

## BRUNO BARA E IL SENSO DELLA COERENZA RELAZIONALE DEL TERAPEUTA COSTRUTTIVISTA

Giorgio Rezzonico<sup>1</sup> e Fabio A.P. Furlani<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Medico e psicologo a orientamento costruttivista, è specialista in Psicologia Medica e specialista FMH in Psichiatria e Psicoterapia. Past President e didatta SITCC, già professore ordinario di Psicologia Clinica e direttore della Scuola di specializzazione in Psichiatria dell'Università di Milano-Bicocca.

<sup>2</sup> Medico e psicoterapeuta cognitivo costruttivista relazionale. Didatta SITCC, è membro del Comitato scientifico del CTC di Como e Milano

### Corrispondenza

E-mail: [fabiofurlanidoc@gmail.com](mailto:fabiofurlanidoc@gmail.com)

### Riassunto

Lo scritto intende approfondire il tema della complessità nel costruttivismo proposto da Bruno Bara.

Cardine centrale dello sviluppo del pensiero dell'Autore è stato l'approccio creativo e geniale alla tematica costruttivista: la sistematizzazione concettuale originale si è orientata nell'ambito clinico, soprattutto nell'approfondimento delle tematiche emotive e corporee del paziente e del ruolo del terapeuta, consentendo di accompagnare il lettore alla scoperta di quelle modalità relazionali che sono il punto cruciale del rapporto psicoterapico. Così la complessità, come ricerca nel pensiero complesso, permette di tendere al pensiero multidimensionale, allargando e non riducendo la conoscenza per consentire ad aspetti anche antinomici della realtà di coabitare. In tale modo si delinea una vera e propria Scienza della Relazione: essa viene letta dall'interno, non da fuori.

Da qui la ricaduta nella didattica, dove l'apprendista terapeuta avrà ad attenderlo un percorso non tanto e solo improntato al saper fare quanto soprattutto al saper essere.

**Parole chiave:** costruttivismo, teoria dei sistemi complessi, relazione terapeutica, didattica

### BRUNO BARA AND THE SENSE OF RELATIONAL COHERENCE OF THE CONSTRUCTIVIST THERAPIST

The paper intends to delve deeper into the theme of complexity in the constructivism proposed by Bruno Bara. The main cornerstone of the development of the Author thought was the creative and ingenious approach to the constructivist theme: the original conceptual systematization was oriented towards the clinical field, especially in the in-depth study of the emotional and bodily issues of the patient and of the role of the therapist, allowing us to accompany the reader in discovering those relational modalities that are the crucial point of the psychotherapeutic relationship. Thus complexity, seen as research into complex thinking, allows us to strive for multidimensional thinking, broadening knowledge instead of reducing it, to allow even antinomic aspects of reality to coexist. In this way a true Science of Relationship is outlined: one that is read from the inside, not from the outside.

**DOI:** 10.36131/COGNCL20240203

RICEVUTO IL 20 AGOSTO 2024, ACCETTATO IL 1 OTTOBRE 2024

Hence the spillover on teaching, where the apprentice therapist will find a path waiting for him that is not so much and only based on knowing how to operate but above all on knowing how to be.

**Key words:** constructivism, complex systems theory, therapeutic relationship, teaching

*La coerenza che ho cercato di mantenere è legata alla esplicita ottica costruttivista, in cui è il soggetto a costruire il suo mondo e sé stesso.*

Bara, 2007, p.13

*Il mio karma è costruttivista, e di tale impostazione questo libro rappresenta il versante clinico.*

Bara, 2018, p.30

Bruno Bara è stato un clinico e uno studioso costruttivista. Ma che costruttivista è Bruno? È nostro intento in questo scritto individuare il suo pensiero nel respiro della teoria dei sistemi complessi, in un viaggio di arricchimento della riflessione cognitivo costruttivista.

Iniziare a rispondere al quesito è semplice, Bruno è stato costruttivista attraverso la sua genialità, e il suo pensiero è avvolto dall'ampiezza di questo respiro.

