

Incontrando Humberto Maturana: perturbazioni possibili nel lavoro terapeutico

a cura di

Ilaria Avallone, Valentina Azzarello, Camilla Bortolotti, Riccardo Busato, Marta Lucca,
Manuela Pinduccion e Milena Sech
Institute of Constructivist Psychology

Humberto Augusto Romesin Maturana (1928-2021) è stato un biologo, sociologo e filosofo cileno. Dopo il diploma ha iniziato a studiare medicina e chirurgia, per poi interessarsi all'anatomia e alla neurofisiologia. Numerose sono state le ricerche riguardanti i sistemi biologici percettivi di vari animali e l'elaborazione delle informazioni nel cervello. Maturana è diventato famoso per la teoria dell'autopoiesi, elaborata insieme a Francisco Varela, con il quale ha scritto i suoi testi più importanti: *Autopoiesi e cognizione: La realizzazione del vivente* (1970) e *L'albero della conoscenza* (1984). Il pensiero di Maturana ha influenzato diverse scienze, tra cui la biologia, la cibernetica, la sociologia e la psicologia.

Parole chiave: autopoiesi, cognizione, psicologia, cibernetica, accoppiamento strutturale.

Meeting Humberto Maturana: possible perturbations in the therapeutic work

Humberto Augusto Maturana (1928-2021) was a Chilean biologist, sociologist and philosopher. After graduating he began studying medicine and surgery, and then became interested in anatomy and neurophysiology. Numerous studies have been carried out on the biological perceptual systems of various animals and on information processing in the brain. Maturana became famous for the theory of autopoiesis, elaborated together with Francisco Varela, with whom he wrote his most important works: *Autopoiesis and cognition: the realization of the living* (1970) and *The tree of knowledge* (1984). Maturana's thought has influenced several sciences, including biology, cybernetics, sociology and psychology.

Keywords: autopoiesis, cognition, psychology, cybernetics, structural coupling.

Come ha influito sulla sua professione di psicoterapeuta l'incontro con Maturana e la sua teoria/pensiero?

La teoria di Humberto Maturana per me è scomoda da capire, figuriamoci da incarnare. Tanto meno è facile, tanto più scelgo di utilizzarla, lasciando che si rinnovi: sono i sistemi mio e dell'opera che si incontrano, generando una nicchia di volta in volta nuova.

Nel lavoro clinico mi permette di vedere lo spazio terapeutico come costruito dall'incontro fra il mondo del paziente e il mio, uno spazio che funziona come terreno di sperimentazione. La psicoterapia diventa così un'area di possibilità e vincoli in cui i partecipanti sono attivi. Per (solo apparente) paradosso, una teoria che pone l'accento sull'autopoiesi rivela, per me, la potenza deflagrante delle relazioni, per esempio quella terapeutica.

*Alessandro Busi
psicologo, psicoterapeuta
Institute of Constructivist Psychology*

L'incontro con Maturana, inizialmente attraverso i libri scritti con Varela e poi anche attraverso i testi scritti in solitaria o con altri autori, è stato ed è fondamentale nella mia formazione. Ho trovato in lui un rigore teorico estremo, radicale direi, che permette anche a me di essere rigorosa, e una visione dell'essere umano in grado di abbracciarne la complessità. In prima persona, come essere umano, mi sono sentita osservata da lui nel mio essere creatura vivente, organismo biologico, e per questo creatura che si emoziona, che pensa, che costruisce rapporti sociali, di amore, attraverso i quali realizzare la propria ontologia e contribuire alla realizzazione dell'ontologia degli altri.

