

Personalità e Identità: il senso di sé e la struttura preriflessiva dell'esperienza nelle Organizzazioni di Significato Personale.

Paola Gaetano

Le concezioni del Sé e della cura in Vittorio Guidano

Un modello di psicoterapia è sempre sostenuto da una teoria dell'uomo e della sua esperienza, che in modo più o meno esplicito ne guida l'applicazione e i suoi sviluppi. La psicoterapia cognitiva post-razionalista è nota per alcune caratteristiche distintive fondamentali, che le assicurano un posto pressoché unico nel panorama delle teorie cognitive. Fra gli assunti di base di questo modello, troviamo le concezioni costruttiviste della scuola cilena, in base alle quali si afferma che la conoscenza umana è un fenomeno autoreferenziale volto a mantenere l'identità personale, e che esso è guidato da processi taciti. Questa visione va un po' oltre le classiche impostazioni costruttiviste di molti approcci cognitivisti, i quali orientano lo sguardo non più sui modi in cui un soggetto interpreta la realtà, bensì su come un individuo si spiega la propria esperienza nel mondo.

Se si intende l'essere umano come un "sistema conoscitivo", si può osservare, da un punto di vista esterno, il funzionamento dei suoi processi interni di conoscenza, individuandone i criteri autoreferenziali. La teoria di Guidano¹ afferma che l'uomo si attribuisce e assimila la propria esperienza ordinandola nel linguaggio, e dunque interpretandola e spiegandosela, in modo che gli risulti continua e coerente con un modo di sentirsi nel mondo e con gli altri, costituitosi originariamente all'interno della relazione primaria di attaccamento. Pertanto, sulla base delle oscillazioni emotive ricorrenti nell'interazione con una persona di riferimento, si organizzerebbe un impianto di regole tacite che implicitamente governa l'interpretazione di successive esperienze, vincolando i significati autoreferenziali che ad esse verranno attribuiti ricorsivamente, una volta raggiunte le capacità di pensiero autoriflessivo. Si individua così un meccanismo autopoietico costitutivo della personalità, che dovrebbe generare un senso conservativo di sé, necessario a mantenere l'identità personale. Questo "senso di sé" potrebbe subire modificazioni lungo un continuum di flessibilità e astrazione, da un lato, e di rigidità e concretezza dall'altro, ma oscillerebbe sempre entro la stessa banda di significato, indicata come Organizzazione di Significato Personale.

In base alla teoria, un'organizzazione rigida coagula vari significati dell'esperienza all'interno di una semplice spiegazione autoreferenziale, mentre in una organizzazione flessibile ridonda il significato solo di alcune esperienze cruciali, altamente rilevanti per l'identità e la stabilità del soggetto. La cura consiste nell'esplorare l'esperienza in modo da evidenziare le regole tacite che ne governano le autoingannevoli interpretazioni, e prendere così una distanza da quelle rigide spiegazioni che oscurano la ricchezza della variegata esperienza "immediata". Ma quella esperienza originaria, che ordiniamo nel linguaggio e che sembra essere riconosciuta e riferita a sé solo nel corso di tale operazione, a chi appartiene? Esiste davvero, o è una costruzione del cervello? E, se esiste, come si fa ad esplorarla, distinguendola dalle sue interpretazioni?

Se cerchiamo risposte a queste domande, nell'ultimo libro che Guidano ha scritto di suo pugno², non troviamo soluzioni pienamente soddisfacenti. Da un lato, sembra che in esso si affermi un primato della cognizione, dall'altro, si sottolinea come solo l'emozione che si prova

¹ Guidano V. *Il sé nel suo divenire. Verso una terapia cognitiva post-razionalista*. Bollati Boringhieri, Torino, 1992.

² Guidano V. *Op. Cit.*

nella scoperta dell'effettiva articolazione dell'esperienza possa generare un cambiamento; inoltre, pur distinguendo nettamente i due "domini conoscitivi", cognitivo ed emotivo, non è ben chiara la relazione che intercorre tra i due.