La genialità di Bruno è stata quella di riportare su un piano altro quella che è la dimensione della creazione di concetti e contenuti, quindi cercare di esplorare la creatività rileggendo e approfondendo tematiche concettuali e cliniche, così da dare loro prospettive differenti, trasferendole in nuove dimensioni. Riusciva a trovare in modo creativo e a volte geniale vie altre, aprendo nuovi spazi.

Pensando al pensiero dialogico (Morin, 2007), se per indole Bruno poteva essere portato alla creazione di dicotomie, che a volte potrebbero sembrare chiudere alla complessità, queste venivano poi sbloccate e complessificate: in certi passaggi sembra di poter sentire la tensione di una lettura bianco o nero e poi, improvvisamente e consapevolmente, il piano viene spostato, il pensiero non è più dicotomico ma si allarga aprendo a scenari inusuali.

Sei mesi dopo la pubblicazione del libro *Scienza Cognitiva* del 1990, parlando con lui mi accorgo che sostiene una argomentazione molto differente da quella espressa nel libro appena pubblicato. Nel momento in cui glielo faccio notare con un certo stupore, lui mi risponde sorridendo tranquillo: "Ma guarda Giorgio che nella vita si cambiano le idee", senza aggiungere alcuna precisazione in merito.

Genialità è scoprire un altro universo e non doverne rendere conto, modo di procedere che esprime inoltre tranquillità interiore.

Riteniamo di poter leggere la complessità nel pensiero di Bruno come una complessità che in partenza si situa a un livello razionale: pensatore intelligente, non resta incastrato nella pura descrizione cognitiva, ma in sottofondo mantiene ampio il tema della complessità, che in lui emerge con l'evidenza di una sistematizzazione concettuale originale, ad esempio accentuando in clinica le dimensioni emotive e corporee del paziente.

Per lui, come per tutti noi, la complessità è la ricerca che viviamo nel pensiero complesso: nel condividere e confrontarci, tendiamo così sempre al pensiero multidimensionale, allargando e mai limitando, ampliando e mai riducendo la conoscenza, "consentendoci la reintroduzione dell'incertezza in una conoscenza che era partita trionfalmente verso la conquista della certezza assoluta. E su questo *assoluto* bisogna davvero farci una croce sopra", per dirla con Morin (2007,

p.33). E *incertezza* fa rima con *non linearità*: ovvero, l'incertezza trova l'inatteso. Tutto ciò appare evidente anche nel nostro approccio (Rezzonico et al., 2010) assieme ad altri approcci differenti ma sensibili al tema.

D'altro canto, gli studi scientifici sulla psicoterapia stanno sempre più mettendo in evidenza l'importanza della dimensione terapeuta-paziente, e questo riporta a quanto dice Bruno quando sostiene che la relazione diventa il punto cruciale del rapporto, nei diversi modi di osservarla.

“In accordo con tutti i metodologi della psicoterapia penso che la relazione fra terapeuta e paziente sia il punto determinante per la buona riuscita di una psicoterapia. In disaccordo con quasi tutti gli studiosi della relazione penso che questa possa essere analizzata scientificamente, spiegata sia nel suo costituirsi in modo valido ed efficace sia nel suo disgregarsi in modo iatrogeno e inefficace.” (Bara, 2018, p.7)

Così inizia la prefazione de *Il terapeuta relazionale*, con Bruno che lancia in modo arguto e preciso il guanto di sfida, ambito di pensiero che approfondirà fino agli ultimi giorni: quale analisi scientifica? In ambito cognitivo la Scienza che si occupa della relazione non è, solo, la Scienza come comunemente conosciuta e praticata (evidence based), è anche Scienza della relazione, posizione che caratterizza la psicoterapia cognitivo costruttivista relazionale: la relazione viene letta da dentro, non da fuori. Intuizione tanto semplice quanto geniale e unica, nell'approccio costruttivista coniugato negli anni da Bruno insieme a Giorgio Rezzonico. Quest'ultimo in seguito, alla luce di esperienze professionali differenti, sia in ambiti culturali che con tipologie di pazienti dell'area di psicopatologie definibili di più difficile gestione, approfondirà la dimensione psico sociale sia riguardo la relazione che nell'ambito gestionale e nell'ambito della formazione, con differenti figure professionali (Rezzonico & Meier, 1989).

