

## IL “METALOGO”: UNA PROPOSTA *ALTRA* DI DIALOGO

Pasquale Busso\*

\* psicologo, psicoterapeuta sistemico, docente presso IUSTO (Istituto Universitario Salesiano di Torino), Direttore del Centro Studi Eteropoiesi, Istituto di formazione in psicoterapia sistemica di Torino.

### RIASSUNTO

In questo articolo, a partire dalla definizione di ‘metalogo’ proposta da Bateson, si andrà ad arricchire sia il concetto sia la metodologia di una conversazione che cerca di comporre insieme, da un lato, il dialogo tra i soggetti conversanti, dall’altro, il dialogo tra il soggetto conversante e le sue parti e, infine, il dialogo tra soggetti conversanti e la dimensione ‘meta’. La naturale conseguenza di questo processo si traduce nella messa in discussione dei processi attributivi, che stanno alla base delle rigidità della persona. Fondamentale in questo lavoro diventa la capacità di creare le condizioni che consentano di sperimentare il cambiamento personale a partire dalla dimensione ‘meta’.

Da ultimo si illustrano i risultati emersi attraverso una ricerca-azione con un gruppo di formazione che ha sperimentato la metodologia ‘metalogo’ per raggiungere obiettivi di cambiamento personale.

### ABSTRACT

Starting from the definition of 'metalogue' proposed by Bateson, I will enrich both the concept and the methodology of a conversation aimed to compose together the dialogue between the conversant subjects as well as the dialogue between the conversational subject and its inner world and, finally, the dialogue between conversational subjects and the 'meta' dimension. The natural consequence of this conversational process translates into the questioning of the attributive processes underlying the subject's inflexibility. In this work becomes crucial the ability to create the framework which allows to experience a personal change starting from the 'meta' dimension.

Finally, are described the results emerged through a research-action with a training group that has experimented the 'metalogue' methodology to achieve personal change goals.

**KEYWORDS:** Dialogo, Metalogo, Formazione in psicoterapia, Processi attributivi, Risonanza, Riconoscimento.

### INTRODUZIONE

Sono debitore della parola ‘metalogo’ a Gregory Bateson (1976), che ne propone una definizione in *Verso un’ecologia della mente*, ma contemporaneamente sono debitore a molti autori, che si sono occupati di linguaggio approfondendone concetti e problemi connessi al metalogo, pur non usandone mai il termine, come Gadamer (1960), Heidegger (1959), Ricoeur

Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

(1990). E ovviamente a Jakko Seikkula (2014) per il concetto di *open dialogue*, dove dialogo, abbinato all'aggettivo *open*, mette in primo piano l'ascolto, come condizione non negoziabile per costruire un progetto condiviso di cambiamento.

In questo articolo esporrò i risultati di una ricerca sulla metodologia conversativa, che si è sviluppata in fasi successive e per gradi a partire dagli anni '90. Essa si è man mano arricchita perseguendo l'obiettivo di comporre insieme, da un lato, il dialogo aperto tra i soggetti conversanti (dimensione relazionale), dall'altro, il dialogo tra il soggetto conversante e la sue parti (dimensione interna), e infine il dialogo aperto alla dimensione 'meta'.

## SINTESI DEL PERCORSO

Inizialmente il contesto in cui questa ricerca si è sviluppata è la formazione alla psicoterapia, specificamente nell'ambito della formazione personale, dove l'obiettivo da raggiungere veniva individuato nell'abilità del trainer a gestire le proprie risonanze (Elkaim, 2010), per evitare che esse diventino rumore così assordante da impedire l'ascolto dell'altro. Trattandosi di una formazione sistemica, l'area di lavoro era la famiglia di origine come contesto di apprendimento delle abilità relazionali e conversative di ogni soggetto. Lo strumento non poteva che essere la conversazione, ovviamente non qualsiasi conversazione, ma un dialogo aperto a più dimensioni e a più livelli. "Abbiamo pensato quindi ad uno strumento che consentisse di lavorare contemporaneamente su narrazione ed emotività, su relazione ed identità. Uno strumento che consentisse di lavorare sulle connessioni o sulle distinzioni tra i vari livelli del mondo del senso: la parola, l'azione, l'emozione e la sensazione" (Busso, Stradoni, 2007, p. 87).