Riguardo al ruolo del pensiero, si nota che sarebbero le spiegazioni dell'esperienza a generare un senso di identità continua e coerente; come a dire che, senza un sistema di regole di autoriferimento che permettano di reidentificarsi nel tempo come oggetto di osservazione, nessun uomo potrebbe sentirsi e riconoscersi come lo stesso nel tempo. Questa concezione dell'identità rimanda alla visione di Hume³, secondo il quale l'esperienza è per sua natura frammentaria, una sorta di sensazioni in disordinata successione, che solo la memoria può unificare in un tutto apparentemente coerente. Ancor di più, si potrebbe dire che, se l'identità è costruita da un soggetto che interpreta e si racconta l'esperienza, quest'ultima sia di per sé equivoca e impersonale. Di conseguenza si pone un'altra domanda: se l'esperienza "immediata" acquista significato solo attraverso una distinzione linguistica, senza la quale non è decifrabile e non significa nulla, come si fa ad esplorarla in "moviola"? che cosa potremmo mai trovare, quando indaghiamo un episodio emotivo reale e mettiamo a fuoco i suoi dettagli, se non sensazioni illusorie, prive di un proprio significato? E come potrebbe, il terapeuta, arrogarsi il diritto di decidere quale sia l'interpretazione migliore da dare a quel disordinato agglomerato di pensieri, memorie, immagini, sensazioni affettive?

In realtà, nel citato testo di Guidano, troviamo un altro riferimento importante che suggerisce una via di soluzione, mettendo però in crisi proprio quella concezione portante di una identità "costruita" primariamente nel linguaggio, seppure su regole tacite.

Si nota, infatti, che rifacendosi alla fenomenologia di William James⁴, quel "Me", che ordina e trasforma l'esperienza in oggetto di osservazione, estrae i contenuti da un "Io" che vive. Questi non è un susseguirsi caotico e insignificante di sensazioni, ma è già un soggetto, con una sua identità prelinguistica, il cui esperire si svolge in un flusso temporale di coscienza continuo e già ordinato. A questo livello, l'Io soggetto esperisce se stesso direttamente, senza la mediazione del linguaggio, in un modo che Guidano sembra però considerare non "fruibile"⁵. L'esperienza dell'Io diventerebbe fruibile quando egli riesce a mettere a fuoco proprio quel fluire ininterrotto di eventi della coscienza, che potremmo definire "preriflessiva"⁶. Tale scorrere temporale di eventi si mostra in un ordine di successione già presente e inequivocabile, che li vede correlati gli uni agli altri in modo già significativo. Queste connessioni danno loro un senso che è comprensibile a tutti, un senso che già appartiene a un contesto umano condiviso, rispecchiando una logica che è "nelle cose stesse" di un mondo storico e intersoggettivo.

L'esperienza originaria, nel suo fluire in una successione unica e irripetibile nella coscienza preriflessiva del soggetto, assume qui il suo primato. L'interpretazione che di essa si dà, nel linguaggio, può aderire al significato di questa originaria concatenazione di accadimenti ed effetti interni in una data situazione, oppure distorcerlo in modo più o meno plausibile, ma pur sempre ingannevole.

Due anime scorrono, perciò, in questo modello. La prima, centrata sulle funzioni più cognitive o interpretative, cerca di cogliere le regole di autoriferimento dell'esperienza, e vuole governare le emozioni perturbanti attraverso un distanziamento riflessivo dai significati

³ Hume D. *Trattato sulla natura umana* (1739-1740). Laterza, Roma-Bari, 1982.

⁴ James W. *Principi di Psicologia* (1890). Principato, Messina, 1988.

⁵ Guidano V. *Op. Cit.*, pag. 27.

⁶ Gaetano P. *Il Sé tra futuro e passato. La conoscenza tacita nella riformulazione clinica*. In Nardi B, Arimatea E. (a cura di). "Lavorare con la Conoscenza Tacita". Atti del XIV Convegno di Psicologia e Psicopatologia Post-Razionalista. Accademia dei Cognitivi della Marca, Ancona, 2014.

automaticamente attribuiti ad esse. A caccia di tali regole, il terapeuta esplorerà frammenti di memorie di vario genere, cercando di scoprire, per esempio, l'eventuale senso di non amabilità che si attribuisce a una percezione di rifiuto, o il senso di inadeguatezza innescato da una percezione di giudizio, o il senso di indegnità per una emozione non legittimata, o il senso di fragilità connesso a un pericolo di solitudine, e così via. In questo modo, l'esperienza cosiddetta "immediata" avrà poco di autentico da rivelare. Si farà attenzione al modo in cui un soggetto espone e interpreta la sequenza di eventi, per riconoscere le regole di attribuzione di significato che corroborano un senso di sé già delineato. Il terapeuta dovrà possedere i criteri per estrapolare e individuare le categorie interpretative, e mostrare al paziente tali ricorrenti processi di significazione, per ottenere che egli se ne distanzi e cominci a utilizzare modalità più flessibili. Si sfrutta così la potenza del linguaggio e del racconto, al mutare del quale vengono evocate nuove emozioni e nuovi punti di vista.

