

Doppio legame e ipnosi

Verso una teoria della trance come processo costruttivista

Antonio L. Palmisano

Abstract

The research done in the 50's on schizophrenia leads first of all to the hypothesis and then to the theory of the double bind. The double bind appears after a thorough investigation of the notion of paradox and its effect in the pragmatic of human communication as a particularly complex form of communication with noteworthy therapeutic potentialities, if its shapes differ from the schizogenic double bind. This work takes the therapeutic double bind into consideration and defines it as such on the basis of its specific structure which is contextualized in states of trance, and not on the basis of its generic use in therapy, i.e. hypnosis is defined as its specific field of practice. The structure of the double bind shows its elasticity and efficiency both in the process of hypnotic trance induction and in the induction of ritual trance. It is also efficient in maintaining the state of trance through the facilitation of dissociation processes which allow the person to elaborate new constellations of relationships and can therefore finally exploit the modified state of consciousness.

Introduzione

Il mio primo uso intenzionale del doppio legame che ricordi con esattezza risale agli inizi dell'adolescenza. Un giorno invernale, con temperatura sotto zero, mio padre fece uscire dalla stalla un vitello per portarlo all'abbeveratoio. Dopo averlo dissetato ripresero la via della stalla, ma quando giunsero alla porta l'animale puntò testardamente i piedi e non volle saperne di entrare nonostante gli sforzi disperati di mio padre che lo tirava per la cavezza. Io stavo giocando con la neve e, al vedere quella scena, scoppiai in una gran risata. Allora mio padre mi sfidò a fare entrare il vitello nella stalla. Visto che si trattava di una resistenza ostinata e irragionevole da parte dell'animale, decisi di dargli la più ampia occasione di continuarla secondo quello che era chiaramente il suo desiderio. Di conseguenza lo posi di fronte a un doppio legame: lo presi per la coda e lo tirai fuori dalla stalla, mentre mio padre continuava a tirarlo verso l'interno. Il vitello decise subito di opporre resistenza alla più debole delle due forze e mi trascinò nella stalla.

Milton H. Erickson, *Opere vol. I*, Astrolabio, Roma 1982, pp. 469-470

Le difficoltà inerenti all'uso del doppio legame in "terapia",¹ rendono questo tema particolarmente affascinante. Specialmente alla luce dei successi che esso contribuisce a permettere nella pratica ipnotica, ovvero negli stati modificati di coscienza.²

¹ Per "terapia" intendo qui non la volgarizzazione e banalizzazione realizzata dalla medicina post-ottocentesca, ma – in una prospettiva costruttivista – quanto veicolato dal sostantivo *therapeia*, derivato dal verbo greco *therapeuo*: "servire, onorare (gli Dei, i genitori e gli altri esseri umani); dedicarsi a, avere cura di (Dei, genitori e altri esseri umani)". L'azione descritta dal verbo è un'azione tesa a servire quello che nell'altro è ciò che consente all'altro di realizzare l'esser-ci. Si tratta dunque della pratica di una *Anthropologie der Sorge* – comprendendo Martin Heidegger – e quindi di una *Anthropologie der Liebe* – riconsiderando Ludwig Binswanger – in direzione di una epistemologicamente ricercata diminuzione della diversificazione fra soggetto e oggetto.

² Ho avuto modo di osservare del resto che l'uso del doppio legame – soprattutto nell'accezione di Milton H. Erickson, come da me sopra riportato in citazione – è tanto frequente nelle induzioni di trance ipnotica come nelle induzioni di trance rituale. Mentre in questo articolo mi concentro sulla trance ipnotica, in un lavoro di imminente pubblicazione (Antonio L. Palmisano *Trance*. Lecce: Pensa

Ma ogni terapia può far uso del doppio legame? E poi, vi è un solo tipo di doppio legame? Ovvero, è possibile interpretare il doppio legame esclusivamente come doppio legame schizogenico, adattato poi alla terapia? O vi è piuttosto una specificità strutturale del doppio legame terapeutico che lo porta a essere diverso dal doppio legame schizogenico?

Il risultato di questo lavoro di ricerca conduce a interpretare il doppio legame terapeutico come ben diverso, e proprio nella sua struttura.

Il potenziale di induzione alla dissociazione, specifico del doppio legame, ovvero del paradosso, e del doppio legame schizogenico in particolare, risulta evidente soprattutto nei processi di induzione della trance e degli stati ipnotici. È in effetti indiscutibile la sua capacità di depotenziamento dei modelli consci favorendo al contempo il potenziamento dei modelli inconsci; del tutto incontestabile risulta poi essere il suo ruolo nei processi di dissociazione persona/corpo e di dissociazione persona-corpo/corpo.³

Mentre tuttavia il doppio legame schizogenico stabilisce e rafforza i conflitti fra i due livelli logici, ovvero fra il livello primario (conscio) e il secondario (inconscio), il doppio legame terapeutico, invece, ovvero il doppio legame che definiamo come avente specifiche valenze terapeutiche – così come è stata prima definita la “terapia” –, si distingue per la sua efficacia nel momento di integrazione dei diversi livelli logici. Esso agisce a un livello logico differente (metalivello) facilitando la interazione creativa fra il livello primario (conscio-livello logico) e il secondario (inconscio-metalivello). Il doppio legame terapeutico rende dunque possibili le risposte, integrate, ai due livelli, permettendo il cambiamento – la soluzione dei conflitti precedentemente in corso, secondo certa terminologia –, ovvero configurando un nuovo ordine nella prospettiva della persona.

In questo quadro analitico è possibile parlare di doppio legame terapeutico, quindi, proprio in virtù della sua specifica struttura, e nel contesto ipnoterapeutico e della trance rituale. È in questo contesto difatti che il “dialogo fra gli emisferi” e i livelli differenti di comunicazione viene a essere reso possibile, insieme con le potenzialità espresse dalla presenza del “terapeuta”, ovvero dell’induttore-conduttore della trance.

Al di fuori del contesto ipnotico, il doppio legame pare dunque poter essere definito come terapeutico solo perché adoperato nella terapia – è allora uno “pseudo-legame terapeutico” –, ma non per la sua struttura e neppure per la sua relazione contestuale, e non contingente, allo stato di trance e costituente lo stato di trance.

Ma è da una prima riflessione sul concetto di “paradosso” che si può partire per analizzare il concetto di “campo” e quindi la *conditio sine qua non* per l’instaurarsi del doppio legame terapeutico.

Una prima definizione di paradosso, atta a distinguere fra veri e falsi paradossi, può essere così formulata: il paradosso è una contraddizione che deriva

Editore, 2014, pp. 504) mi occupo della trance rituale e dello specifico uso di doppi legami.