In questa luce, "il gruppo 'metalogo' ha come primo obiettivo di fare emergere a coscienza i primi due livelli del mondo del senso, affinché il soggetto possa cogliere la connessione tra la qualità della sua esperienza e il modo più o meno armonico di correlare da un lato parola, azione, emozione e sensazione nella dimensione interna, dall'altro parola, azione e relazione nella dimensione conversazionale. E, da ultimo, diventare consapevole di come entrambi questi livelli si intrecciano, limitandosi o arricchendosi. Partendo da un suggerimento di Bateson (1976), che intendeva il 'metalogo' come una conversazione che "dovrebbe essere tale da rendere rilevanti non solo gli interventi dei partecipanti, ma la struttura stessa dell'intero dibattito" (p. 33), noi abbiamo inteso ampliare al massimo il concetto di struttura, non limitandolo soltanto al livello della relazione uomo-uomo nel gruppo, ma estendendolo alla complessità della relazione uomo-se stesso e al tempo stesso alla relazione tra queste due relazioni" (Busso, Stradoni, 2007, p. 87). Epistemologicamente la relazione tra due relazioni rappresenta il livello 'meta'. Rimaneva da esplorare come farne esperienza.

Nella sua fase di avvio "il gruppo 'metalogo' si struttura intorno e contemporaneamente allo svilupparsi di narrazioni biografiche. Esse possono avere per oggetto la propria famiglia di origine, la famiglia che uno si è costruito o intende costruirsi, oppure la professione che si vuole realizzare in relazione al contesto o ai contesti organizzativi e istituzionali nei quali si intende o ci si trova a realizzarla. Le linee guida si strutturano sul principio che il mondo del senso è un'area sacra, non violabile, della quale è responsabile la persona, anche se il senso dell'esperienza si sviluppa nella rete relazionale alla quale la persona

Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

partecipa e non può non esserne condizionata.” (Busso, Stradoni, 2007, p. 87)

Si trattava innanzi tutto di aiutare i partecipanti a rinarrare la propria storia, prendendo coscienza del ruolo che la trama ha nell’arricchire o nel limitare l’utilizzo delle risorse personali. È ovvio che il vivere in un ruolo di vittima può penalizzare il soggetto nel suo progetto di vita. Inoltre, veniva offerta l’occasione di esplorare nuove trame per consentire al soggetto di valorizzare le risorse penalizzate dalla trama di partenza attraverso proiezioni nel futuro fondate su stati emotivi vissuti come positivi dal soggetto.

Altro importante ambito di lavoro riguardava i processi attributivi, che sono alla base del processo di identificazione di un soggetto. “Partendo dal presupposto che l’io è un analogo, una “metafora che abbiamo di noi stessi, che può «aggirarsi» vicariamente nella nostra «immaginazione», «facendo» cose che non facciamo realmente” (Jaynes, 1984, p. 87), il ‘metalogo’ si propone di lavorare sui processi identitari, che hanno un ruolo centrale nell’organizzazione dell’esperienza di una persona. In particolare i processi attributivi ci consentono di esplorare in che modo capacità, proprietà, doti, attitudini, diritti, doveri vengono attribuiti alla persona” (Busso, Stradoni, 2007, p. 88).

### EVOLUZIONI DEL GRUPPO ‘METALOGO’

“Le riflessioni sul post-modernismo (Papadopoulos, Byng-Hall, 1999) hanno portato ad un progressivo mutamento delle modalità di condurre la conversazione ‘metalogo’. Il focus del conduttore non è più soltanto sull’io narratore, ma anche sul dialogo tra le tre polarità su cui si fonda l’identità della persona: corporeità, relazione e dimensione estetica (Ricoeur, 1993). Di conseguenza, la conversazione ‘metalogo’ da strumento di conduzione di gruppo può divenire metodo di conversazione ogni volta che, anche a livello individuale, è importante lavorare sugli intrecci tra corpo, relazione e dimensione estetica (Busso, Stradoni, 2007, p. 89). Contemporaneamente ci siamo accorti che, analizzando a livello metodologico i ‘metaloghi’ di Bateson, egli faceva un lavoro di destrutturazione, mutamenti di cornice, correlazioni, riconessioni all’esperienza, accrescimento della confusione e ripartenze... Elenco di operazioni non esaustivo, che si svolgeva a più livelli:

- a livello del linguaggio, come quando si lavora per una connotazione alternativa (Busso, Stradoni, 1990),
- a livello di relazione tra i partecipanti al ‘metalogo’, dove la collaborazione di padre e figlia di fronte al compito prevale sulla complementarità generazionale, consentendo in tal modo alla figlia di essere un soggetto protagonista, non un bambino da indottrinare,
- a livello corporeo emotivo, dove gli oggetti non sono solo cose, ma anche simboli e
- a livello corporeo delle sensazioni dove ogni soggetto sperimenta l’alterità nella soggettività (Busso, 2016).