Tornando a Bruno, se “Non è possibile manualizzare il dipanarsi di un'esperienza soggettiva che coinvolge due persone, ...” (Bara, 2018, p.8), subito alla pagina seguente “Un manuale di istruzioni per l'uso permette di entrare direttamente nel cuore della vicenda: che cosa prova intimamente ciascuno di noi quando si pone nel ruolo di psicoterapeuta?”. Se lette in modalità lineare queste affermazioni risultano in apparente contraddizione, se collocate in una lettura complessa si viene a individuare e costruire tanto semplicemente, quanto con approccio acuto e originale, la dimensione che ogni terapeuta quotidianamente vive: quella di far coabitare, al proprio interno, aspetti anche antinomici della realtà.

È necessario cambiare occhiali consapevolmente, cambiare punto di vista, cambiare metodologia: non si può avanzare in modo lineare, bisogna avanzare leggendo e creando complessità.

In questo passaggio concettuale da una pagina alla pagina seguente, Bruno mette in atto uno sguardo complesso. Interpretare queste righe in modo lineare genera confusione, sembra una dicotomia: spiegarle attraverso la complessità genera viceversa libertà, ricchezza, respiro profondo. Non contraddizione ma ampliamento.

Non c'è incastro, non c'è dicotomia, il respiro è quello della complessità.

Ad esempio, nella complessità Bruno non usava i protocolli. La relazione in Bruno viene esaltata nell'io-tu, la pratica clinica può, o addirittura deve, prevedere un allargamento.

Nel pensiero di chi scrive, i protocolli evidence based sono utilissimi, perché delineano il campo e offrono anche degli strumenti: con il pensiero complesso andiamo oltre i protocolli, leggendoli vediamo le cose da non fare, più che ciò che va fatto.

Il protocollo dice dove c'è stato successo, detto questo cerchiamo cosa manca nel protocollo: non ci innamoriamo semplicemente del protocollo. Ci domandiamo, ad esempio, perché funziona il protocollo e non funziona un altro tipo di approccio alla situazione?

I protocolli quando funzionano semplificano, da qui ci muoviamo per collocarli in una lettura di complessità. Questo funziona, ma perché ha funzionato? Quello che sempre cogliamo dall'evidence based sono tutti i temi. Il protocollo delimita uno spazio nella relazione, dovesse non funzionare può consentirci di ampliare lo sguardo, andando a mettere in luce altre trame, quali altri possibili movimenti nella relazione con questa persona ci possiamo permettere di scoprire.

Non ci affidiamo ciecamente al protocollo, teniamo consapevolmente presenti anche altri modi, che ci consentono di evitare degli errori clamorosi affidandoci semplicemente a temi generalizzati, che per quanto "scientifici", rischiano di perdere lo specifico che appartiene a ogni singola situazione.

Il protocollo è tipicamente uno sguardo dall'esterno: lo consideriamo ma non lo applichiamo dall'esterno, ci entriamo e lo usiamo dall'interno, per come siamo in quel momento nella relazione, in quella situazione clinica. E non andiamo ingenuamente all'opposto di quanto dice il protocollo, non applichiamo un pensiero lineare: entriamo nel protocollo, ne consideriamo punti di vista comprovati e suggeriti, allargando anche ad altri piani e dimensioni, pur ritenuti non interessanti perché non validati, allarghiamo alla complessità. E all'ontologia. Perché lo sguardo alla persona che viviamo in terapia è uno sguardo rispettoso della complessità e dell'unicità di quella persona.

Percorriamo assieme anche così la nuova strada che Bruno ha aperto.

La stoffa del pensiero costruttivista si costituisce con fili di colori e dimensioni differenti, a tessere un universo variegato e variopinto, dove, sempre, l'epistemologia diventa porto accogliente di confronti, crescita, nuovi spessori. Se si pensa a coloro che in Italia<sup>1</sup> hanno gettato le fondamenta del pensiero, dai fondatori Vittorio Guidano, Mario Reda e Gianni Liotti, che virerà presto in una rotta evolucionista, scopriamo un pensiero complesso per definizione, con il confronto sereno e costruttivo, a delineare ogni ambito di intervento terapeutico come ogni area psicopatologica: non -il mio è più giusto del tuo-, vissuto razionalista, ma -il mio arricchisce il tuo-, attraverso le dimensioni di esperienza e approfondimento personale dei costruttivisti.