*Francesca Del Rizzo
psicologa, psicoterapeuta, didatta
Institute of Constructivist Psychology*

L'impatto con *L'albero della conoscenza* e *Autopoiesi e cognizione* sono stati deflagranti nel mio modo di concepire la conoscenza e il soggetto conoscente. È stata una rivoluzione copernicana che ha sovvertito i parametri con cui guardare il rapporto tra i diversi esseri viventi e non. Pensare all'essere vivente come costantemente impegnato (in ogni sua scelta e azione) a mantenere la propria esistenza (e il proprio senso da dare a sé e al mondo) attraverso la chiusura operativa ha, da un lato, ridato protagonismo al soggetto e, dall'altro, dimostrato quanto il cambiamento sia possibile solamente dove l'organizzazione del sistema sia disposta ad accettare le perturbazioni. Quest'ultimo aspetto ha ricalibrato il mio modo di concepire il cambiamento nella pratica terapeutica principalmente in due modi: devo costruire perturbazioni che siano assimilabili dal soggetto e ciò che posso fare io è perturbare, non cambiare l'altro.

*Carlo Guerra
psicologo, psicoterapeuta, didatta
Institute of Constructivist Psychology*

Il mio incontro con Maturana ha avuto inizio con lo studio della teoria dell'autopoiesi, formulata insieme a Varela. Ero una psicoterapeuta in formazione alle prese anche con lo studio della Psicologia dei Costrutti Personali (PCP) e degli altri contributi teorici nell'ambito del costruttivismo. Ricordo la fatica iniziale di comprendere una teoria dell'essere vivente – che affronta le domande epistemologiche attraverso la biologia - così diversa da quelle incontrate fino a quel momento e la cui applicabilità in psicoterapia non mi appariva, allora, lampante né immediata. Con il tempo però la fatica si è trasformata in appassionato interesse. Oggi sono affascinata da questa teoria dei sistemi viventi, capace di descrivere la continuità tra livelli di organizzazione, dall'organismo più semplice ai sistemi più complessi. Considerare il sistema vivente dal suo interno, che specifica le perturbazioni per esso significative, è una prospettiva che ritengo pienamente compatibile con la PCP e applicabile in psicoterapia. Una psicoterapia per e con l'essere umano, in prima persona e in relazione.

*Chiara Lui
psicologa, psicoterapeuta, didatta
Institute of Constructivist Psychology*

L'incontro con il pensiero di Maturana ha costituito per me una grande sorgente di perturbazioni che mi hanno accompagnato negli anni, permettendomi di generare spazi di comprensione via via sempre più ampi e nuovi. Prima ancora delle nozioni di autopoiesi e accoppiamento strutturale, feconde e utilissime nel mio lavorare con singole persone e coppie, la riflessione che mi è più cara ha a che fare con l'idea che non si possa ridurre la conoscenza ad un insieme di regole predeterminate, ontologicamente date, "intransitive" (vs *transitive*)⁹ e "definitive" (vs *transitorie*)¹⁰. Mi sembra che la proposta di intendere la conoscenza come atto creativo al quale la persona partecipa con la propria azione restituisca centralità all'individuo che conosce e che fa esperienza, ponendo l'accento sulla peculiare struttura¹¹ di ciascuno, in grado di specificare quale porzione di esistenza può concedersi di "manipolare", di "far entrare", di "trasformare". Mi sembra che racchiuda in sé, infine, il seme dell'alternativismo costruttivo, così come Kelly ce lo propone: "*No one needs to paint himself into a corner; no one needs to be completely hemmed in by circumstances; no one needs to be the victim of his biography*"¹².

Maria Giulia Panetta
psicologa, psicoterapeuta, co-didatta
Institute of Constructivist Psychology