Ognuno di questi livelli merita un momento di attenzione. Il lavoro sul linguaggio implica che all’interno del gruppo metalogo emergano curiosità attraverso domande che cerchino correlazioni tra il dato esperienziale e un livello altro, che appare escluso dall’orizzonte in cui la conversazione inizia (Busso, 2004). Curiosità su ciò che il linguaggio nasconde o cancella dall’esperienza, su ciò che il linguaggio generalizza trasformando un evento in una regola o in una

Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

legge, su ciò che il linguaggio deforma proponendo un'unica possibilità di correlazione laddove ne esistono molte (Bandler, Grinder, 1975, Busso, Stradoni, 1990).

Il lavoro sul livello relazionale merita una particolare attenzione. Perché si possa parlare di 'metalogo' occorre che si realizzi una particolare struttura relazionale, nella quale il livello *altro* faccia da guida rispetto ai partecipanti al dialogo. Gadamer (1960) parla di conversazione nella quale il linguaggio utilizza i partecipanti per esprimersi. Heidegger (1959) titola una sua opera *In cammino verso il linguaggio*, dove propone un dialogo nel quale il linguaggio si manifesta attraverso i conversanti. Bateson (1976) definisce questa posizione come umiltà, ovvero come capacità di ognuno dei conversanti di muoversi nel rispetto del 'Potere più grande', del livello estetico e creativo. Solo se si realizza questa struttura relazionale di complementarietà rispetto a questo livello di alterità (che si sperimenta come 'meta'), ogni partecipante viene rispettato come soggetto. Anche una persona socialmente incapace a risolvere un suo problema può diventare un protagonista.

Il lavoro a livello corporeo, dove il corpo viene considerato come una parte di sé e contemporaneamente come altro (Ricoeur, 1990). Altro non oggetto, ma soggetto attivo e propositivo. Il corpo come soggetto dialogante, alla condizione che si utilizzi una struttura di dialogo, dove un soggetto (il corpo) si esprime attraverso una comunicazione analogica soltanto e l'altro (l'io consapevole) anche in digitale. Tipicamente un sintomo gode di una sua autonomia dal soggetto in cui si manifesta. Simbolicamente è un interlocutore, a cui non si può imporre tutto ciò che si vuole. Perché qualcosa si modifichi, occorre trovare il modo per cooperare, quindi per dialogare. Le emozioni e le sensazioni costituiscono lo strumento attraverso il quale la parte *altra* del sé si manifesta e si può esprimere, solo che ci si accordi su di un codice, che consenta a questa parte di poter prendere posizione di fronte a scelte relazionali.

A dire il vero, come ci è stato fatto notare, questo modo di considerare il 'metalogo' va oltre ad una semplice lettura dei 'metaloghi' di Bateson, dove l'aspetto simbolico non viene teoricamente approfondito. Dal nostro punto di vista, tuttavia, non ci sembra disarmonica con tutto il suo pensiero. Possiamo riprendere alcuni concetti importanti del lavoro *La cibernetica dell'io e la teoria dell'alcoolismo* (1976). Bateson sottolinea come sia importante accorgersi che vi è un salto di classe a livello logico tra queste due frasi: "corro", e "sono un corridore". Si passa da un'azione compiuta da un soggetto ad una caratteristica del soggetto stesso. Con questo salto si entra nel mondo del simbolo, dove una coperta non è la coperta di Linus. Dove il 'Potere più grande' non è un concetto astratto, ma un interlocutore, che mi chiede di prendere posizione, di accettare l'asimmetria della parte rispetto al tutto. Asimmetria costituzionale: "tu sei un alcoolista e lo sarai per sempre" e asimmetria relazionale, che si traduce nella 'resa'. Per non essere frainteso Bateson parla esplicitamente di umiltà.

Quando si entra nel campo delle caratteristiche personali il soggetto può trovarsi a sperimentare l'impossibilità del cambiamento: "tu sei un alcoolista e lo sarai per sempre", che costringe il soggetto a prendere atto di non avere potere su tutta la sua esperienza, poiché è semplicemente 'parte di'.. E questo comporta un cambiamento a livello identitario, di come l'io si rapporta con la realtà. Egli deve fare esperienza, e nel gruppo 'metalogo' si fa esperienza di che cosa significhi mettersi in rapporto con il 'potere più grande'. E ciò su due piani diversi ma

Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

complementari: quello della storia e quello del 'qui ed ora'. "La storia ci fornisce, tra le altre cose, la trama narrativa di ciò che è permesso e di ciò che è proibito (Ugazio, 1998). Il 'qui ed ora' ci consente di individuare la sequenza dei processi che sorreggono nel presente la struttura identitaria. Tale lavoro viene chiamato conversazione 'metalogo' (Busso, De Peri, Stradoni, 1993), poiché il soggetto viene guidato ad assumere una posizione 'meta', distaccata e curiosa, disincantata e attenta, fredda e amorevole sia nei confronti dei processi che sorreggono l'io, sia nei confronti della storia della sua famiglia" (Busso, 2004, p. 87).