³ Questo è quanto conferma la pratica e l’osservazione diretta e partecipante di migliaia di induzioni in trance ipnotica e in trance rituale da me condotte negli ultimi decenni.

dalla deduzione corretta a partire da premesse coerenti.⁴ Il paradosso non si basa dunque su un errore interno al ragionamento, né su un inganno inscritto nella argomentazione dialettica all'interno di una discussione. Certamente, quelle che oggi appaiono come coerenze interne al ragionamento possono domani essere rilevate come errori logici. E questo è quanto difatti accaduto per alcuni dei paradossi più conosciuti nella storia della filosofia. Così, per esempio, i famosissimi paradossi di Zenone su “Achille dal piede veloce e la tartaruga” o su “la freccia che non raggiunge il bersaglio” sono stati riscoperti come falsi paradossi proprio quando Northrop ha dimostrato in matematica che le serie convergenti hanno un limite finito: la distanza che costantemente diminuisce fra Achille e la tartaruga ha un limite finito da rapportare a due misure diverse del tempo e dunque della velocità.⁵

Insomma, il paradosso viene a dissolversi quando, fatta una scoperta, si dimostra l'erroneità delle ipotesi alle quali fino a allora era stato dato credito. Le antinomie sono appunto dei paradossi, più precisamente sono quei paradossi che si presentano in sistemi altamente formalizzati come la logica e la matematica. Secondo Quine, infatti, una antinomia “produce una autocontraddizione, in base alle regole accettate dal ragionamento”.⁶ Insomma l'antinomia è una asserzione che è sia contraddittoria che dimostrabile.⁷ Dunque, ogni antinomia è una contraddizione logica anche se non ogni contraddizione logica è un'antinomia.

Vi sono però paradossi che non si fondano all'interno dei sistemi logici e matematici, ma derivano piuttosto da incoerenze nascoste nella struttura di livello del pensiero e del linguaggio. Questo secondo gruppo di paradossi va sotto il nome di “antinomie semantiche” o “definizioni paradossali”.

Vi è comunque un altro gruppo di paradossi di grande interesse per l'ipnosi e l'ipnoterapia, ma anche per la psicologia e la psichiatria. Sono i paradossi che si presentano nelle interazioni in corso determinando il comportamento. Si tratta dei paradossi pragmatici, ai quali vanno aggiunte le ingiunzioni paradossali e le predizioni paradossali.

Riassumendo, possiamo parlare di tre gruppi di paradossi corrispondenti ai tre settori principali della teoria della comunicazione umana. Il primo gruppo corrisponde alla sintassi logica, il secondo gruppo alla semantica, il terzo gruppo alla pragmatica.

Ed è proprio nell'ambito dei paradossi pragmatici che può svilupparsi il doppio legame terapeutico negli stati di trance, in particolare di trance ipnotica.

⁴ Watzlawick, Beavin, Jackson 1971, pg. 185

⁵ Cfr. Northrop 1944

⁶ Quine 1962, pg. 85

⁷ Stegmüller 1957, pg. 24

I. La teoria del doppio legame

I. 1. Gli studi sulla schizofrenia e la teoria del doppio legame

Due oggetti sono definibili solo per la differenza dell'uno rispetto all'altro, e non in quanto tali. Per esempio, un gelato e un frigorifero sono uno opaco e l'altro lucente, uno bianco e l'altro grigio, uno piccolo e l'altro grande, uno morbido e l'altro duro ecc. Non è comunque né nel gelato né nel frigorifero che sono iscritte le diverse "proprietà". Piuttosto è nelle interazioni fra il gelato e il frigorifero e il nostro apparato percettivo, come pure nelle interazioni fra il solo gelato e il solo frigorifero, che le proprietà si concretizzano: veniamo così a parlare di "caratteristiche". Quando ripongo il gelato nel frigorifero, o quando cerco di ammaccare il frigorifero a colpi di gelato, riesco a farmi un'idea dell'insieme delle differenze fra il gelato e il frigorifero. *L'azione umana istituisce la differenza, e con essa costituisce il Gegenstand, l'oggetto, ovvero gli oggetti.* Questa idea si articola come informazioni sulla differenza fra A e B, ovvero fra il gelato e il frigorifero.

Lo stesso vale per altri oggetti. Per esempio, la penna e l'inchiostro. Proprio per l'interazione che istituisco fra penna e inchiostro e fra questi due e i miei organi di senso, stabilisco una differenza fra C e D, ovvero fra la penna e l'inchiostro, e produco informazioni su quegli oggetti che ho costituito proprio costituendo informazioni. È la prassi della differenza a fondare una relazione, o meglio ancora una costellazione di relazioni, che costituisce gli oggetti.

Il caso della cosiddetta schizofrenia interessa profondamente l'epistemologia come appena descritta e sfida l'epistemologia convenzionale: essa è in effetti incapacitata a intendere l'inesistenza delle "proprietà" dell'oggetto e dunque degli oggetti. Le "proprietà" sono difatti esclusivamente differenze che esistono solo nel loro essere in relazione le une alle altre, ovvero sussistono solo nel contesto. Il procedimento che la mente segue nel processo di costruzione degli oggetti è quello di *astrarre dalla relazione e dall'esperienza d'interazione* per poter dotare di "caratteristiche" e "proprietà" gli oggetti, dunque per fondare gli oggetti.

Applicando queste riflessioni alle situazioni della famiglia cosiddetta schizofrenica, è impossibile non ammettere che *lo stesso "carattere", le stesse "proprietà" della persona sono reali, emotivamente e profondamente reali, nella relazione e esclusivamente in questa.* Il "sé" viene alla vita attraverso il processo di *Auslegung* – ovvero interpretazione e rappresentazione – delle esperienze di astrazione e differenziazione, innanzitutto all'interno della famiglia, e prosegue come tale al di fuori della relazione intra-familiare.

La questione della schizofrenia – con i potenti dubbi gnoseologici che suscita nel ricercatore – pertanto non può non essere considerata come una risposta *de facto* alla epistemologia tradizionale.