L'incontro con il pensiero di Maturana, quando molti anni fa ho iniziato a leggere i suoi libri, non è stato semplice: i contenuti complessi, i molti neologismi, la narrazione non sempre facile da seguire, me ne rendevano la lettura difficile e faticosa. Tuttavia, ho avuto fin da subito la sensazione che tale difficoltà avesse a che fare con l'invito di Maturana a una lettura rivoluzionaria dei sistemi viventi. Questo mi interessava. Il pensiero di Maturana ha avuto, da lì in poi, un impatto dirompente nella mia professione di psicoterapeuta e di formatrice. L'idea di un sistema chiuso che può essere perturbato ma non determinato dall'ambiente, il costrutto di autopoiesi e di determinismo strutturale, definiscono il rapporto tra realtà e conoscenza in termini di specificazione con implicazioni importanti nella pratica psicoterapeutica così come, ad esempio, nella formazione in ambito sanitario rispetto relazione medico-paziente o alla prevenzione del *burn-out*. Se assumiamo questa prospettiva nella relazione con i pazienti le nostre azioni saranno volte alla comprensione del sistema e a come il sistema stesso può leggere e può essere perturbato dai nostri interventi. In questo senso la teoria di Maturana può essere vista, tra le altre cose, come un invito continuo ad assumerci la responsabilità delle nostre azioni in relazione all'altro.

Elena Sagliocco
psicologa, psicoterapeuta, didatta
Institute of Constructivist Psychology

L'incontro con Maturana ha perturbato la mia concezione professionale di psicoterapeuta toccando e dilatando alcuni aspetti fondamentali del mio modo di intendere la professione quali il rispetto, la responsabilità e l'umiltà. In particolare, riguardo all'ultimo di questi aspetti, grazie all'incontro con Maturana ho messo a fuoco che, se considero in termini di organismo autopoietico la persona che ho davanti, come terapeuta devo essere pronto a cogliere che alcune azioni da me ritenute terapeutiche potrebbero non essere tali per quella persona proprio perché sta a lei specificare cosa sia perturbativo per il proprio sistema. Questo impone al terapeuta il rigore della verifica costante, ma anche l'accettazione che non esistono 'terapeuti onnipotenti' in grado di definire chi l'altro sia. Tutt'al più esistono terapeuti costantemente interessati a conservare un atteggiamento di comprensione che, in termini di accoppiamento strutturale, si rivela "vitale" e "perturbativo" per entrambi e non solo per il paziente.

Vito Stoppa
psicologo, psicoterapeuta, co-didatta
Institute of Constructivist Psychology

⁹ Kelly, G. A. (1991). *The psychology of personal constructs* (vol. 1-2). (2nd ed.). London: Routledge.

¹⁰ *Ibidem*.

¹¹ La struttura è intesa qui secondo la definizione proposta ne "L'albero della conoscenza", come "l'insieme dei componenti e dei rapporti che, concretamente, costituiscono una unità particolare nella realizzazione della sua organizzazione" (Maturana & Varela, 1984/1987).

¹² Kelly, G. A. (1991). *The psychology of personal constructs* (vol. 1-2). (2nd ed.). London: Routledge.

L'incontro con la teoria di Maturana è avvenuto durante il mio primo anno di formazione presso l'ICP, e ricordo ancora molto bene le mie prime impressioni di fronte ai concetti di autopoiesi e di accoppiamento strutturale. Ero sconcertata ma al contempo affascinata, spaventata da un'apparente estrema complessità dei concetti trattati, e contemporaneamente rapita dalla loro portata euristica. È stato necessario leggere e studiare approfonditamente "*L'albero della conoscenza*", masticarlo da più punti di vista, e ad oggi, nonostante io ritenga di non aver ancora completato la comprensione di questa vasta teoria, la considero un fondamento della mia pratica clinica. Le teorizzazioni di Maturana mi hanno concesso di ampliare la mia conoscenza del costruttivismo, aumentando il campo di pertinenza della PCP, e indirizzarmi verso una comprensione più ampia e organica degli esseri viventi e della relazione con la realtà circostante. In particolare, questo percorso di studio mi ha concesso di superare una serie di nozioni dicotomiche, come per esempio mente-corpo, uomo-macchina, io-altro, restituendomi una lettura armoniosa della realtà che mi circonda.

Lila Vatteroni
psicologa, psicoterapeuta, co-didatta
Institute of Constructivist Psychology

Pensando a Maturana e alla sua teoria, che metafora/immagine le viene in mente? E perché?

