

## **DAL COMPORTAMENTISMO AL COSTRUTTIVISMO (PASSANDO PER IL COGNITIVISMO): UN PERCORSO PERSONALE<sup>55</sup>**

*Gabriele Chiari*

Credo che l'invito a partecipare a questa tavola rotonda che mi è stato rivolto da Stefania Borgo e Lucio Sibilia derivi non solo dal fatto che da diversi anni svolgo saltuariamente delle lezioni presso la Scuola di Specializzazione del loro Centro, ma anche dal fatto che abbiamo percorso insieme (o, meglio, parallelamente), da colleghi e da amici, quaranta (e passa) anni di pratica, di studio, di elaborazione e di formazione nell'ambito di una terapia psicologica che oggi sarebbe impossibile definire con un'unica qualificazione in quanto andata incontro nel corso degli anni a numerose ramificazioni, ma che all'origine rispondeva al nome di "terapia del comportamento". Della storia di questo percorso altri vi hanno già parlato o vi parleranno. Io la racconterò nel ruolo di promotore di una delle sue "anime" (termine che compare nel titolo di questa tavola rotonda): l'anima del costruttivismo (o, per essere più precisi, di una delle "sotto-anime" del costruttivismo scaturite in Italia a partire dal *big bang* rappresentato dalla *behaviour therapy*). Inevitabilmente, ripeterò alcune cose già dette da altri, a cominciare dal luogo di nascita: l'Istituto di Psichiatria (presso "la Neuro") della Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università di Roma "La Sapienza" (l'unica Università di Roma a quei tempi).

Dopo la laurea nel 1975 mi ero trovato di fronte al problema di quale specializzazione scegliere. Pensai di provare con la psichiatria (che si era appena separata dalla neurologia) con l'idea di portare avanti il mio interesse per l'antropologia culturale (avevo già fatto delle ricerche sul campo in Abruzzo), ma con scarsa fiducia nella possibilità di superare il concorso. Invece ci riuscii al primo tentativo, grazie al fatto che mi ero laureato con una tesi sul condizionamento operante di variabili psicofisiologiche, e che proprio in quel periodo il Direttore della Scuola di Specializzazione in Psichiatria, il Prof. Paolo Pancheri, stava iniziando una ricerca sull'efficacia delle tecniche di *biofeedback* nel trattamento dei disturbi d'ansia (il *biofeedback* ha a che fare con il condizionamento operante di processi autonomici).

Frequentando quotidianamente il Reparto di Psicologia Clinica e Medicina Psicosomatica ebbi modo di conoscere e di fare amicizia con un collega psicologo, Roberto Mosticoni, il quale mi segnalò che tutte le settimane due neo-specialisti in neuropsichiatria, Vittorio Guidano e Giovanni (Gianni) Liotti, tenevano delle lezioni nell'aula magna dell'Istituto su un nuovo tipo di terapia da poco giunto dall'Inghilterra e dagli USA: la terapia del comportamento.

A quei tempi ero un positivista "naturale": diffidavo di tutto ciò che non potesse essere osservato e misurato, per cui consideravo fumose e inconsistenti le psicoterapie (praticamente tutte) che facevano riferimento a concetti come quelli di psiche, inconscio, relazione, e via discorrendo. E, a proposito di relazione, a quei tempi ero anche molto più timoroso di oggi dei rapporti interpersonali. I miei internati come studente di medicina mi avevano messo a contatto, in una sorta di crescendo

---

<sup>55</sup> Intervento alla Tavola Rotonda "Le diverse anime del costruttivismo". Celebrazione dell'anniversario di "*Quaranta anni di didattica cognitivo-comportamentale*". Centro per la Ricerca in Psicoterapia (CRP), Roma, 23 giugno 2018

evolutivo, con virus, cavie, gatti, e infine con esemplari della specie umana ma limitatamente all'applicazione sul loro corpo di elettrodi e sensori vari, ed ero riuscito a ridurre al minimo indispensabile la frequentazione delle varie cliniche, così popolate da persone in camice o in pigiama. Anche iscrivendomi a psichiatria, l'intenzione era quella di studiare, possibilmente da topo di biblioteca, il modo in cui si manifestano le malattie mentali nelle diverse culture, non certo quella di interagire con persone in carne ed ossa.