Ma è davvero così che si elimina il senso di estraneità dell'esperienza che caratterizza il disagio emotivo sintomatico? La nostra identità è forse il frutto di una costruzione linguistica, che si scontra con un senso precoce di noi stessi che si è formato prima che potessimo attivamente indirizzarlo con il linguaggio?

Non sembra questo il modo di comprendere la natura dell'uomo, nella seconda anima del cognitivismo post-razionalista. In essa, si attribuisce un valore proprio all'esperienza "immediata", e si riconosce come le sensazioni e le emozioni siano un modo di esperire "direttamente" se stessi, di un Io che vive, sente, agisce. Si tratta di un Io "intelligente", che processa automaticamente gli stimoli e che ad essi risponde, secondo una logica che è nella natura stessa delle cose, e perciò condivisibile e comprensibile. In ciascun "Io" l'esperienza fluisce ininterrottamente, ed è in questo scorrere che si costituisce come unitaria e continua, mentre la sua unicità corrisponde a quella specifica e singolare sequenza di eventi e di contesti esistenziali. Si tratta di un'esperienza che, nel suo fluire temporale, si autorganizza secondo criteri suoi propri, che non possono essere racchiusi in un ordine distintivo linguistico, sebbene vengano da questo influenzati. Nel suo continuo sedimentare, l'esperienza potrà organizzarsi privilegiando alcune connessioni al posto di altre. Senza un'esperienza di reciproca comprensione con altri, per esempio, l'ordinaria ambiguità delle comunicazioni interpersonali sarà difficilmente discriminata, mentre un eccesso di informazioni emotive ambigue spingerà alla ricerca di un implicito riferimento esterno per valutare in automatico la salienza delle informazioni; la delegittimazione interpersonale delle connessioni fra accadimenti ed emozioni costringerà a valutazioni discorsive secondo criteri normativi astratti, mentre l'impropria legittimazione delle informazioni emotive implicherà problemi di autoregolazione.

C'è un continuo richiamo, ne "Il sé nel suo divenire", all'importanza dei "fatti", all'esigenza di oltrepassare le spiegazioni, di articolare l'esperienza come essa si svolge "effettivamente", all'importanza del "dominio emotivo" e alla poca consistenza della comprensione puramente intellettuale. E, del resto, come si potrebbe rilevare un errore, nell'interpretazione dell'esperienza, se questa non avesse già un significato che oserei dire "autentico"? Come si potrebbe condurre una "moviola" se non si comprendesse di già come uno stimolo possa produrre "necessariamente", in certe condizioni, una specifica reazione emotiva? Nell'arte che Guidano ci mostra, quando dirige un'esplorazione, vediamo la ricchezza delle sue intuizioni sul senso delle cose in se stesse, che rivelano, alla luce delle sue domande, la chiarezza del loro significato originario. Manca, però, una teoria compiuta e trasmissibile di questa esperienza umana, di come essa si manifesti preriflessivamente alla coscienza.

Muovendoci in questa seconda direzione, vediamo che il senso di sé non è dato solo da una valutazione discorsiva, sollecitata dal confronto con gli altri, bensì è già presente in altra forma prima di una riflessione e distinzione linguistica, e si produce e rinnova continuamente lungo tutto l'arco della vita. Infatti, nel fare esperienza di qualcuno o di qualcosa, si ha già