Vedo la teoria di Maturana come un prisma ottico. Guardandoci attraverso, la realtà si derealizza e si moltiplica. Ogni sistema vivente genera i lati e gli angoli del prisma, ovvero gli spazi autopoietici e di relazione con l'altro: "i sistemi viventi sono unità di interazioni". Così, noi come il nostro animale domestico, la persona che amiamo, l'automobile che guidiamo, il video su *YouTube* che guardiamo, la persona che ci ha ferito, il mare in cui ci tuffiamo, la pianta che innaffiamo, i pensieri che evitiamo. Emergiamo nell'incontro, ci rinnoviamo costruendo realtà diverse, ovvero modificando il prisma stesso, quindi agendo una autoriflessività generativa.

Citando Stafford Beer nell'introduzione ad *Autopoiesi. L'organizzazione del vivente*, "Dopo questo, il mondo è un luogo diverso".

Alessandro Busi
psicologo, psicoterapeuta
Institute of Constructivist Psychology

La vedo come una foresta vergine. Un sistema organizzato pieno di vita, complesso, articolato, prezioso per il mondo, complicato da comprendere, stratificato, in una certa misura autosufficiente ma in grado di accogliere le perturbazioni e farle proprie, dando loro un senso. Un ambiente da esplorare, ma che può scombussolare, sicuramente non comodo, ma terribilmente affascinante.

Francesca Del Rizzo
psicologa, psicoterapeuta, didatta
Institute of Constructivist Psychology

Pensando principalmente alla teoria dell'autopoiesi, l'immagine che a me sembra riassumere tutto il suo pensiero è quello di una membrana cellulare (fig. 1) che è disposta a mutare se stessa e l'ambiente che la circonda solo attraverso canali per lei significativi e che non pregiudichino la sua esistenza.

Carlo Guerra
psicologo, psicoterapeuta, didatta
Institute of Constructivist Psychology

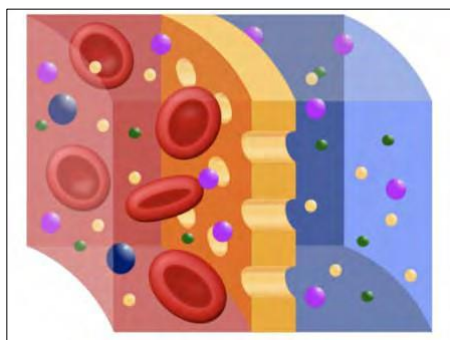


Figura 1. Membrana cellulare

Sono almeno due. Il primo è l'aforisma "ogni cosa detta è detta da qualcuno" (Maturana & Varela, 1984/1987, p. 40), che, in poche e plastiche parole, concentra universi di significati: è presupposto epistemologico, primato della prima persona, responsabilità. L'immagine, poi, che più spesso richiamo è la raffigurazione dell'accoppiamento strutturale (fig. 2): due (o più) sistemi che, nella loro chiusura organizzativa, interagiscono specificando, ciascuno per la propria coerenza interna, ciò che è significativo dell'altro e della relazione con l'altro-da-sé. È come fermare un fotogramma di un processo che, tradotto in esperienza, può rappresentare una rivoluzione dei presupposti personali.

Me ne accorgo dialogando in psicoterapia con le persone, che incarnano teorie implicite delle relazioni talvolta di stampo deterministico. È qui che diventa fortemente trasformativo considerare – sembrerà banale – che quanto vale per sé vale anche per gli altri, e viceversa. Anche gli altri interpretano gli eventi dalla propria prospettiva, attraverso i propri significati, e il loro punto di vista è valido quanto il nostro anche quando il loro "ci appare meno desiderabile" (*ibidem*, p. 197). È principio etico, e premessa all'esercizio della socialità¹³.