Su questo punto si rileva una profonda convergenza tra il pensiero batesoniano e un'area del mondo mitologico e delle favole. In specifico per noi è stato molto utile la favola di Vassilissa (Pinkola Estes, 1992). In essa noi abbiamo ricavato gli spunti fondamentali per mettere a fuoco la metodologia del 'metalogo' e per arricchirla rispetto alla proposta batesoniana.

Se dovessimo pensare il 'metalogo' come un percorso condiviso di apprendimento, dovremmo innanzi tutto dedicare del tempo a imparare come ricercare e stabilire un rapporto simbolico con il 'Potere più grande'. In questo primo passo i partecipanti devono imparare a sintonizzarsi sul livello del desiderio, divenire in grado di ascoltarlo (Varela e coll., 1991). La finalità cosciente deve imparare a muoversi ascoltando le indicazioni della parte *altra*. Appresa una modalità relazionale, solo attraverso il suo accudimento (la favola parla della necessità di nutrire la relazione con la bambola numinosa), essa deve diventare una relazione di amicizia, che richiede tempo, impegno e dialogo. Nel dialogo soltanto si realizza il reciproco riconoscimento, dove la fragilità della 'parte' non diminuisce la sua dignità.

La prova del mostro, la Baba Jaga, diviene il confronto con il principio di realtà, confronto indispensabile per non confondere il mondo simbolico con l'illusione. In questo confronto la relazione di amicizia con il numinoso (la dimensione 'meta') mostra la sua forza attraverso la fierezza di chiedere aiuto in una situazione di fragilità o di inferiorità. Vassilissa riconosce la sua incapacità a conquistarsi il fuoco, ma non si umilia. Di fronte alla strega che la tratta in modo sprezzante: "Che cosa ti fa dire che io ti dia il fuoco", la ragazza risponde come la bambola le suggerisce: "Perché chiedo". Risposta sorprendente, che ha come implicito la consapevolezza di essere un soggetto con una propria dignità (Busso, 2004). Il valore di una persona non sta in qualcosa di esterno, come il ruolo, la ricchezza, il potere, ma nella consapevolezza di 'essere parte di', che sviluppa tutte le sue potenzialità nella misura in cui è efficacemente connessa con il sistema. Umiltà e fierezza vanno a braccetto in questa risposta, resa possibile nella solidità del rapporto con il 'Potere più grande' rappresentato nella favola dalla bambola donatale dalla madre morente.

Superata la prova del principio di realtà, il percorso prevede tre prove verso la libertà o verso l'autonomia. La prima riguarda il modo come si affronta il dispotismo delle emozioni. La seconda si dipana nella difficoltà di discernere la differenza tra il bene e il male, senza ricorrere a criteri ereditati dalla tradizione. La terza concerne il raggiungimento della capacità di arrestarsi di fronte al mistero. In tutte le prove il soggetto può uscirne vincente solo se si affida al numinoso, ovvero ad un livello 'meta'.

Con la morte sulle spalle si possono affrontare più agilmente le difficoltà della vita. In specifico le trappole dei legami famigliari. La metafora della morte

Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

sulle spalle significa, se si accoglie il suggerimento di Castaneda (1973), perdere la propria storia, muoversi liberi dagli apprendimenti su cui si è costruita la propria identità. O per utilizzare un concetto batesoniano, raggiungere un apprendimento di terzo livello, dove l'io non rappresenta il perno delle nostre scelte, o dove il soggetto si muove riscoprendo la purezza del desiderio (Varela e coll., 1991). Mentre gli apprendimenti di secondo livello godono della caratteristica della stabilità, quelli del terzo livello godono della caratteristica dell'impermanenza, della sorpresa, della gratuità, delle cose che non hanno prezzo (Ricoeur, 2004).