un'esperienza di sé in relazione a quel qualcuno o qualcosa, e perciò quel sentirsi in relazione con gli altri o le cose è già autoriferito. Tale coscienza preriflessiva di sé è un'autoaffezione interiore⁷, che mantiene unitarietà e continuità grazie alle sue concatenazioni temporali, in base alle quali un modo di sentirsi-in-relazione-a precede un altro modo di sentirsi-in-relazione-a, e ad esso è connesso nel continuo avvicinarsi di eventi. La comprensione intuitiva e immediata di questi legami (significati) originari può rispecchiarsi in narrazioni ad essi coerenti e aderenti; i racconti mireranno certamente a una comprensione reciproca con le altre persone significative, ma non saranno finalizzati alla loro mera ed effimera "approvazione". Questa, da sola, potrebbe al massimo giustificare temporaneamente un'emozione o un'azione, ma lascerebbe poi spazio, di nuovo, a un'imbarazzante sensazione di estraneità della propria esperienza, poiché ingannare davvero se stessi non è possibile. Un racconto fittizio, se non corrisponde al desiderio di nascondere agli altri una verità nota, è solo un tentativo di dare senso a un'esperienza che non è stata compresa.

Quando Guidano sottolinea che il flusso dell'esperienza immediata è "riferito all'esterno", come se si trattasse di "una realtà univoca e comune a ogni essere umano"⁸, egli di fatto non evidenzia un aspetto illusorio della coscienza, come sembra intendere, bensì un dato che riguarda una realtà umana effettiva: l'esperienza ha le sue regole, ha una sua intrinseca legalità⁹, condivisa da tutti gli individui appartenenti allo stesso mondo storico intersoggettivo. Unica è la successione di eventi, la potenza, la qualità di questi, la situazione esistenziale in cui le cose accadono. Egli stesso sottolinea questo aspetto, in altre parti del suo libro, quando afferma che nell' "Io" il "significato personale rappresenta la processualità progettuale, cioè un continuo ordinamento di networks di eventi significativi correlati tra loro"¹⁰. Nel prosieguo del discorso, Guidano enfatizza, invece, come il senso di unitarietà nel tempo sia dato dal riconoscimento di "pattern ricorsivi di modulazione emozionale", ma questa concezione merita una riflessione. Se, da una parte, è possibile affermare che ciascun individuo si riconosca come lo stesso attraverso le consuete manifestazioni del proprio carattere, non per questo si può dire che una reazione emotiva insolita o una condotta inusuale rappresentino una frattura della coscienza tale da interrompere il proprio senso di continuità e unitarietà. Ciò accadrà solamente se l'evento discrepante sarà così dirompente da lacerare il tessuto composto dall'intera rete dei significati possibili. Piuttosto, il soggetto sarà obbligato a interrogarsi sul senso di quelle manifestazioni di sé, per comprenderne le ragioni. D'altro canto, anche il carattere che uno ha è spesso percepito come una limitazione, come un meccanismo idiosincratico che talora impedisce di essere veramente se stessi.

Per concludere, se si riconosce piena legittimità alla dimensione esperienziale del Sé, la cura non avrà tanto bisogno di individuare le regole tacite che guidano i criteri di ordinamento linguistico autoreferenziale, quanto piuttosto di esplorare correttamente l'esperienza e di svelarne il significato originario, per poterlo poi inserire in una narrazione coerente con esso. Serve, però, una teoria esplicita dell'esperienza, orientata fenomenologicamente e validata scientificamente.¹¹

⁷ Cfr. Husserl E. *Idee per una fenomenologia pura e una filosofia fenomenologica* (1913). Einaudi, Torino, 2002; Henry M. *Fenomenologia materiale* (1990). Guerini e Associati, Milano, 2001.

⁸ Guidano V. *Op. Cit.*, pag.7.

⁹ Costa V. *I modi del sentire. Un percorso nella tradizione fenomenologica*. Quodlibet, Macerata, 2009.

¹⁰ Guidano V. *Op. Cit.*, pag.33.

¹¹ Gaetano P, Maselli P, Meldolesi GN, Picardi A. Una psicoterapia cognitiva centrata sull'esperienza: verso una terapia fenomenologicamente orientata. *Rivista di Psichiatria* 2, 2015; in stampa.

