitti di interessi.

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto per la pubblicazione: 28 settembre 2020.

Accettato per la pubblicazione: 9 novembre 2020.

©Copyright: the Author(s), 2020

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2020; XXXI:383

doi:10.4081/rp.2020.383

This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License (by-nc 4.0) which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.