Dialogo e riconoscimento risultano strettamente intrecciati, poiché il dialogo aperto è lo strumento fondamentale e indispensabile perché il reciproco riconoscimento abbia compimento, là dove si tratta di cose che non hanno prezzo, ovvero di soggetti, di persone. Il riconoscimento si realizza in una sequenza, dove il soggetto A coglie in una prospettiva altra, innovativa, valorizzante il modo con cui B propone il suo problema. E nel contempo A ringrazia B per il dono di averlo fatto entrare nel mondo della sua intimità, della sua identità. In questa sequenza il dono che A fa a B simbolicamente viene colto come dono di B ad A per la fiducia che gli viene accordata. A e B si riconoscono in tal modo soggetti degni. La dignità di entrambi emerge dalla capacità di ognuno di accogliere l'*altro*, il problema, il sintomo, come interlocutore e contemporaneamente come soggetti facenti parte dell'unità del sistema.

#### ESEMPIO DI CONVERSAZIONE 'METALOGO'

Veniamo ad illustrare con un esempio una conversazione in un gruppo 'metalogo'. Uno dei partecipanti al gruppo presenta sinteticamente una propria difficoltà a livello professionale. Nel caso la difficoltà sia costituita da una risonanza, l'attenzione viene portata sui processi di senso sollecitati dal contatto con i pazienti in terapia. Dopo una breve contestualizzazione del problema, l'allievo viene invitato a individuare il momento nel quale ha iniziato a provare disagio. Dopo averlo individuato, non lo deve necessariamente descrivere. È fondamentale invece che lo riviva nei particolari in modo da poter prendere consapevolezza della sua esperienza da una posizione di chi sta vivendo, non di chi sta riflettendo. Rivivendo un'esperienza diviene facile rendersi conto della parte del corpo che si fa carico di esprimere il disagio e del tipo di relazione che il soggetto intrattiene con essa. Può con facilità prendere atto se subisce il malessere o se tenta di disfarsene o se cerca di dominarlo. Se la risonanza crea difficoltà è ovvio che la relazione tra soggetto e parte che manifesta il disagio non è cooperativa. Al soggetto tocca decidere se possa essere interessante trattare la parte che procura disagio come un soggetto, non come una cosa di cui sbarazzarsi. Naturalmente occorre affrontare le difficoltà per entrare nel mondo simbolico. Si diventa adulti per lo più sbarazzandosi dei giocattoli e del loro mondo simbolico. In situazioni come queste occorre riscoprire la proprie capacità di giocare con i simboli. Nulla vieta di parlare con la parte che provoca disagio e fargli delle domande, allo stesso modo come si parla con una bambola o con un avatar.

Contemporaneamente non si deve abbandonare il contatto con il principio di realtà, come era permesso quando si era bambini. Ora ci troviamo di fronte ad una parte che si esprime con lo strumento analogico del disagio. Esso può

Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

significare molte cose. Mentre da bambini ci si permetteva di attribuirgli un senso, manipolando il giocattolo a piacimento, ora da adulti non possiamo ingannarci, riutilizzando la stessa strategia relazionale. Per trattare la parte come un soggetto dobbiamo tenere conto delle sue risposte, dobbiamo considerarle come indispensabili per un discorso condiviso, per un dialogo. Molte sono le modalità possibili. Iniziamo con illustrare quella utilizzata nel caso di cui stiamo parlando.

“Mettiti in contatto con la parte del corpo che manifesta il disagio, orienta la tua attenzione principalmente su quella parte... Che cosa succede: il disagio diminuisce, cresce o resta uguale?”

“Cresce...”

“Molto bene, ringrazia questa parte, non per lo strumento che usa per farsi viva, il disagio, ma per il fatto che ti manda un messaggio, anche se non è chiaro che cosa voglia comunicarti. Comunque grazie, ... ma visto che a te lo strumento usato non piace, domandagli se può fare qualche variazione o anche cambiare del tutto... Dopo avergli detto questo, attendi una risposta. Qualsiasi cosa cambi a livello corporeo, me lo comunichi...”

“E’ diminuito...”

“Ok! Ringrazia la parte... e proponile di guidarti a ricercare la fonte delle risorse, che ti consentano di trovare una strada per uscire dal problema. Dopodiché attendi e mi comunichi che cosa cambia”.

“Il disagio si è spostato...”