Il tipo di terapia che Vittorio e Gianni andavano esponendo nei loro seminari (non avevo ancora avuto modo di conoscere Stefania e Lucio, anche loro specializzati in neuropsichiatria da pochi anni) sembrava fare al caso mio: veniva esposto come un'alternativa alla psicoanalisi, era basato su modelli clinici e tecniche di intervento scientificamente verificabili, era utilizzabile in seguito ad un breve periodo di apprendimento (o così veniva presentato), e sembrava richiedere un'interazione con i pazienti tutto sommato limitata alla somministrazione di test e all'applicazione di tecniche. E così, dopo essermi dedicato allo studio dei testi fondamentali (conservo ancora le copie consunte di *Terapia del comportamento nevrotico* di Eysenck e Rachman (1), e di *Tecniche di terapia del comportamento* di Wolpe (2)), e forse anche della pratica che avevo nelle tecniche di *biofeedback* (perfettamente integrabili nell'armamentario di un *behaviour therapist*), accettai l'invito di Roberto ad iniziare l'attività privata presso il suo studio (3).

Nel frattempo, Vittorio e Gianni avevano deciso di organizzare dei training, e io mi iscrissi nel 1976 al primo corso tenuto da Vittorio presso il Centro Lucio Bini di via Crescenzo, fondato tre anni prima da Athanasios Koukopoulos. Co-didatte di quei primi corsi erano Georgianna Gardner e Adele De Pascale, due psicologhe che frequentavano la Neuro. Feci rapidamente "carriera": al secondo anno di *training* – forse anche grazie all'amicizia che si era creata tra me e Vittorio – venni promosso co-didatta sul campo, e così ricominciai dal nuovo primo anno, una circostanza che mi permise di conoscere un'allieva di quel corso, Maria Laura Nuzzo, che sarebbe diventata di lì a poco la mia compagna di vita e di lavoro per i successivi 28 anni, fino alla sua prematura scomparsa nel 2005.

Dimenticavo di dire che mi ero iscritto alla "Società Italiana di Terapia Comportamentale" (SITC) che era stata fondata "in famiglia" nel 1971 da Stefania, Lucio, Vittorio e Gianni. Se non ricordo male, io avevo la tessera numero 12.

Nel 1978 Vittorio ebbe l'idea di aprire una struttura nella quale potessero lavorare e confrontare le loro idee le persone che si riconoscevano in un modo di intendere la terapia del comportamento che si andava aprendo alla considerazione dei processi cognitivi, sia sul piano teorico che su quello terapeutico. A legittimare questa possibilità era l'epistemologia di Karl Popper, secondo il quale anche le esperienze soggettive possono essere scientificamente studiate se fatte oggetto di ipotesi falsificabili. La struttura venne aperta in via degli Scipioni al numero civico 245, e il suo nome, "Centro di Psicoterapia Comportamentale", con quel prefisso "psico-" (bandito dalla ortodossia comportamentista), voleva appunto indicare che, per quanto comportamentisti, ritenevamo di poter estendere il nostro interesse anche a ciò che è mentale (dubito che qualcuno lo capisse). Soci del Centro, oltre al sottoscritto, erano Vittorio, Gianni, Mario Reda, Francesco Mancini e Georgianna Gardner.

Il Centro divenne effettivamente luogo di incontri, confronti ed elaborazioni teoriche, mostrando fin dall'inizio di dare molta importanza alla riflessione sui presupposti epistemologici della psicologia, e della psicoterapia in particolare. L'organizzazione di *training* di formazione e l'offerta di seminari, oltre alla partecipazione a congressi di altre Società, contribuì fortemente alla diffusione in Italia della terapia cognitivo-comportamentale, mentre la SITC vide un improvviso incremento dei suoi soci grazie all'organizzazione del I Congresso Nazionale tenutosi a Roma nel 1981, su iniziativa di Maria Laura e mia, presso l'Istituto di Genetica Medica e Gemellologia (4). Fu in quella occasione che l'assemblea decise di cooptare alcuni dei soci più anziani come Didatti, regolamentò i criteri di iscrizione e di assegnazione delle cariche, e decise di cambiare il nome della Società in "Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva" (SITCC). Di lì a poco anche il Centro di via degli Scipioni diventò il "Centro di Psicoterapia Cognitiva", e altri Centri aprirono a Roma (su iniziativa di ex-allievi di Vittorio o di Gianni, come Antonio Semerari, Sandra Sassaroli, Antonio Fenelli).