Non potendo dissociare i due piani del paradosso, ovvero del doppio legame, e posta "l'integrazione dell'emisfero destro e sinistro", nella situazione epistemologica schizogenica il soggetto dissocia se stesso. Questo è quanto mi

sembra poter oggi affermare sulla scorta dell'osservazione diretta di situazioni schizogeniche; ed è per questa specificità di soluzione alternativa del paradosso che forme di confusione ingenerate attraverso paradossi e doppi legami e sostenute da doppie e triple negazioni facilitano l'induzione degli stati di trance, tanto nell'ipnosi come nei culti di trance di possessione, visione ed estasi.⁸

La teoria dei tipi logici applicata per riverso alle dinamiche intra-familiari conducono dunque l'antropologo Bateson e il suo gruppo di psicologi a una analisi e interpretazione rivoluzionaria della schizofrenia.⁹ Finanziato dalla Rockefeller Foundation nel 1952-1954 e nuovamente finanziato in fase successiva dalla Joseah Macy Jr. Foundation nel 1954, il gruppo giunge alla scoperta che i cosiddetti sintomi della cosiddetta schizofrenia indicano, soprattutto per Haley, un'impossibilità o un'incapacità di discriminare i tipi logici.¹⁰ In effetti, sulla base di studi effettuati già negli anni '70, per esempio da Vaughn e Leff, come pure da Philips, poi ripresi da Koopmans e da altri negli anni '90, si potrebbe forse addirittura parlare di una specifica impossibilità (con substrato bio-fisiologico) a discriminare in base a tipi logici nel caso della schizofrenia.¹¹

La confusione che si ingenera nella persona durante il processo di discriminazione dei tipi logici conduce questa ultima, quando ripetutamente sottoposta e costretta a tentare la separazione fra i livelli logici, a persistere in una situazione di elevato stress e di angoscia. In tale situazione, la persona può sviluppare quei sintomi e quella eziologia descritta poi formalmente da Bateson secondo l'ipotesi del doppio legame.

La classificazione dei segnali secondo i tipi logici e, prima ancora, lo stesso apprendimento dei segnali secondo i tipi logici si esplicano a livelli multipli. Apprendimento e classificazione sono due serie inseparabili di fenomeni. La capacità di servirsi di tipi multipli di segnali è infatti un'abilità appresa, ovvero una funzione dei livelli multipli di apprendimento. Il processo di discriminazione delle modalità comunicative all'interno di sé e fra sé e gli altri è funzione dell'Io. Il cosiddetto schizofrenico è debole in tre aree almeno di questa funzione.¹² Ha infatti difficoltà o incapacità o impossibilità nell'assegnare la corretta modalità comunicativa: 1. ai messaggi che riceve dagli altri, 2. ai messaggi verbali e non verbali che egli stesso invia, 3. ai propri pensieri, alle proprie sensazioni, percezioni, emozioni. Le specificità dello schizofrenico sono: 1. l'uso di metafore non definite come tali e 2. l'interpretazione per contro letterale di messaggi che dagli altri vengono considerati metafore.

Come si arriva, escludendo la base genetica e fisiologica, a formare lo schizofrenico a tali difficoltà, incapacità, impossibilità? La risposta è ritrovata da Bateson nella struttura familiare improntata alla comunicazione per doppio legame, ovvero nella strutturazione per doppio legame della personalità.

⁸ Palmisano, A. L, 1996, 2000, 2001a, 2001b, 2002, 2003, 2006, 2007, 2008, 2013

⁹ Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J. & Weakland, J. 1956

¹⁰ Haley 1959a, 1959b

¹¹ Philips 1970; Vaughn and Leff 1976; Koopmans 1997

¹² Di fatto, lo schizofrenico *non* è schizofrenico ma è *posto e tenuto* in una situazione schizofrenica.

I. 2. La struttura del doppio legame

I. 2.1. Il doppio legame e la comunicazione paradossale

L'osservazione che la comunicazione paradossale porti all'*invalidazione cronica delle relazioni di base tra persone* apre la strada alla teorizzazione di ciò che viene chiamata la "ipotesi del doppio legame", sviluppata in seguito come "teoria del doppio legame".

La teoria del doppio legame è una teoria relativa alle relazioni umane in generale e, specificatamente, alla comunicazione: una comunicazione particolarmente efficace, in grado di determinare effetti profondi fra le persone. Esempi di comunicazione paradossale, quale "sii spontaneo" oppure "sii indipendente" oppure quale è il messaggio "non leggere questo segnale" veicolato dalla scritta posta su un cartello, sono di fatto doppi legami: comunicano qualcosa non solo paradossalmente, ma la comunicano in modo da trasformare in maniera del tutto significativa il comportamento del ricevitore di questi segnali, di questa comunicazione, tanto da agire nel profondo della sua psicologia. Il rigetto o l'accettazione camuffata di tali messaggi provoca di fatto danni all'interno dei confini psichici e dei processi di integrazione fra "l'emisfero destro e l'emisfero sinistro"; oppure, se non produce danni in termini neurofisiologici, provoca situazioni alle quali l'individuo o la persona non può non rispondere. E cercherà di formulare una risposta che possa esprimersi verso l'esterno o che abbia la sua efficacia all'interno della struttura psichica e emotiva.

I. 2.2. La situazione di doppio legame

Così come teorizzato da Bateson e dal suo gruppo di ricerca sulle famiglie a "comunicazione schizofrenica", la situazione di doppio legame insorge quando si presentano alcune caratteristiche strutturali:

1. *Una interazione fra due o più persone.* In tale interazione è possibile riconoscere una persona che svolge strutturalmente un ruolo di supremazia rispetto all'altra, anche autoattribuendoselo. Questa seconda persona si trova in posizione di subordinazione, per una qualche ragione, nei confronti della prima. Perlopiù si tratta di *relazioni strutturali di sovraordinazione e subordinazione*. Alcuni esempi: la madre e il bambino; i fratelli e sorelle maggiori e i fratelli e sorelle minori; l'ufficiale e la recluta; il professore e lo studente; il medico e il paziente; il direttore d'orchestra e l'orchestrante; il maestro e l'allievo; l'allenatore e il giocatore; il capoufficio e l'impiegato ecc. Ma anche il figlio adulto e la madre in sedia a rotelle; i fratelli e sorelle minori da una parte e il fratello maggiore malato cronico dall'altra ecc.

Analizziamo il caso della segretaria e del direttore di un dipartimento universitario o dei professori all'interno del dipartimento. La segretaria si trova in una

cosiddetta posizione di *one-down* nei confronti del direttore o di due e più professori per i quali fotocopiano documenti. Entrambi i professori, o più professori, hanno potere all'interno della struttura, un potere conferito loro dal ruolo, dal contesto di impiego e dalla prassi di lavoro. Sono tutti in una cosiddetta posizione di *one-up* nei confronti della segretaria che fa le fotocopie. Certamente uno dei due, o più professori, può essere considerato *senior* rispetto all'altro, agli altri; ma la segretaria è comunque in una posizione di *one-down*, mentre uno dei professori può essere in una posizione di *one-down* rispetto a un altro professore e di *one-up* rispetto a un altro ancora.