Analoghe sequenze si ripetono fino a che al posto del disagio, il soggetto esperisce benessere. A questo punto si invita il soggetto a godere di questa esperienza per qualche momento, fino a prendere consapevolezza che essa impregna ogni parte del corpo. Ora è possibile ripercorrere a ritroso tutto il percorso costituito dalla catena di disagi, in particolare quelli associati a eventuali ricordi di vita passata. Al termine il soggetto deve essere in grado di rivivere la situazione problema in modo diverso. Questa è la prova sul campo, il confronto con il principio di realtà, nel momento in cui le risorse ricavate alla fonte del benessere vengono utilizzate nella situazione problematica di partenza. Esse si rivelano adeguate nella misura in cui forniscono la posizione emotiva ‘meta’, che predispone il soggetto all’ascolto in sostituzione del turbamento. Se il disagio scompare, il dialogo può aprirsi, può spaziare su tutti i livelli interessati dal problema.

Il lavoro nel gruppo ‘metalogo’ prosegue, dedicando del tempo alle risonanze degli altri partecipanti e a scambi di reciproco riconoscimento. In questa fase c’è l’opportunità per ogni partecipante di esprimere il suo modo altro di cogliere chi si è esposto, di regalare agli altri il frutto del suo dialogo con le risorse ‘meta’, e di ricevere a sua volta il riconoscimento, dono di questa dignità fragile. Proprio perché tutto si svolge in questa atmosfera di impermanenza, la partecipazione in gruppo al fluire del momento creativo può costituire un’esperienza ‘altra’, da cui



Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

iniziare la svolta della propria vita. Superata la prima prova della strega, come Vassilissa (Pinkola Estés, 1992), ogni partecipante può scegliere di continuare a lavorare alla ricerca della differenziazione, dell'autonomia e della libertà. Può continuare a farlo nei modi e nei tempi da lui scelti.

### QUALI SONO GLI INDIZI CHE IL GRUPPO 'METALOGO' UTILIZZA EFFICACEMENTE LA POSIZIONE 'META'?

Possiamo iniziare dal constatare che la cornice dell'oggettività non rimane la cornice esclusiva o la più importante all'interno della quale i soggetti si muovono. A mano a mano che il mondo simbolico si fa attivo, prende spazio, ciò che appariva inconciliabile può divenire complementare. Questo cambiamento tuttavia non viene raggiunto sotto la guida dell'intenzionalità dei soggetti. Si presenta come sorpresa, come qualcosa di inaspettato. L'intenzionalità è attiva nel preparare le condizioni, ma non nel pilotare il risultato. Come dice il poeta Stephan George nella poesia *Das wort* il soggetto lavora per far emergere al confine della consapevolezza *meraviglia o sogno*, ma deve attendere fino a che la *grigia norma* (la vena creativa) non trovi il nome di questa realtà alla sua fonte (Heidegger, 1959).

Altro indizio è il lavoro sui processi attributivi. La nostra identità è in parte costituita da dati oggettivabili, che ognuno di noi scopre a mano a mano che prende consapevolezza di 'essere gettato nel mondo', se usiamo una metafora esistenzialista. Una parte altrettanto importante della nostra identità è costituita da tutte quelle capacità o incapacità che le persone intorno a noi ci attribuiscono e che noi ci attribuiamo (Stern, 1998). Lavorare sui processi attributivi significa prendere atto di avere dei sintomi e non per questo di essere anormale o, al contrario, di avere molto successo e non per questo di essere invincibile.

La dimensione 'meta' si manifesta attraverso il non verbale. Il non verbale è il segnale attraverso cui 'la fonte del benessere' manifesta la sua presenza sia al soggetto interessato sia a chi partecipa a questo evento. Tuttavia ci si muove in un mondo imprevedibile, in un ambito nel quale non possiamo dare per scontato il significato di un segnale non verbale. Si può ipotizzare che il soggetto è in contatto con la dimensione 'meta', quando ciò che viene rilevato dal soggetto corrisponde alle rilevazioni dall'esterno. Fino a quando queste convergenze non sono ridondanti e non ci sono riscontri concreti nella vita del soggetto, la dimensione 'meta' è semplicemente un'aspirazione.

Un ultimo indizio possiamo cercarlo in ciò che il soggetto e/o il gruppo elabora intorno alla percezione di un problema. Una storiella cinese illustra efficacemente ciò che desideriamo dire. Il figlio di un contadino benestante, mentre si trovava in viaggio si imbatte in dieci cavalli allo stato brado. Riesce a catturarli e, felice, li porta a casa. I vicini, appresa la notizia si congratulano con il contadino per la fortuna che lo accompagna. Il contadino di rimando: "Sarà un bene? Sarà un male? Non lo so. Si vedrà".

Nei giorni seguenti il figlio incomincia a domare i cavalli trovati, ma, disarcionato, si rompe una gamba. I vicini fanno visita al padre e cercano di consolarlo per la sfortuna, che li ha colpiti. Anche questa volta egli replica: "Sarà un bene? Sarà un male? Non lo so. Si vedrà".