Ma in un certo senso fu proprio il rapido successo del Centro a decretarne, se non la fine, la frammentazione. Nel febbraio del 1980 un famoso terapeuta americano, Michael (Mike) Mahoney, era stato invitato a tenere una conferenza all'Università. Di Mahoney avevamo letto i libri (5) che anticipavano, come quelli di Donald Meichenbaum(6) e di Kanfer e Goldstein (7), la "rivoluzione cognitiva" nella terapia del comportamento, ma con uno sguardo verso l'epistemologia che ce lo faceva sentire particolarmente vicino. Così, lo invitammo al nostro Centro. Dopo aver tenuto la sua relazione e aver risposto alle nostre domande, Mahoney ci chiese di che cosa ci stessimo occupando, e la risposta lo interessò tanto da invitarci a scrivere un libro del quale garantiva la pubblicazione negli Stati Uniti. Naturalmente si presero l'onore e l'onere di scriverlo i due soci "anziani", Vittorio e Gianni, unanimemente considerati i leader del gruppo, e Mike mantenne la parola. Il libro, *Cognitive Processes and Emotional Disorders*, uscì nel 1983, e rappresentò un importante e originale contributo italiano allo sviluppo della terapia cognitivo-comportamentale nel mondo. Ma la sua preparazione fu fonte di conflitti all'interno del gruppo di via degli Scipioni. Vittorio e Gianni si isolarono per un anno venendo meno allo spirito comunitario del gruppo, e quando decisero di rendere pubblico il frutto del loro lavoro agli altri membri del Centro furono accolti in modo critico; in parte perché la loro elaborazione di quanto avevamo portato avanti insieme fino ad un anno prima li aveva condotti ad inserire aspetti teorici che alcuni di noi non condividevano, e in parte (forse la parte principale) per una forma di risentimento personale. Così il gruppo si scisse: da una parte Vittorio, Gianni, Mario e Georgianna, dall'altra io e Francesco, che cominciammo ad incontrarci con Maria Laura, Antonio (Semerari) e Sandra.

Come molti sapranno, negli anni successivi anche Vittorio e Gianni presero strade diverse, che porteranno il primo ad elaborare la terapia cognitiva post-razionalista (8) – basata su una epistemologia costruttivista – e il secondo a portare avanti un approccio di stampo evoluzionistico basato sulla teoria dell'attaccamento (9). Gianni fu il primo a lasciare il Centro, seguito di lì a poco da me.

Il gruppo del quale facevo parte cercò di trovare una sua strada dedicandosi alla ricerca di strumenti che permettessero di esplorare i sistemi di convinzioni dei pazienti, sulla base della nozione di organizzazioni cognitivo-comportamentali che Vittorio e Gianni avevano esposto già nel loro primo libro (10) e che riproporranno più volte negli anni successivi. Casualmente, durante un viaggio a Londra, io e Maria Laura trovammo negli scaffali di Foyles, considerata una delle più grandi librerie del mondo (a quei tempi non c'era Internet, e tanto meno Amazon), un tascabile della

Penguin, *Inquiring Man* (11), scritto da due autori inglesi a noi sconosciuti: Don Bannister e Fay Fransella. Il libro veniva presentato come introduzione ad una teoria, la teoria dei costrutti personali, formulata da un certo George A. Kelly (11), e conteneva un breve capitolo su un test, la *repertory grid*, che sembrava fare al caso nostro. Solo qualche tempo dopo scoprimmo che Stefania, Lucio, Vittorio e Gianni avevano già utilizzato questo strumento nei primi anni '70 in due lavori (12) pubblicati quando erano specializzandi. Quel capitolo però non permetteva di capire come le “griglie di repertorio” potessero essere applicate, e tanto meno ci era chiara la teoria nella quale trovavano la loro collocazione. Fu così che decidemmo di invitare in Italia uno degli autori, Bannister, del quale eravamo riusciti a trovare l'indirizzo (oggi con Google è uno scherzo, ma allora non era per niente facile).