Sorge una situazione particolare, che chiamiamo appunto di doppio legame, quando alla segretaria sono assegnati, per esempio, due compiti indipendenti ma in conflitto l'uno con l'altro: per chi dei due professori fare per primo le fotocopie? Se la gerarchia tra i due professori è chiara, e come tale da tutti riconosciuta, la conflittualità dei due compiti assegnati indipendentemente da ognuno dei due professori viene risolta in prospettiva della segretaria e degli altri attori sociali col semplice riferimento all'autorità di più alto livello, per esempio il direttore. Ma sicuramente insorge ambiguità se la segretaria ha un particolare impegno o una relazione particolarmente profonda nei confronti del professore che occupa una posizione di *one-down* rispetto all'altro professore. I suoi sentimenti la spingono a procedere all'espletamento innanzitutto del compito per primo affidatole dal professore per il quale ha questa particolare simpatia, e progetti connessi, anche se il senso comune le suggerirebbe di obbedire prioritariamente all'autorità più alta all'interno del dipartimento. Si ha quindi una conflittualità fra pulsioni emozionali e principio di autorità, ovvero principio di gerarchia. La questione può complicarsi ulteriormente quando per la segretaria entrambi i professori occupano posizioni equivalenti e quando entrambi sono conosciuti per essere soliti rispondere con un livello elevato di ostilità in tutte le occasioni nelle quali non vengono immediatamente soddisfatti i loro ordini. In questo ultimo caso, la nostra segretaria si ritroverebbe molto probabilmente impreparata a rispondere adeguatamente. Potrebbe mancarle la capacità comunicativa di sottrarsi al legame del tipo "sia tu perduta se lo fai, sia tu perduta se non lo fai".

2. *Una esperienza ripetuta.* Il doppio legame ha da essere senza dubbio un tema ricorrente nell'esperienza della vittima. *La singola esperienza traumatica non può essere considerata in grado di stabilire situazioni di doppio legame.* L'esperienza traumatica più volte ripetuta fa sì che la struttura del doppio legame divenga una aspettativa abituale.

Un collega universitario, nella posizione di professore ordinario e dunque amministrativamente inamovibile, è noto per la sua estrema capacità di innervosire quanti gli stanno intorno, sia studenti che colleghi, come anche personale amministrativo. È considerato una persona con competenze sulla propria materia, e per questo apprezzato; ma si aggira di continuo per i corridoi o nelle aule con un fare inquisitorio. Per tutti, colleghi, studenti e personale amministrativo, il contatto con questa persona è un'esperienza sgradevole. Questo docente è costantemente alla ricerca di imperfezioni, di peccati, di comportamenti altrui da denunciare o da

sanzionare. Stabilisce di continuo una situazione di *one-down/one-up* con tutte le persone che incrocia. Ricorre anche all'offesa dell'altro, oppure alla costruzione di sensazioni o sentimenti di colpa in tutti quelli che vengono a interagire con lui. È sempre pronto a alzare la voce, a ridicolizzare quello che è il suo partner di dialogo, ridicolizzarlo in modo da limitarlo nella posizione di *one-down* a ogni occasione. Quando l'ipotetica vittima in posizione di *one-down* si ribella e reagisce, egli immediatamente invoca la posizione gerarchica: o come professore anziano nei confronti dei professori più giovani o come docente nei confronti dello studente o come membro anziano del personale docente nei confronti del personale amministrativo; al limite – *extrema ratio* – ricorre alla sua autoattribuita posizione di *super partes* o di detentore di moralità indiscutibile. Queste tre categorie di persone attive all'interno dell'università divengono individualmente nervose a ogni occasione d'incontro con il docente in questione. Prima di entrare nell'aula dove si tengono gli esami, lo studente entra in una situazione di panico o quantomeno di angoscia: pianti frequenti da parte di numerosi studenti, ma anche attacchi di vomito da parte di alcuni e perfino qualche svenimento. Lo stesso capita al personale amministrativo quando si reca nel suo ufficio per portare della documentazione. Nel caso di altri colleghi, accade che, nel momento di entrare nell'aula dove si tiene il Consiglio di Facoltà oppure il Consiglio di Dipartimento, divengano anch'essi nervosi, perché coscienti di un inevitabile tentativo da parte di quella persona di porsi in una posizione *one-up*: le tensioni all'interno del gruppo salgono, perché l'inevitabilità del conflitto è percepita come certa.

La difficoltà d'interazione con persone di questo genere consiste nel comune errore di un timore lasciato insorgere sulla base di un rispetto generico: il rispetto nei confronti del principio di similarità o il rispetto nei confronti del collega preparato nella sua specifica materia o il rispetto nei confronti del maestro o ancora il rispetto nei confronti di chi si sa essere a perfetta conoscenza degli iter amministrativi; ma anche il rispetto verso chi è considerato come interessato da problemi di interesse psichiatrico.

3. *Una ingiunzione negativa primaria.* Si tratta di un'ingiunzione che può assumere una delle due forme seguenti: a) “non fare così o ti punirò”, oppure b) “se non fai così, io ti punirò”. Queste forme di ingiunzione negativa costituiscono un contesto di apprendimento basato sulla necessità di evitare la punizione, piuttosto che costituire un contesto di apprendimento orientato alla ricerca di una ricompensa. Non c'è una ragione formale per questa scelta, naturalmente. La punizione, in questa dinamica di apprendimento, assume svariate forme: principalmente, può consistere indifferentemente o a) nel ritiro di amore e nell'espressione di odio o di rabbia oppure b) in quel tipo di abbandono che deriva dalla manifestazione di estrema impotenza da parte della persona che si ritrova nella posizione di *one-up*.

La ricerca ininterrotta e confusa dell'evitamento della punizione fa sì che il contesto di apprendimento divenga anche un contesto di generazione di ansia. Mentre *il contesto di apprendimento basato sulla ricerca di un premio o di una ricompensa fonda una dinamica di apertura delle relazioni verso l'esterno*, il contesto di

apprendimento basato sull'evitamento del castigo o della punizione conduce a una chiusura delle relazioni verso l'esterno, soprattutto a una chiusura delle relazioni potenzialmente stabilite o da stabilire con l'autore del castigo, con l'autore della punizione.

I due diversi contesti di apprendimento modificano dunque la struttura di relazione fra due persone. Il contesto di apprendimento per evitamento della punizione fissa la struttura delle relazioni in termini biunivoci tra i due attori, uno dei quali prima di essere attore è piuttosto un "agito". Il contesto di apprendimento per ricerca di ricompensa, invece, costituisce una struttura di relazione fra i due attori aperta all'esterno e con un potenziale di arricchimento affettivo e cognitivo per tutti.¹³

4. *Una ingiunzione secondaria in conflitto con la prima, a un livello più astratto, e rinforzata, come la prima ingiunzione, da punizioni e da segnali di minaccia della sopravvivenza.* Questa ingiunzione secondaria viene solitamente comunicata con mezzi non verbali. Per questa ragione è più difficile da descrivere di quanto non lo sia l'ingiunzione primaria. Ma è anche più difficile da identificare nella sua contraddizione con l'ingiunzione primaria, proprio perché viene attuata a un piano diverso di comunicazione.