Tornando alla domanda iniziale, il costruttivismo di Bruno accoglie e rispetta il principio di Heisenberg riguardo al ruolo attivo dell'osservatore: impossibile conoscere con certezza quantità di moto e posizione di una particella, poi applicato da Maturana e Varela all'area biologica che diventa cardine dell'epistemologia proposta da Vittorio Guidano. La declinazione che ne fa Bruno è nella clinica con il paziente nevrotico. Nasce il concetto di terapeuta *dietro* al paziente, che amplifica e sottolinea il rispetto per la persona, il non giudizio e la non influenza diretta del terapeuta sui vissuti del paziente. Si delineano così alcuni punti cardine dell'approccio cognitivo costruttivista relazionale.

Nel proseguire in questo nostro viaggio di scoperta del costruttivismo di Bruno, emergono considerazioni sulla didattica, intrecciando ad esempio la logica della teoria dei frattali (Ceruti, 2007). In aula Bruno sottolineava che i concetti di cui parlava agli allievi riguardavano la

<sup>1</sup> In questa nota vogliamo elencare, in ordine alfabetico, i colleghi che in Italia sono coloro che più ad oggi incarnano e condividono questa epistemologia, con professionalità, affetto e sempre importante confronto: Juan Balbi, Riccardo Bertaccini, Salvatore Blanco, Luca Canestri, Lorenzo Cionini, Alessandro Colucci D'Amato, Giovanni Cutolo, Adele De Pascale, Maurizio Dodet, Toni Fenelli, Paola Gaetano, Furio Lambruschi, Ferdinando Galass, Luigi Guerisoli, Silvio Lenzi, Maria Malucelli, Gherardo Mannino, Daniela Merigliano, Bernardo Nardi, Franco Orsucci, Ettore Pasculli, Angelo Picardi, Francesca Pilleri, Renato Proietti, Gianluca Provvedi, Fabio Veglia, Cecilia Volpi, tralasciando i nomi di colleghe e colleghi delle nostre Scuole di Como, Milano e Torino ma ovviamente insieme a tutti loro.

relazione con il paziente nevrotico. La posizione didattica che assumeva apriva in questo modo alla complessità della cura: non una relazione esclusiva a seconda del disturbo o dei sintomi portati dal paziente, ma indicazioni per l'assetto relazionale con il paziente così da essere in grado, una volta individuata la propria dimensione personale di terapeuta, di accedere, con le dovute variazioni, alla cura dei pazienti più gravi. "... si abbandona un tipo di spiegazione lineare e si adotta un tipo di spiegazione in movimento, circolare, una spiegazione in cui per cercare di comprendere il fenomeno si va dalle parti al tutto e dal tutto alle parti" (Morin, 2007, p. 28).

Nella didattica dell'approccio cognitivo costruttivista relazionale, Bruno e Giorgio, coautore di questo articolo, hanno inventato le lezioni di formazione: in queste l'allievo lavora nel gruppo con il docente formatore e con il cotrainer, saggio accompagnatore del gruppo nei quattro anni di Scuola, a costruire e sviluppare *il terapeuta che è in sé*, attraverso dinamiche personali cognitive, emotive e corporee. Ecco la complessità della complessità, l'intreccio costante di tecniche, lettura di sé e dei propri Sé, nei momenti cognitivi, emotivi e corporei, attraverso assetti e modalità terapeutiche, in un aumento di consapevolezza che consente di far emergere e costruire il terapeuta nella complessità.

Si costruisce così un concetto di terapeuta e di didattica per terapeuti che sposta lo sguardo dell'allievo apprendista terapeuta da fuori a dentro. Non esclusivamente, ci saranno nel corso dei quattro anni di formazione lezioni frontali che arricchiranno il bagaglio culturale, la chiave di lettura del terapeuta costruttivista relazionale non può che essere alternativamente dall'esterno e dall'interno di sé: solo così anche la relazione con il paziente potrà essere letta dall'interno, come detto in precedenza snodo cruciale e distintivo di questo approccio epistemologico.