Il Sé fra realtà e finzione

Il Sé, dunque, è un'entità sfuggente e difficile da definire. Esso ha molteplici sfaccettature, come suggeriva James¹², quando ne descriveva le caratteristiche materiali, sociali, spirituali. Attualmente, alcuni ricercatori, nel tentativo di capirne le funzioni e di scoprirne l'ubicazione all'interno dell'organismo umano, sono giunti a dubitare della sua esistenza¹³. In Marraffa e Paternoster¹⁴, per esempio, troviamo che l'Io è concettualizzato come un insieme di meccanismi di difesa, non da conflitti pulsionali inconsci, bensì dalla minaccia della sua stessa inconsistenza ontologica. Per questi Autori, l'Io non è un ente, ma un verbo, un continuo "farsi-Io" che, percependo la sua intrinseca insussistenza, opera continuamente per assicurare la propria continuità. Dunque non esisterebbe alcun sé che non sia finzione, e l'autocoscienza avrebbe un carattere esclusivamente confabulatorio, autoingannevole. Nelle loro parole, "l'Io è qualcosa di primariamente inautentico in quanto è la facciata dell'inconscio computazionale"¹⁵.

A parte la già citata posizione di Hume, nella tradizione filosofica l'Io è un ente, sebbene tanto Husserl, nella prima edizione di *Ricerche Logiche*, che Sartre, in *La Trascendenza dell'Ego*, abbiano inizialmente espresso dubbi sulla esistenza del Sé.

In Kant¹⁶, come pure in Natorp¹⁷, il Sé è visto come un polo di identità puro, un soggetto dell'esperienza che ne è il presupposto, e che non può essere conosciuto come oggetto. Ma esso è anche ciò che permane identico nel mutare delle esperienze.

Il Sé è invece visto soprattutto come dimensione esperienziale, e quindi nella sua mutevolezza, da Sartre¹⁸, Merleau-Ponty¹⁹, Husserl²⁰; Henry²¹. Nella loro analisi, essere un sé appare a se stesso (*ipseità*), in uno modo già autoriferito, preriflessivamente. In altri termini, la soggettività rivela se stessa a se stessa; si parla, in questo senso, di autoaffezione. Il soggetto realizza la sua *ipseità* nel suo essere incarnato, immerso nel mondo²². La relazione archetipica del Sé con se stesso, che segna interiorità e *ipseità*, è il flusso temporale in cui la coscienza si dà a se stessa, in continuo movimento. La temporalità si costituisce nella molteplicità delle sue apparizioni: ad ogni nuovo adesso corrisponde un'impressione originaria del momento, ma anche le impressioni ritenute del passato appena scorso, che conservano la loro posizione, mentre raccoglie in sé anche la protensione verso il futuro.

Il senso di essere sé accompagna dunque ogni mutevole esperienza. Il "Sé minimo" della coscienza nucleare, secondo Damasio²³, rimane stabile nel tempo, mentre il "Sé

¹² James W. *Op. Cit.*

¹³ Metzinger T. *Being No One: The Self-Model Theory of Subjectivity*. MIT Press, Cambridge, 2003.

¹⁴ Marraffa M. e Paternoster A. *Sentirsi esistere: Inconscio, coscienza, autocoscienza*. Laterza, Roma-Bari, 2013.

¹⁵ Marraffa M. e Paternoster A. *Op. Cit.*, pag.174.

¹⁶ Kant E. *Critica della ragion pura* (1781). Laterza, Roma-Bari, 2005.

¹⁷ Natorp P. *Allgemeine Psychologie nach kritischer Methode*. J. C. B. Mohr (P. Siebeck), 1912.

¹⁸ Sartre J.P. *L'essere e il nulla* (1943). Net, Milano, 2002.

¹⁹ Merleau-Ponty M. *Fenomenologia della percezione* (1962). Bompiani, Milano, 2003

²⁰ Husserl E. *Op. Cit.*

²¹ Henry M. *Op. Cit.*

²² Henry M. *Incarnazione: una filosofia della carne* (2000). Sei, Torino, 2001.

²³ Cfr. Damasio P. *Emozione e coscienza* (1999), Adelphi, Milano, 2000; *Alla ricerca di Spinoza. Emozioni, sentimenti e cervello*, Adelphi, Milano, 2003.

autobiografico” della coscienza estesa ha vari livelli di organizzazione, e dipende sia dalla memoria convenzionale sia da quella di lavoro.