Difatti, sono particolari atteggiamenti – alcuni gesti, per esempio, o il tono della voce o azioni significative e implicazioni nascoste nel commento verbale – a essere usati per trasmettere questo messaggio. Tale ingiunzione inoltre può interferire con un qualsiasi elemento dell'ingiunzione primaria.

L'ingiunzione secondaria assume varie forme nella verbalizzazione: "non considerare questo come una punizione", "non considerarmi come l'agente punitivo", "non sottometterti alle mie proibizioni", "non pensare a ciò che non devi fare", "non dubitare del mio amore, perché la mia ingiunzione primaria è un esempio di esso", e così via. Quindi, anche sul piano verbale, cioè anche quando questa ingiunzione viene espressa verbalmente anziché non verbalmente, l'ambiguità è tale da risultare sia di difficile descrizione per l'osservatore come di difficile individuazione e identificazione per quella che abbiamo chiamato la vittima del *double bind*, oppure, con un altro termine, il *bound* in contrapposizione al *binder*.

Nel caso vi siano più persone a essere coinvolte nella situazione di doppio legame, e non solo due, osserviamo che la negazione primaria può essere operata da parte di uno dei due *binders* e la negazione secondaria può essere operata dall'altro dei due *binders*: la vittima è comunque in posizione di *one-down* e è *bound* senza ombra di dubbio.

¹³ Ci troviamo qui a discutere dell'usuale visione della relazione fra l'Io e l'Altro intesa come relazione fra soggetto e oggetto, risolubile in termini di evitamento e/o ricompensa. Vi sono comunque modi diversi di porsi nel mondo, ovvero in relazione con l'Altro. Mi riferisco per esempio alla *Auslegung* del proprio nell'Altro, a quanto Fritz Kramer ha definito *die Auslegung des Eigenen im Anderen*. Il confine fra l'Io e l'Altro, prestatore di identità e differenza, è così considerato nel contesto della mutua e cangiante reciproca percezione. L'antropologia delle *passiones*, che considera la relazione fra attori sociali anche come relazione fra agire e essere agito, riguarda l'approccio rituale e mimetico all'Altro, discutendo differenti processi di apprendimento e di fondazione epistemologica. (Cfr. Kramer, F. 1984)

5. *Una ingiunzione negativa terziaria, che proibisce, impedisce alla vittima, ovvero al bound, di abbandonare il campo.* Siccome il rinforzo agli altri due livelli implica già una minaccia alla sopravvivenza, forse non è necessario considerare separatamente questa ingiunzione. Se i doppi legami poi sono imposti già durante l'infanzia, è naturalmente impossibile l'uscita, la fuga dal campo, ovvero il sottrarsi alla scena.

Talvolta, comunque, la fuga, ovvero l'uscita di scena, è resa invece impossibile dall'attivazione di espedienti che non sono necessariamente e puramente negativi, ma possono consistere per esempio in velleitarie, generiche, capricciose e indefinibili promesse di amore, riconoscimento, apprezzamento o cose simili.

6. *L'apprendimento da parte della vittima a percepire l'universo sociale e esistenziale in termini di doppio legame rende la serie completa dei cinque punti precedenti non più necessaria.* Può essere allora sufficiente una componente qualsiasi di una successione di doppio legame a scatenare situazioni di ansia, di panico o di rabbia. Il modello delle ingiunzioni in conflitto può così essere anche sostituito da semplici voci allucinatorie e "presenze" di vario genere percepite come esterne. Si è infine instaurata l'incapacità delle abilità dell'individuo a discriminare fra i tipi logici, quando appunto una situazione di doppio legame di questo genere si stabilizza.

Del resto, la capacità di ogni individuo di discriminare tra i tipi logici viene danneggiata ogni qualvolta si costituisce e si instaura una situazione di doppio legame.¹⁴ In effetti, 1. l'intensa relazione nella quale l'individuo è coinvolto è una "relazione di vitale importanza", perché per poter rispondere in modo appropriato è di vitale importanza che egli riesca a distinguere con precisione il tipo di messaggio comunicatogli; 2. in questa relazione, l'altro – il *binder*, il persecutore, il burattinaio ecc. – gli invia contemporaneamente messaggi di livello diverso mutualmente auto-escludentisi; 3. la relazione si caratterizza dunque per l'impossibilità dell'individuo – il *bound*, la vittima, il burattino ecc. – di metacomunicare, ovvero di commentare i messaggi correggendo così la sua discriminazione relativa al livello di messaggio al quale dovrebbe rispondere.

In altri termini, l'individuo in situazione di doppio legame è addestrato a assumere un'incapacità di metacomunicazione, e questo poi caratterizzerà tale relazione strutturalmente e, più in generale, le interrelazioni tra persone all'interno delle quali si troverà a operare l'individuo *bound*.¹⁵

L'individuo così addestrato scambierà per letterale un'affermazione metaforica. Un esempio a questo proposito potrebbe essere il seguente. Un giorno mi capita di chiedere a un conoscente – un giovane che ha una relazione di particolare dipendenza con la madre e con il quale mi trovo in un'intensa relazione di vicinato – quanto generalmente si chiede quando ci si incontra fra conoscenti: "Come stai?". La risposta, apparentemente sorprendente, è stata: "Seduto!". Questa risposta letterale –

¹⁴ Cfr. Bateson, Jackson, Haley e Weakland 1962, in Sluzki e Ransom 1979, pg. 26

¹⁵ Nel doppio legame terapeutico noteremo invece come la persona si ritrovi a essere libera, ovvero in grado di metacomunicare fattualmente.

in effetti lui si trovava in macchina al volante – mostra una difesa totale di fronte a un messaggio in cui veniva semplicemente chiesto come stessero andando le cose a casa. Probabilmente era accaduto qualche evento che da lui non poteva essere narrato sul momento. L'apparente e semplice domanda di saluto "Come stai?" era stata interpretata alla lettera e non in modo metaforico; forse anche perché l'eventualità che potesse essere una metafora, linguisticamente accettata nella routine della comunicazione, si scontrava con la necessità di quella persona di tacere su eventi appena accaduti in casa sua pur nel desiderio di comunicarli. La sua difficoltà di scherzare e di accettare "doppio senso" era stata d'altra parte più volte rilevata.

La confusione fra il letterale e il metaforico è del resto usualmente presente quando l'individuo vive in doppio legame.

Allo stesso tempo, va riscontrata la capacità di costruire metafore o parlare per metafore della persona citata precedentemente; una capacità di elaborare e impiegare metafore che tuttavia non vengono considerate come tali, in contrasto inoltre con una pronta interpretazione letterale di messaggi che dagli altri sono considerati metafore e viceversa. Questo giovane, di circa 24 anni di età, si sentiva spesso preso in doppio legame e, in queste situazioni per lui insostenibili, riscontrava la necessità di trasformarsi in un altro: se nella vita di tutti i giorni lavorava come contadino, quando si sentiva preso in doppio legame assumeva il ruolo del "giovane impiegato moderno". In questo suo secondo ruolo, la risposta "Seduto!" poteva essere interpretata come una metafora: "Io sono a terra: mentre tu in piedi mi chiedi come sto, io sono in una posizione di inferiorità, che è la stessa posizione nella quale mi ritrovo in casa mia, impossibilitato a levarmi, anche se in una qualche maniera resto alla guida".