L'incontro con Don, avvenuto nel 1982, cambiò in misura maggiore o minore la nostra vita professionale (e non solo). Le sue qualità umane e le sue doti di divulgatore – era stato lui a introdurre la psicologia dei costrutti personali (PCP) in Inghilterra e a promuoverne la diffusione in Europa – ci permisero di aprirci piano piano ad un modo di considerare la psicologia (e le persone, che dovrebbero essere l'oggetto di studio della psicologia) che ci appariva profondamente diverso da quello delle psicologie tradizionali, psicoanalitiche, comportamentiste, o cognitiviste che fossero. Alcuni del nostro gruppo se ne infatuaron, per poi tornare negli anni successivi a coltivare approcci cognitivo-comportamentali nei quali la PCP ricopriva un ruolo più marginale. Io e Maria Laura ce ne innamorammo, e non l'avremmo più abbandonata, facendone sempre di più l'elemento portante del tipo di psicoterapia che cominciammo ad insegnare come Didatti nei *training* riconosciuti dalla SITCC, prima a Roma, e poi anche ad Ancona e a Padova.

È così che la psicoterapia dei costrutti personali – e l'elaborazione che ne abbiamo portato avanti in Italia e che da qualche anno è diventata tale da rendere opportuna la scelta di un nuovo nome, quello di psicoterapia narrativo-ermeneutica (13) – si è andata configurando come una delle anime della SITCC. Della SITCC, e non del cognitivismo, come accennavo all'inizio, perché la specificità dell'epistemologia costruttivista che la caratterizza – e che definisco “costruttivismo ermeneutico” (14) – la differenzia per molti aspetti da quella di altre Scuole di specializzazione affiliate alla SITCC che sono dirette da ex-allievi di Guidano formati alla terapia cognitiva post-razionalista, e che continuano a riconoscersi come cognitivisti qualificandosi nello stesso tempo come costruttivisti. La Scuola di specializzazione in psicoterapia costruttivista del CESIPc, con sedi a Firenze, Padova e Sesto Fiorentino, della quale sono condirettore, è l'unica che formi alla psicoterapia narrativo-ermeneutica.

Sarebbe impossibile esporre in questa sede le differenze tra la psicoterapia narrativo-ermeneutica e le psicoterapie cognitivo-costruttiviste e cognitivo-comportamentali che compongono l'universo della SITCC così come si è andato espandendo nei più di quattro decenni dalla sua nascita. Dubito fortemente che Stefania, Lucio, Vittorio e Gianni immaginassero uno sviluppo del genere quando fondarono la SITC. Naturalmente, la coesistenza di tante anime in uno stesso contenitore ha favorito il confronto ma ha anche alimentato contrasti e dissidi. Devo riconoscere che Stefania e Lucio, pur non sottraendosi al confronto (ricordo alcuni interventi molto pungenti, in particolare di Lucio, in alcuni congressi della SITCC), hanno sempre mantenuto un atteggiamento di apertura e di rispetto nei confronti di prospettive anche lontane dalla loro. Il diverso “credo” dei colleghi che hanno

invitato al loro Centro per celebrare insieme quaranta anni di didattica ne è una chiara dimostrazione, e anche di questo li ringrazio.