In Heidegger²⁴, l'uomo è un *Esser-ci*, evento esso stesso che accade con il suo mondo e con i suoi “altri”, trasformandoli e venendone trasformato a ogni istante, e cioè a ogni altro evento o a ogni evento dell'altro. Ciascun evento è evento di sé ed evento dell'altro, e nell'accadere trascina il Sé e i suoi effetti interni, identificabili come altro del Sé. Viene così meno ogni distinzione, ogni discontinuità tra il Sé e il mondo, tra il Sé e l'altro da sé. Ci sono effetti di interiorità ed esteriorità, di identità e alterità, di passato e presente, ma non c'è un dentro e un fuori, uno stesso e un altro, un prima e un dopo. Gli effetti accadono a partire da questo continuo movimento. Per dirla con Heidegger, “là dove era l'io, la psiche, il soggetto, deve farsi spazio, o forse bisogna lasciare essere, l'evento”²⁵.

Per alcuni pensatori, il Sé, per essere compreso, deve essere presentato come costruzione narrativa²⁶. Esso evolve attraverso progetti e azioni, che però sono comprensibili solo grazie a interpretazioni narrative che ne riconoscono le intenzioni in un contesto. Nel racconto si intrecciano significati condivisi. Il *Sé narrativo* è una costruzione aperta e costantemente sottoposta a revisione, imperniata su puntelli narrativi e organizzata intorno a scopi, ideali, aspirazioni. Il racconto forgia il proprio sé e permette di comprendere gli altri. Tuttavia, in alcune particolari accezioni, il Sé narrativo esteso può essere considerato una finzione²⁷, e confermare l'inesistenza del Sé²⁸, giungendo così alla conclusione che si può essere un sé solo come parte di una comunità linguistica. Secondo Dennett²⁹, “I nostri racconti vengono tessuti, ma per lo più noi non li tessiamo; essi ci tessono.”

Secondo Ricoeur, l'identità si forma nell'agire, ma il senso dell'impresa di un uomo è comprensibile solo analizzando e interpretando la sua intera opera come un racconto. Per poterla interpretare tanto da una prospettiva esterna che da quella soggettiva, abbiamo bisogno di percorrere la lunga via dell'interpretazione che oscilla fra i due poli dell'arco ermeneutico, quello della spiegazione, che esamina le cause e i meccanismi, e quello della comprensione, che analizza i moventi e gli scopi delle azioni³⁰.

Nell'ambito del cognitivismo, è di grande interesse la posizione che ha assunto Neisser sulla genesi del Sé³¹. Egli distingue cinque tipi di autocoscienza che si sviluppano da informazioni diverse: innanzitutto quella di un *Sé ecologico*, basata essenzialmente sulla propriocezione, sul corpo come centro di orientamento nello spazio. Questa coscienza di sé ha a che fare con il senso di agentività, la coordinazione dei movimenti, il senso comune, la responsività alle proprie intenzioni. Si suppone che sia conscia ma indipendente dal linguaggio; una coscienza di sé percepita direttamente, non un'autocoscienza riflessiva. Segue poi il *Sé interpersonale*,

²⁴ Heidegger M. *Essere e Tempo* (1927). Mondadori, Milano, 2006.

²⁵ Leoni F. Là dove era la psiche, deve farsi spazio l'evento. *Antropoanalisi. Rivista della Società Gruppoanalitica Italiana*. http://www.sgai.it/imgs/files/3_Leoni.pdf.

²⁶ Cfr. Ricoeur P. *Tempo e Racconto* (1983-1985). Vol 1, Jaca Book, Milano, 1986; Vol 2. Jaca Book, Milano, 1987; Vol 3. Jaca Book, Milano, 1988.

Ricoeur P. *Sé come un altro* (1990). Jaca Book, Milano, 1993.

MacIntyre A. *Dopo la virtù* (1981). Feltrinelli, Milano, 1993.

Taylor C. *Radici dell'io: la costruzione dell'identità moderna* (1989). Feltrinelli, Milano, 1993.

Flanagan O.J. *Consciousness Reconsidered*. The MIT Press, Cambridge, 1992.

Bruner J. *La fabbrica delle storie*. Laterza, Roma-Bari, 2002.

²⁷ Harré R, Gillett G. *La mente discorsiva* (1994). Cortina Raffaello, Milano, 1996.

²⁸ Dennett D. *Coscienza. Che cosa è?* (1991). Rizzoli, Milano 1993.

²⁹ Dennett D. *Op. Cit.* pag. 464.

³⁰ Ricoeur P. *Dal testo all'azione: saggi di ermeneutica* (1986). Jaca Book, Milano, 1989.