L'aver trascorso la sua vita in una relazione di doppio legame con la madre lo metteva in condizione di rispettare continuamente il modello sistematico appreso. Un giorno, mi racconta di una sua esperienza di caccia al tordo. Mi racconta di un tordo più astuto, diciamo, degli altri; di un tordo che sfuggiva volando basso anziché, come usualmente fanno i tordi, volando alto; e, per accorciare un po' la sua descrizione molto dettagliata su come il tordo volasse fra i rami di un albero e si posasse poi su un altro albero e ritornasse infine sull'albero precedente dove si trovava poco prima ecc., formulai questa domanda: "E poi l'hai preso?".¹⁶ La sua reazione fu di leggero stupore, manifestò incertezza e una sorta di preoccupazione eccessiva per quello che sarebbe potuto essere il vero, nascosto significato di ciò che io avrei detto, e rispose così: "No, gli ho sparato una botta e l'ho ammazzato. Stasera lo faccio cucinare da mia madre e lo mangiamo insieme agli altri che ho cacciato!".

La difficoltà, se non l'incapacità, di giudicare adeguatamente che cosa l'altra persona vuole dire realmente, pone l'individuo che ha vissuto il modello sistematico del doppio legame in condizione di doversi difendere scegliendo sostanzialmente fra tre alternative d'interpretazione:

¹⁶ Così posta, nel contesto linguistico e culturale locale la domanda si prestava a doppi sensi a forte contenuto sessuale e in particolare omosessuale: "uccelli", "prendere" ecc. sono sostantivi e verbi che vengono agevolmente disposti a configurare metafore e doppi sensi di tal genere.

a. pensare che in ogni informazione ci sia un senso recondito, in grado di danneggiarlo. In questo caso, che è il caso appena descritto, l'individuo si interessa in modo straordinariamente intenso ai significati reconditi delle parole, ai doppisensi, determinato a dimostrare che non può mai essere ingannato oggi come era invece stato ingannato per tutta la vita, o che non può essere ingannato qui in questo luogo da te, come invece è stato ingannato lì in quel luogo, puntualmente, da altri. Con la scelta di questa alternativa, l'individuo è continuamente alla ricerca di significati in ciò che l'interlocutore dice, e manifesta una diffidenza e una tendenza continua al sospetto: atteggiamenti paranoici;

b. accettare in modo letterale tutto ciò che gli viene detto. Quando il contesto o il tono della conversazione gli sembrano contraddire ciò che gli viene detto, tenta di uscire dalla situazione di doppio legame, così come da lui percepito, di fronte a segnali metacomunicativi di questo genere, ridendo. Rinuncia di fatto a operare distinzioni fra i diversi livelli di messaggio, trattandoli tutti come trascurabili o come ridicoli: atteggiamenti ebefrenici;

c. scegliere di ignorare i messaggi metacomunicativi, anziché trattarli con sospetto o ridendoci sopra. Questa scelta lo conduce a vedere e ascoltare sempre meno ciò che proviene dall'ambiente esterno, facendo il possibile per evitare risposte da parte dell'ambiente a quelle che sarebbero le sue valutazioni o le sue risposte; la persona spezza così la circolarità della comunicazione chiudendosi in se stessa, concentrandosi sui propri processi interni, operando una sorta di mutismo: atteggiamenti catatonici.

Qualunque tipo di atteggiamento venga adottato – paranoico, ebefrenico, catatonico –, l'individuo che non sa riconoscere di che natura è il messaggio non è dunque in grado di scegliere correttamente l'alternativa che lo aiuterebbe a scoprire il significato dei messaggi che riceve: per far questo, infatti avrebbe la necessità di un aiuto consistente.¹⁷

Senza questo aiuto, ogni essere umano è simile a un sistema autocorrettivo senza regolatore: si dibatte a vuoto in distorsioni senza fine e sempre sistematiche, così come del resto ha appreso a fare nel lungo processo di formazione avvenuta attraverso la ripetizione di doppi legami e, soprattutto, di situazioni di doppio legame.

¹⁷ Cfr. Bateson, Jackson, Haley e Weakland 1962, in Sluzki e Ransom 1979, pp. 28-29

I. 3. Gli effetti del doppio legame

I. 3. 1. Doppio legame come strumento o struttura della comunicazione

La comunicazione può avere come strumento il doppio legame. Ma la comunicazione può anche avere una struttura di doppio legame. Non solo dunque operare per doppio legame, ma essere essa stessa doppio legame, strutturata come tale. Ancora, il doppio legame è una *situazione* che non solo è correlata alla comunicazione, ma che costituisce situazioni efficaci sotto l'aspetto dell'antropologia, della sociologia, della psicologia, della politica e dell'economia, ovvero situazioni esistenziali. La "realtà" delle norme, delle regole, è limitata – costruita, localizzata, istituita, collocata – e inscritta nelle percezioni degli attori nel contesto sociale delle interazioni: questo *interactional context*, così definito, è la situazione.¹⁸ E a proposito di situazioni e realtà delle situazioni, va da sé che "Se una situazione è definita come reale, questa sarà reale nelle sue conseguenze".¹⁹

Ognuna di queste situazioni esistenziali è in sé modello di apprendimento. E esse non sono mai riscontrabili in una forma semplice così come definita precedentemente, ovvero nella forma in cui è possibile identificare agevolmente i sei punti principali sopra descritti. Piuttosto, la situazione di doppio legame ha la tendenza a autoriprodursi e a autorafforzarsi.

Una volta istituita, la situazione di doppio legame è quindi in grado di autorigenerarsi e amplificarsi.

I. 3. 2. Situazioni potenziate di doppio legame

In una situazione di doppio legame, la persona si trova di fronte a una comunicazione significativa per essa, una comunicazione che fornisce sostanzialmente due messaggi collegati l'un l'altro e incongruenti tra loro, messaggi che sono di livello logico o di tipo logico differente. L'uscita dal campo è bloccata. Essendo impossibile l'uscita dal campo – ovvero la fuga –, l'instaurarsi altrove di una comunicazione soddisfacente, che rappresenterebbe il modo per rispondere naturalmente e adeguatamente ai messaggi incongruenti, è reso impossibile.

La struttura sociale e esistenziale della relazione fra le persone nella situazione di doppio legame è determinante in questo senso: è la relazione di potere, ovvero la dipendenza di una o più persone da chi trasmette i messaggi contraddittori, a costituire il campo. È sufficiente considerare il cosiddetto "paradosso del barbiere", attivato come situazione di doppio legame, per comprendere la forza strutturale del campo.