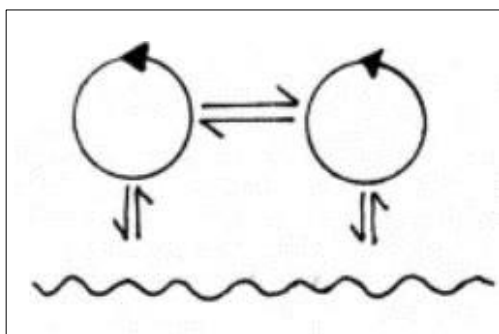


Figura 2. Raffigurazione dell'accoppiamento strutturale

Chiara Lui
psicologa, psicoterapeuta, didatta
Institute of Constructivist Psychology

L'immagine che ho in mente in questo momento mi arriva dalle parole di una poesia di Antonio Machado e ha a che fare proprio con la proposta di abbandonare un'idea di conoscenza che segua regole prestabilite e definitive, sostituendola con quella di un percorso che si costruisce via via, di un fluire creativo e autopoietico, al quale il soggetto non si sottrae ma del quale è parte attiva e agente, costruendo in questo modo la propria identità, nello sforzo continuo di "mantenersi in vita". Risuonano così i versi, lasciando in me una sensazione di fiducia nella possibilità della persona di dare vita continuamente a se stessa e di scegliere per sé – creativamente – quale percorso costruire: "*Caminante, son tus huellas | el camino, y nada más; | caminante, no hay camino: | se hace camino al andar*"¹⁴ (Viaggiatore sono le tue orme | il cammino, e nulla più; | viaggiatore, non esiste il cammino: | il cammino si fa camminando).

Maria Giulia Panetta
psicologa, psicoterapeuta, co-didatta
Institute of Constructivist Psychology

Potrei utilizzare la metafora di un gruppo di bambini impegnati in un gioco di ruolo del tipo "facciamo che io ero...". Se osserviamo il gruppo di bambini come un sistema possiamo accorgerci che le singole azioni, così come le relazioni tra i partecipanti al gioco, non hanno alcun senso agli occhi di un osservatore esterno. Possiamo comprendere le storie che prendono forma attraverso il gioco solo se entriamo nel gioco stesso, se accettiamo cioè di dare senso a come il sistema specifica l'ambiente. Inoltre, potremmo accorgerci a un certo punto che alcuni bambini escono dal gioco e vengono sostituiti da altri senza che questo interrompa la narrazione. In altri termini potremmo notare come il sistema possa cambiare la propria struttura mantenendo intatta l'organizzazione.

Elena Sagliocco
psicologa, psicoterapeuta, didatta
Institute of Constructivist Psychology

¹³ Il corollario della socialità afferma: "nella misura in cui una persona costruisce i processi di costruzione di un'altra, può giocare un ruolo in processo sociale che coinvolge l'altra persona" (Kelly, 1991).

¹⁴ Machado, A. (1971). *Poesie*. Roma: Newton Compton.

Un fiume che scorre e il cui scorrere non è determinabile a priori ma sarà in una certa misura anticipabile provando a conoscere e considerare non solo l'acqua e le sue proprietà, ma anche il terreno su cui quell'acqua scorrerà e lo sguardo curioso di chi starà facendo quella osservazione.

*Vito Stoppa
psicologo, psicoterapeuta, co-didatta
Institute of Constructivist Psychology*

La teoria di Maturana mi restituisce l'immagine di una spirale in costante movimento: il moto incessante che la caratterizza rappresenta l'idea del perpetuo cambiamento in cui siamo immersi noi e il mondo che ci circonda, la rotondità richiama l'organizzazione degli esseri viventi, che può considerarsi in qualche modo chiusa e finita, ma solo in relazione allo sfondo, rappresentato dagli spazi bianchi tra le linee nere, che sono le perturbazioni apparentemente invisibili del mondo circostante.