In questo convogliano e si mescolano i *diversi costruttivismi* di Bruno e Giorgio, entrambi a incarnare fisiologicamente un diverso modo di esserlo, permettendo attraverso amicizia e collaborazione di generare un approccio psicoterapico scientifico, rispettoso del paziente e del terapeuta consapevole. Pertanto, ogni psicoterapia, meglio, ogni seduta di psicoterapia diviene abito su misura per quel paziente in quel momento.

L'articolo fino a questo punto è stato scritto con Giorgio, nel nostro sentire e pensare, con respiro affettivo e culturale, Bruno; mi permetto ora di prendere uno spazio per una riflessione sul mio percorso personale, fatto all'interno della conoscenza di queste due persone che sento come miei Maestri, da allievo privilegiato diventato poi collega e studioso felice e mai pago, in continuo confronto con loro, nella nostra amicizia.

Bruno e Giorgio, nel loro originale sviluppo del costruttivismo, mi hanno permesso e mi permettono di conoscermi sempre di più, per leggermi, e comprendere e vivere in sempre più sfaccettature la relazione clinica, fulcro e snodo della psicoterapia costruttivista. Sia dentro che fuori dalla stanza di terapia, non solo approfondendo il costruttivismo ma anche esplorando campi non usuali al nostro pensiero, nel rispetto e nella libertà di confronto e arricchimento anche con altri pensieri; su questa scia e sul versante culturale ho anche potuto portare la mia esperienza clinica in scritti avvallati e sostenuti da loro. Voglio così spronare allievi ed ex allievi, e anche colleghi di altri orientamenti che dovessero incontrare il loro pensiero, a non accontentarsi, ma a sviluppare e armonizzare questo patrimonio unico, sovrano e prezioso: declinate le vostre idee e create, perché potete farlo in ogni istante, nella sicurezza e nel rispetto di un'epistemologia forte, nella protezione della teoria della complessità, nel confronto che arricchisce, sempre.

Lo dico vivendo con i miei pazienti e i miei allievi il ruolo costruttivo del non equilibrio (Prigogine, 2007), che equilibrio, mai dovesse esistere, sarebbe freno: cerchiamo leggerezza calviniana e comodità nel nostro mestiere duro e meraviglioso, per noi e per i nostri pazienti, che condividono le loro storie di vita più intime e faticose, talvolta tragiche, sempre così difficili.

Concludo, siamo qui per Bruno: grazie ancora Bruno, questa volta per avermi fatto scoprire che l'impermanenza, a dispetto del contenuto che millanta, continuamente fluisce e genera.

## Bibliografia

- Bara, B. G. (2007). *Dinamica del cambiamento e del non-cambiamento*. Bollati Boringhieri.
- Bara, B. G. (2018). *Il terapeuta relazionale. Tecnica dell'atto terapeutico*. Bollati Boringhieri.
- Ceruti, M. (2007). La hybris dell'onniscienza e la sfida della complessità. In G. Bocchi, M. Ceruti M. (Eds.) *La sfida della complessità*. Paravia Bruno Mondadori Editori.
- Guidano, V. F. (1991). *The Self in Process. Toward a Post-Rationalist Cognitive Therapy*, Guilford, New York (trad. it: *Il sé nel suo divenire. Verso una terapia cognitiva post-razionalista*. Bollati Boringhieri, 1992)
- Morin, E. (2007). Le vie della complessità. In G. Bocchi, M. Ceruti M. (Eds.) *La sfida della complessità*. Paravia Bruno Mondadori Editori.
- Prigogine, I. (2007). L'esplorazione della complessità. In G. Bocchi, M. Ceruti M. (Eds.) *La sfida della complessità*. Paravia Bruno Mondadori Editori.
- Rezzonico, G., Bani, M., Strepparava, M.G. (2010). L'approccio cognitivo costruttivista: dal cognitivismo al post-razionalismo. In M. Castiglioni, E. Faccio (Eds.) *Costruttivismi in psicologia clinica*. UTET.
- Rezzonico, G., & Meier, C. (1989). Un approccio costruttivista al trattamento della schizofrenia: schizofrenia come ipotesi. *Psicobiiettivo*, 9(3), 35-47.