¹⁸ A proposito di questa nuova prospettiva costruttivista sullo studio della trance e del doppio legame, come ha chiarito John Clyde Mitchell: "The importance of this idea was that it located the reality of norms and customs in the perceptions of the actors in a social situation." (Mitchell, J. C. 1987:289)

¹⁹ Così infatti recita il geniale e troppo spesso dimenticato assioma di William Isaac Thomas: "If men define situations as real, they are real in their consequences". (Thomas, W. I. & Thomas, D. S. 1928:572)

Reichenbach dà un'interessante versione del "paradosso del barbiere".²⁰

Durante la guerra, il barbiere è un soldato. Il capitano gli ordina di radere tutti i soldati della compagnia che non si radono da soli, ma nessun altro. È evidente, come suggerisce Reichenbach, che "non esiste un barbiere simile a quello della compagnia nel senso che abbiamo precisato". Si tratta appunto di un paradosso pragmatico. Non c'è alcuna ragione per cui non si possa dare un simile ordine malgrado possa apparire privo di significato, assurdo, da un punto di vista logico. Ci si trova di fronte a un dilemma particolare così caratterizzato:

1. una forte relazione, dalla quale non si può uscire in nessuna maniera, fra l'ufficiale e il suo subordinato;
2. all'interno di questa struttura di relazione, l'ordine deve essere obbedito: non può essere disobbedito, ma perché lo si obbedisca deve essere disobbedito. Il soldato infatti è definito come "uno che si rade da solo", se e soltanto se egli non rade se stesso, e viceversa;
3. il soldato-barbiere che è nella posizione di subordinato non è in grado di uscire dalla situazione, quindi non è in grado di dissolvere il paradosso commentandolo. Gli è negata la possibilità di comunicare sulla base appunto della sua situazione strutturale di subordinazione.

Tale comunicazione ingiuntiva crea una situazione insostenibile, e non solo per il subordinato. Ogni reazione a essa, all'interno dello schema stabilito dal messaggio, è paradossale, poiché il messaggio stesso è paradossale. Ovvero, ci si trova di fronte all'impossibilità di reagire in modo coerente e logico quando il contesto è incoerente e illogico. Il doppio legame, palese in questo caso, si identifica nelle due uniche alternative che si presentano al soldato: cercare di obbedire e naturalmente fallire, o disobbedire e comunque fallire.

La situazione sarebbe completamente diversa se il soldato-barbiere non rimanesse entro lo schema stabilito dall'ordine, ma lo commentasse. Se comunicasse sulla comunicazione datagli dal capitano, reagirebbe di fatto al contenuto di tale ingiunzione: uscirebbe così dal contesto creatogli e non rimarrebbe intrappolato nel dilemma.

La situazione strutturale della guerra, dell'ambiente militare e della relazione capitano-soldato non è tale comunque da permettere per definizione alcuna forma di metacomunicazione.

Nessuna asserzione fatta entro un dato schema di riferimento può allo stesso tempo uscire dallo schema e negare se stessa allo stesso modo. È il dilemma di chi è preso dall'incubo mentre sogna: inutile qualunque cosa venga fatta poi nel sogno. Solo chi si sveglia può sfuggire all'incubo; ma svegliarsi significa uscire fuori dal sogno e quindi essere inattivi nel sogno, perché il risveglio non fa parte del sogno: è uno schema completamente diverso, è anzi la negazione stessa dello schema

²⁰ Reichenbach 1947

precedente. L'incubo potrebbe continuare per sempre, perché nulla entro lo schema ha il potere di negare lo schema.

Oltre allo stato di subordinazione gerarchica in ambiente autoritario, anche lo stato di malattia o lo stato di infanzia o lo stato di inferiorità tecnica, conoscitiva e perfino economica e politica sono esempi di campo. E ancora: gli stessi messaggi che costruiscono o semplicemente scatenano forte emotività attraverso paradossi o doppi legami costituiscono un campo, cioè una relazione di dipendenza potenziale.

Per la persona è dunque tanto necessario rispondere adeguatamente alla situazione comunicativa di doppio legame quanto impossibile realizzare ciò come opera di una sola persona: la duplicità e contraddittorietà del messaggio/dei messaggi implica una risposta duplice ma non contraddittoria. I due messaggi significativi, in contraddizione tra loro, prescrivono due ingiunzioni incongrue di comportamento, poiché ogni messaggio provoca in sé una risposta sul piano del comportamento: le due risposte congruenti si escluderebbero a vicenda, sarebbero in contraddizione entrambe, l'una rispetto all'altra. *Interviene allora un processo di dissociazione: si generano così due persone proprio per rispondere "congruentemente" ai due messaggi.*²¹ In effetti, la mancata risposta alla duplicità e all'incongruenza dei messaggi ricevuti, ovvero il mancato riconoscimento della differenza fra i due livelli di comunicazione, pone il ricevente del messaggio/dei messaggi in difficoltà di risposta comportamentale a diversi livelli: incapacità di discriminare l'ordine gerarchico dei messaggi ricevuti; instaurarsi della confusione soggettiva con la conseguente distorsione di idee e di emozioni e anche affetti; produzione di discorsi e di azioni – indicanti confusione e divisione –, o immediati o mediati da una reazione del tipo "tutto o niente" in relazione a un solo aspetto del messaggio del trasmettitore ecc. Evidentemente tali risposte inadeguate, o incomplete o confuse, danno occasione al trasmettitore di produrre un altro seguente messaggio di condanna della risposta. La sequenza, dunque, rafforza il primo doppio legame, assumendo la forma di un ampio, completo, potenziato doppio legame, ovvero istituisce una situazione potenziata di doppio legame: "perché ti arrabbi con me... io, che ti amo così tanto?".

La risposta adeguata è particolarmente difficile da formulare, se non impossibile. Parallelamente al doppio legame impiegato come strumento di comunicazione sono infatti attivati processi di dissimulazione, diniego e inibizione in aggiunta ai due messaggi fondamentali in contraddizione tra di loro o, nei casi più sofisticati, insiti negli stessi messaggi o iscritti nella stessa situazione di comunicazione.²²

Ecco qui considerato il doppio legame sotto l'aspetto di struttura di relazione anziché sotto l'aspetto di mezzo di comunicazione.