#### *Riferimenti bibliografici*

1. Eysenck, H. J., & Rachman, S. (1973). *Terapia del comportamento nevrotico. Un'alternativa alla psicoanalisi?* (2a ed.). Milano: Angeli.
2. Wolpe, J. (1977). *Tecniche di terapia del comportamento. Esperienze e casi clinici* (3a ed.). Milano: Angeli.
3. Con Roberto avevo scritto un articolo su biofeedback e terapia del comportamento pubblicato dalla rivista americana diretta da Wolpe: Chiari, G., & Mosticoni, R. (1979). The treatment of agoraphobia with biofeedback and systematic desensitization. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 10, 109-113. Nello stesso anno avevamo pubblicato anche il primo manuale italiano dell'MMPI: Mosticoni, R., e Chiari, G., *Una descrizione obiettiva della personalità: Il "Minnesota Multiphasic Personality Inventory" (MMPI)*, Firenze, Organizzazioni Speciali, 1979.
4. Una selezione delle relazioni presentate in quel congresso fu pubblicata in Chiari, G., e Nuzzo, M. L. (a cura di), *Le prospettive comportamentale e cognitiva in psicoterapia*, Roma, Bulzoni, 1982.
5. In particolare, *Cognition and behavior modification*, Cambridge, MA, Ballinger, 1974; con Thoresen, C. E., *Self-control: Power to the person*, Monterey, CA, Brooks/Cole, 1974; e Mahoney, M. J. (Ed.), *Psychotherapy process: Current issues and future directions*, New York, Plenum, 1980.
6. Meichenbaum, D. (1977). *Cognitive-behavior modification: An integrative approach*. New York: Plenum Press.
7. Kanfer, F. H., & Goldstein, A. P. (Eds.). (1975). *Helping people change*. New York: Pergamon Press.
8. Guidano, V. F., & Liotti, G. (1983). *Cognitive processes and emotional disorders: A structural approach to psychotherapy*. New York: Guilford. Il libro è stato tradotto in italiano solo quest'anno: *Processi cognitivi e disregolazione emotiva. Un approccio strutturale alla psicoterapia*, Roma, Apertamenteweb, 2018.
9. Guidano, V. F. (1991). *The Self in process: Toward a post-rationalist cognitive therapy*. New York: Guilford. (tr. it. *Il Sé nel suo divenire. Verso una terapia cognitiva post-razionalista*. Torino: Bollati Boringhieri, 1992)
10. Liotti, G. (1994). *La dimensione interpersonale della coscienza*. Roma: La Nuova Italia Scientifica.
11. Guidano, V. F., & Liotti, G. (1979). *Elementi di psicoterapia comportamentale*. Roma: Bulzoni.
12. Bannister, D., & Fransella, F. (1980). *Inquiring man: The psychology of personal constructs* (2nd ed.). Harmondsworth, Middlesex, UK: Penguin Books. Io e Maria Laura ne pubblicammo la

traduzione italiana sei anni dopo: Bannister, D., & Fransella, F. (1986). *L'uomo ricercatore. Introduzione alla psicologia dei costrutti personali*. Firenze: Martinelli.

13. Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs* (Vols. 2). New York: Norton. Del libro è uscita una traduzione italiana parziale del primo volume: Kelly, G. A. (2004). *La psicologia dei costrutti personali. Teoria e personalità*. Milano: Cortina.

14. Sibilìa, L., Liotti, G., Borgo, S., & Guidano, V. F. (1972). Analisi dei rinforzi nel comportamento di etilisti cronici mediante la metodica di Kelly. *Rivista di Psichiatria*, 7, 277-283; Borgo, S., Liotti, G., & Sibilìa, L. (1973). Modelli concettuali in psichiatria. *Rivista di Psichiatria*, 8, 3-15.

15. Chiari, G., & Nuzzo, M. L. (2010). *Constructivist psychotherapy: A narrative hermeneutic approach*. London: Routledge; Chiari, G. (2016). A narrative hermeneutic approach to personal construct psychotherapy. In D. Winter & N. Reed (Eds.), *The Wiley handbook of personal construct psychology* (pp. 241-253). London: Wiley-Blackwell; Chiari, G. (2016). *Il costruttivismo in psicologia e in psicoterapia. Il caleidoscopio della conoscenza*. Milano: Raffaello Cortina; Chiari, G. (2016). Hermeneutic constructivist psychotherapy: A narrative elaboration of George A. Kelly's ideas. *Costruttivismi*, 3, 148-172 (tr. it. La psicoterapia costruttivista ermeneutica: un'elaborazione in chiave narrativa delle idee di George A. Kelly. *Costruttivismi*, 3, 14-39).

16. Chiari, G., & Nuzzo, M. L. (1996). Psychological constructivisms: A metatheoretical differentiation. *Journal of Constructivist Psychology*, 9, 163-184.