*Lila Vatteroni
psicologa, psicoterapeuta, co-didatta
Institute of Constructivist Psychology*

Note sugli autori

Ilaria Avallone

Institute of Constructivist Psychology

ilaria.av@gmail.com

Psicologa e specializzanda in psicoterapia presso l'Institute of Constructivist Psychology di Padova. Si è laureata in Scienze e Tecniche di Psicologia Cognitiva presso l'Università Suor Orsola Benincasa di Napoli e ha proseguito gli studi magistrali in Psicologia Sociale e del Lavoro presso l'Università di Padova. Lavora a Padova con adolescenti in ambito educativo e attualmente segue un progetto su sport e inclusione sociale in cui uno degli obiettivi è integrare la psicologia dello sport.

Valentina Azzarello

Institute of Constructivist Psychology

azzarellov@gmail.com

Psicologa e specializzanda in psicoterapia presso l'Institute of Constructivist Psychology di Padova. Si è laureata in Scienze e Tecniche di Psicologia Cognitiva presso l'Università degli studi di Trento e ha proseguito gli studi magistrali in Neuroscienze e Riabilitazione Neuropsicologica presso l'Università degli Studi di Padova. Attualmente lavora come psicologa presso un Centro Servizi Anziani e conduce come psicologa volontaria i gruppi di auto-mutuo aiuto online rivolti a *caregiver* di pazienti affetti da varie forme di demenza e organizzati da un'Associazione di Promozione Sociale con sede a Padova.

Camilla Bortolotti

Institute of Constructivist Psychology

cami.borto@gmail.com

Psicologa e specializzanda in psicoterapia presso l'Institute of Constructivist Psychology di Padova. Si è laureata in Scienze e Tecniche Psicologiche presso l'Università degli Studi di Trento, per poi proseguire gli studi magistrali in Psicologia di Comunità, della Promozione del Benessere e del Cambiamento Sociale presso l'Università degli Studi di Padova. Attualmente lavora come facilitatrice della comunicazione e dell'integrazione scolastica presso una scuola primaria a Trento.

Riccardo Busato

Institute of Constructivist Psychology

riccardobusato93@gmail.com

Psicologo e specializzando in psicoterapia presso l'Institute of Constructivist Psychology di Padova. Ha studiato psicologia a Padova. Attualmente lavora con minori affetti da varie problematiche neuropsichiatriche.

Marta Lucca

Institute of Constructivist Psychology

marta.lucca93@gmail.com

Psicologa e specializzanda in psicoterapia presso l'Institute of Constructivist Psychology di Padova. Si è laureata in Scienze e Tecniche Psicologiche presso l'Università degli Studi di Trieste e ha proseguito gli studi magistrali in Psicologia Clinico-Dinamica presso l'Università degli Studi di Padova. Ha lavorato sul territorio con i minori e attualmente lavora in una comunità educativa-riabilitativa per minori.

Manuela A. Pinducciu
Institute of Constructivist Psychology
manuela.pinducciu@gmail.com

Psicologa e specializzanda in psicoterapia presso l'Institute of Constructivist Psychology di Padova. Si è laureata in Scienze e Tecniche Psicologiche presso l'Università degli Studi di Cagliari e ha proseguito gli studi magistrali in Psicologia Clinico-Dinamica presso l'Università degli Studi di Padova. Si interessa in particolare di tematiche relative all'identità sessuale.

Milena Sech
Institute of Constructivist Psychology
sech.milenag3@gmail.com

Psicologa e specializzanda in psicoterapia presso l'Institute of Constructivist Psychology di Padova. Si è laureata in Scienze e Tecniche di Psicologia Cognitiva presso l'Università degli Studi di Trento e ha proseguito gli studi di laurea magistrale in Psicologia Criminologica e Forense presso l'Università degli Studi di Torino. Ha lavorato in una comunità terapeutica per utenti tossicodipendenti e attualmente conduce come psicologa volontaria progetti scolastici in ambito di educazione alla legalità collaborando con un'associazione a sostegno dei detenuti e delle loro famiglie.