Qualche tempo dopo scoppia la guerra e i giovani del paese vengono precettati alla leva. Il figlio del contadino viene esentato a causa del suo



Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

infortunio. “Stavolta non puoi dire di non essere fortunato” commentano i vicini di casa. Tuttavia anche questa volta il padre replica: “Sarà un bene? Sarà un male? Non lo so. Si vedrà”.

La storiella può continuare all'infinito, come l'alternarsi di avversità e fortuna nella vita delle persone. Fino a quando ci si accorge che ogni medaglia ha sempre due facce o che un universo può rivelarsi un pluriverso.

Per ultimo possiamo dare uno sguardo a che cosa viene rilevato come cambiamento personale nel percorso di formazione. Sia a livello personale sia a livello emotivo vengono dichiarati i seguenti cambiamenti:

- la gestione delle risonanze emotive. Per tutti il gruppo ‘metalogo’ si è rivelato un momento importante per fare esperienza sul modo di gestire efficacemente le proprie risonanze attivate dalla narrazione o dalle osservazioni degli altri. In specifico, hanno potuto apprendere a “distinguere i contenuti del racconto dalla cornice emotiva personale intrisa della propria storia e dei propri valori personali” (Busso, 2014, p. 58).

- la pratica della posizione ‘meta’. “La posizione ‘meta’ risulta fondamentale in quanto “permette di sperimentare contemporaneamente benessere e disagio senza uscirne travolti” e di rimanere " in attesa, fino a che la contraddizione non si risolve". Raggiungere la posizione ‘meta’ non è assolutamente scontato, anche se si eseguono esattamente i passi che, in precedenza, hanno portato a raggiungere ed usufruire delle risorse necessarie per uscire da un'impasse. La posizione ‘meta’ richiede di acquisire una posizione particolarmente corretta nei confronti del ‘Potere più grande’ (Bateson, 1976). Da un lato il ‘Potere più grande’ ha da essere percepito “come personale e intimamente legato a ciascuno” (p. 366). Dall'altro tale relazione può essere definita “nel modo migliore con le parole ‘è parte di’.” (p.368) Il che si traduce in un rapporto di umiltà” (Busso, 2014, p. 59).

- la ristrutturazione delle relazioni familiari. “Qualunque sia il tema su cui si lavora, il ‘metalogo’ offre la possibilità “di evidenziare le ridondanze relazionali, ossia il ripetersi di determinati comportamenti instauratisi all'interno del proprio sistema familiare, spesso in modo inconsapevole sotto forma di regole implicite”. Il lavoro successivo consente di utilizzare le ridondanze per “formulare delle ipotesi di senso agli eventi accaduti, ponendosi domande che producono altre domande che stimolano nuove idee. Ho potuto sperimentare un processo conoscitivo che, ad ogni piccolo passo, concede la possibilità di intravedere la circolarità di un modello il quale connette tentando di descrivere i particolari di quello che osservavo nel mio stesso racconto” (Busso, 2014, p. 61). Tutto questo per trovare il modo di riposizionarsi nei confronti dei familiari, utilizzando risorse della posizione ‘meta’. Permettersi questo riposizionamento consente di riconoscersi, di sentirsi riconosciuti nel proprio processo di cambiamento e di riconoscere le proprie figure affettivamente significative con la giusta distanza” (Busso, 2014, p. 62).

- il dialogo con le parti analogiche. “Per qualcuno, l'esperienza del ‘metalogo’ ha consentito “l'incontro con una parte interiore che non sapevo esistesse ma che, inconsapevolmente, speravo di possedere”. In questo caso si apre un percorso pieno di incognite e/o sorprese, con le difficoltà tipiche di persone che non condividono totalmente valori e obiettivi. Per altri il ‘metalogo’ è stata l'occasione per aprire una trattativa con una parte con cui si era in guerra più o meno aperta. Apertura o ripresa di un dialogo non significa automaticamente

Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

decidere di fare del dialogo uno stile di vita. Per molti partecipanti il dialogo con le parti è cambiato in qualità: da esperienza occasionale a strumento del quotidiano per muoversi nella complessità della vita. “Più volte nei mesi successivi, ho incontrato quella parte di me profonda, ferita ed integrata contemporaneamente, il cui respiro sereno è, insieme, pianto silenzioso, peso e liberazione, paura e speranza. Un esercizio di più profondo riconoscimento ed insieme riconoscenza verso di sé, interamente, in un livello in cui gli strappi e i bivi si incontrano per un tempo prezioso, anche quando a volte nel quotidiano riprendono le loro strade. In particolare ho ritrovato delle forti risonanze in alcuni viaggi di ritorno dopo giornate di lavoro faticose ed intense, in cui il carico emotivo era stato così forte da sentire l'esigenza di ascoltare quel respiro nel pianto, anzi l'esigenza di non riuscire più a respirare; l'incontro avvenuto nel 'metalogo' mi ha aiutata a riconoscere in un'esigenza così assurda lo stesso interlocutore, che chiedeva di essere ancora ascoltato. E riconoscendolo come legittimo compagno di viaggio, è stato possibile scavare ancora un po' più in fondo, ma anche proseguire ricercando un equilibrio” (Busso, 2014, p. 62).

Le considerazioni testuali dei partecipanti al corso di formazione sono state messe per iscritto da ognuno di loro separatamente, presentate alla discussione di gruppo e riformulate in relazione a integrazioni e/o risonanze alternative o complementari. Il risultato è stato composto in uno scritto, dove è rintracciabile il lavoro dei singoli e il lavoro del gruppo. La considerazione finale è che questa metodologia possa essere applicata sia con i gruppi sia con gli individui, sia in un contesto formativo sia in un contesto clinico. Il lavoro di gruppo contiene una grande quantità di sollecitazioni non sempre accettabili dai partecipanti senza un'elaborazione adeguata. Il lavoro con un singolo consente di aprire porte di intimità, che il gruppo può ostacolare.

## BIBLIOGRAFIA

- [1] Bandler R., Grinder J. (1975), *La struttura della magia*, Astrolabio, Roma.
- [2] Bateson G. (1976), *Verso un'ecologia della mente*, Adelphi, Milano.
- [3] Busso P. (2016), *Il dialogo con l'altro. Nel cuore della psicoterapia sistemica della persona*. Libreria Universitaria, Padova.
- [4] Busso P. (2004), *Lotta e cooperazione. Percorsi per un'evoluzione ecologica del conflitto*, Armando, Roma.
- [5] Busso P. (2014), *Metalogo: preliminari per una ricerca*, Caleidoscopio relazionale, n. 4, pp. 56-69
- [6] Busso P., Stradoni P. (1990), *Come comunicare con gli altri*, Sonda, Torino.
- [7] Busso P., Stradoni P. (2007), “*Identità, diversità e gruppo di lavoro*” in *Mediazione Familiare Sistemica*, 5/6, pp. 85-89.

Doi: 10.23823/jps.v2i2.44

- [8] Busso P., De Peri F., Stradoni P. (1993), *Il metalogo: lingua, linguaggi e conoscenza*, Metalogo Edizioni, Milano.
- [9] Castaneda C. (1973), *Viaggio a Ixtlan. Le lezioni di don Juan*, BUR, Milano.
- [10] Elkaim (2010), “*La risonanza nella supervisione e nella formazione*” in Onnis L. (a cura di) *Lo specchio interno. La formazione personale del terapeuta sistemico in una prospettiva europea*, Franco Angeli, Milano.
- [11] Gadamer H. (1960), *Verità e metodo*, Milano 1972.
- [12] Heidegger (1959), *In cammino verso il linguaggio*, Mursia, Milano 1990.
- [13] Jaynes J. (1976), *Il crollo della mente bicamerale e la nascita della coscienza*, Adelphi, Milano 1984.
- [14] Papadopoulos R. K., Bijng-Hall J. (1999), *Voci multiple. La narrazione nella psicoterapia sistemica familiare*, Mondadori, Milano.
- [15] Pinkola Estés C. (1992), *Donne che corrono coi lupi*, Frassinelli, Como 1993.
- [16] Ricoeur P. (1990), *Sé come un altro*, Jaca Book, Milano 1993.
- [17] Ricoeur P. (2004), *Percorsi di riconoscimento*, Cortina, Milano 2005.
- [18] Seikkula J. (2014), *Il dialogo aperto. L'approccio finlandese alle gravi crisi psichiatriche*, Fioriti Editore, Roma.
- [19] Stern D. N. (1998), *Le interazioni madre-bambino nello sviluppo e nella clinica*, Cortina, Milano.
- [20] Ugazio V. (1998), *Storie proibite, storie permesse. Polarità semantiche familiari e psicopatologia*, Bollati Boringhieri, Torino.
- [21] Varela F., Thompson E., Rosch E. (1991), *La via di mezzo della conoscenza*, Feltrinelli, Milano.

<https://www.visioneolistica.it/contadino-saggio-storie-zen/>