³¹ Neisser U. Five kinds of self-knowledge. *Philosophical Psychology* 1 (1):35-59, 1988.

anch'esso percepito direttamente, dai segnali interpersonali e dalla comunicazione emotiva. Si costituisce nell'interazione sociale che, inizialmente, è immediata e non riflessiva. Trevarthen ha chiamato "intersoggettività primaria"³² questo tipo di interazione, alla quale il bambino è geneticamente predisposto, e durante la quale, a differenza di quanto fa solitamente l'adulto, egli non attribuisce pensieri né sentimenti. Il Sé ecologico e il Sé interpersonale costituiscono un *Sé relazionale*.

Il *Sé esteso* sviluppa verso i due anni, con memorie e anticipazioni personali. La memoria degli eventi (coerenti o incongrui o traumatici) si articola con narrative che danno loro significato e che ne selezionano alcuni rispetto ad altri. In esse, l'esperienza immediata è trasformata e traslata in frasi che la interpretano. È memoria semantica, essenza di una identità autobiografica³³. Serve a ricordare una routine non eseguita, ed è la base di uno sviluppo culturale³⁴.

Il *Sé privato, riflessivo*, si costituisce dopo i tre anni, quando si è ormai stabilita la coscienza di permanere oltre il momento presente, e il bambino è capace di riconoscere le sue intenzioni e dunque anche l'inganno e il rifiuto.

Il *Sé concettuale* proviene, in adolescenza, dall'unificazione di tutte le identità, ed emerge da assunti basati su esperienze sociali e da teorie sulla natura umana. Varia a seconda della cultura di appartenenza.

Il profilo di sviluppo del Sé, che Neisser ha tracciato, riconosce la funzione di un Sé relazionale preriflessivo che garantisce una coscienza di sé come centro di esperienza, e una certa capacità di comunicazione interpersonale. Si suppone che, nella Schizofrenia, siano presenti disturbi del Sé preriflessivo³⁵, tuttavia notiamo che il senso di agentività e di meità sono ridotti in misura più o meno notevole, ma non del tutto eliminati³⁶. Anche nelle demenze, come la malattia di Korsakoff o il morbo di Alzheimer, si osserva una perdita delle capacità narrative ma non la perdita della coscienza di sé preriflessiva.

Nelle comuni psicopatologie, assistiamo regolarmente alla incapacità di comprendere il senso di alcune emozioni e azioni e alla composizione di narrative volte più a individuarne delle cause plausibili che a rappresentarne le effettive concatenazioni motivazionali. È a tale difficoltà di riconoscere il senso proprio dell'esperienza, probabilmente costituitasi all'interno di una rete di relazioni non sintoniche, che il terapeuta post-razionalista può dedicare attenzione, affinché il soggetto possa raggiungere una consapevolezza immediata e intuitiva delle proprie possibilità, cioè della valutazione emotiva della relazione fra sé e il mondo, che gli consente uno spettro di valutazioni e di azioni concepibili. La coscienza di come ci si sente in una situazione emotiva, che è sempre rivolta al futuro, permette di mantenere stabile l'identità. La stabilità, infatti, non è data dal riconoscere ciò che di noi permane identico nel tempo, ma dalla comprensione del senso delle manifestazioni di noi (-con gli altri-nel mondo) a noi stessi, e dalla capacità di fare scelte orientate nella direzione ideale della nostra realizzazione.

³² Trevarthen C. *Communication and cooperation in early infancy: A description of primary intersubjectivity*. In Bullowa M. (a cura di), *Before Speech: The Beginning of Interpersonal Communication*. Cambridge University Press, 1979, pp. 321-348.

³³ Nelson K. *Self and social functions: Individual autobiographical memory and collective*. *Memory*, 11(2): 125-136, 2003.

³⁴ Tomasello M. *Le origini della comunicazione umana* (2008). Cortina Raffaello, Milano, 2009.

³⁵ Parnas J. Handest P. *Phenomenology of anomalous self-experience in early*. *Comprehensive Psychiatry*, 44 (2): 121-134, 2003.

³⁶ Kircher TTJ, Leube DT. *Self-consciousness, self-agency, and schizophrenia*. *Consciousness and Cognition*, 12(4): 656-669, 2003.