La dissimulazione è insita nella stessa natura del doppio legame. I messaggi non si confrontano direttamente l'uno con l'altro, poiché sono di livello o tipo logico differente: uno dei due messaggi verbali qualifica l'altro in modo incongruo, oppure

²¹ Palmisano, A. L., 1996, 2000, 2001a, 2001b, 2002, 2003, 2006, 2007, 2008, 2013

²² Cfr. Weakland 1960, in Sluzki e Ransom 1979, pp. 46-47

un messaggio verbale è in contrasto con il tono di voce, oppure il messaggio verbale è in contrasto con i gesti, oppure il messaggio verbale è in contraddizione con la stessa posizione fisica o con la stessa situazione (per esempio: “Ti considero da sempre un mio pari!”, esclamato mentre ci si alza in piedi, sovrastando l’altro che rimane seduto). Segnali quasi impercettibili possono essere facilmente ignorati o negati, ma possono drasticamente modificare o semplicemente invertire il significato del messaggio apparentemente più significativo, ovvero più chiaro e enfaticizzato.

Nella situazione costruita all’interno del campo, cioè in una relazione di potere, chi emette il messaggio gode di un’autorità particolare; e il ricevente non riesce a concepire come il messaggio o il duplice messaggio possa essere incoerente: ricerca e assume a priori la coerenza del messaggio, fornendola a se stesso e all’altro – proprio secondo i noti processi esposti e puntualmente descritti nella teoria della dissonanza conoscitiva da Leon Festinger negli anni ‘50 del secolo scorso,²³ ma già raccontato da Fedro secoli fa in *La volpe e l’uva*. Siccome il ricevente non può né evitare né ignorare la persona che invia il messaggio ma non può neppure mettere in dubbio – né tanto meno in discussione – il messaggio o i messaggi, la posizione del ricevente è particolarmente critica. È il caso della maestra che dice al bambino in difficoltà: “Voglio aiutarti, e interrogarti per migliorare il tuo voto”, mentre lo guarda con occhi penetranti e carichi di sfida.

Il diniego costituisce una possibilità di potenziare la situazione di doppio legame. È infatti sufficiente aggiungere ai due messaggi incongruenti fondamentali altri messaggi verbali o non verbali che negano apertamente l’esistenza di una contraddizione relativamente ai due fondamentali per avere effetti particolarmente dirompenti e duraturi. Il diniego viene poi a essere eventualmente rafforzato con altri messaggi di attribuzione di responsabilità al ricevente, insinuando l’incapacità del ricevente di comprendere, oppure sottolineando la coerenza del trasmettitore, oppure l’importanza gerarchica del trasmettitore rispetto al ricevente ecc.

Allo scolaro che, con ardire, facesse rilevare alla maestra che il suo sguardo o il suo tono di voce ha qualcosa di minaccioso, la maestra potrebbe semplicemente rispondere: “Mi sorprende con questa tua frase. Tu non sai quanto io sto cercando di aiutarti... ne hai proprio bisogno! E tu mi tratti così? E tu pensi questo di me?”.

L’inibizione è in grado di potenziare straordinariamente la situazione di doppio legame. Questa consiste nell’ignorare e nel costringere a ignorare la reale complessità dell’ambivalenza dei messaggi nella comunicazione in corso e nell’ignorare e nel fare ignorare la possibilità di incoerenza, semplicemente dichiarando come questa ultima sia assolutamente fuori discussione.

L’inibizione può anche consistere in un’esplicita proibizione di ogni commento ai messaggi comunicati, attraverso minacce o sanzioni di ogni genere:

²³ Cfr. Festinger, L. 1957

segnali di allontanamento da parte del genitore o del maestro, reazioni di nervosismo e insofferenza di fronte a ogni tentativo di commento, punizioni dirette ecc.

La maestra che ha istituito la situazione di doppio legame sopraccitata, al rilievo dell'ipotetico coraggioso bambino, risponderebbe così: "Ma cosa stai dicendo, caro? lascia che ti aiuti!". O, ancora, potrebbe così rispondere: "Non capisco come ti possa venire in mente una cosa del genere"; e poi, rivolgendosi alla classe, aggiungerebbe: "Non è incredibile?"; e, incominciando a ridere timidamente, condurrebbe tutta la classe a ridere del bambino, temerario in origine ma ora legato e rabbioso, se non del tutto confuso.

Quando messaggi di dissimulazione, diniego o inibizione rinforzano l'originaria comunicazione di doppio legame, la combinazione produce una struttura di doppio legame ancora diversa, e su scala sempre più ampia. Messaggi incongrui o contraddittori in doppio legame seguiti da un messaggio di diniego, cioè da un messaggio che nega la presenza della contraddizione o la impedisce, è una combinazione che comprende dunque altri due messaggi incongrui di livello diverso. A questo punto, l'incongruenza è particolarmente difficile da scoprire e, soprattutto, da affrontare: la confusione generata nel ricevente è elevatissima. Processi del genere possono ripetersi, ampliandosi di continuo.

La difficoltà di modificare i modelli di comunicazione di doppio legame e il loro potenziale nell'indurre sofferenza sembrano strettamente vincolati alla tendenza progressiva, cumulativa, autogenerantesi e produttrice di scale più ampie: è la situazione strutturale di doppio legame.²⁴

II. Il doppio legame in ipnoterapia

II. 1. Il potenziale terapeutico del doppio legame

Similia similibus curantur: questa affermazione non solo è alla base di una certa pratica magica ma, per le valenze terapeutiche che è in grado di mobilitare, è anche alla base di parte della medicina contemporanea, sempre dibattuta fra allopatia e omeopatia.

Come il paradosso, il doppio legame può avere un potenziale terapeutico considerevole.

Una applicazione, per esempio, è offerta dall'uso della dissociazione per doppio legame, non tanto al fine di costringere il "paziente" a compiere qualcosa di utile – e che non si sarebbe mai altrimenti ottenuto – ma soprattutto per permettere "l'integrazione dell'emisfero destro e dell'emisfero sinistro", ovvero la soluzione separata dei/ai due problemi (messaggi) appartenenti ognuno a uno specifico livello (l'uno, al livello conscio; l'altro, al metalivello) ma presentati come appartenenti allo

²⁴ Fra gli altri, cfr. Stanton and Schwarz 1954; Weakland 1960

stesso livello: due soluzioni separate, dunque, che sono poi recuperate come *la soluzione* in fase post-ipnotica.

Un esperimento condotto da Erickson aiuta a analizzare questo punto.

Dopo aver preparato e istruito i partecipanti all'esperimento a proposito del comportamento da tenere, durante un seminario Erickson fece in modo di fare sedere accanto a sé un accanito fumatore:

“Tutto era stato predisposto in modo che, ogni volta che Erickson si voltava a offrire una sigaretta al giovane, veniva sempre interrotto da qualcuno che gli rivolgeva una domanda e quindi si voltava, allontanando ‘inavvertitamente’ le sigarette dalla portata del giovane. Più tardi, uno dei partecipanti chiese al giovane se avesse poi avuto la sigaretta dal dottor Erickson. Egli rispose: “Quale sigaretta?”, mostrando chiaramente di aver dimenticato l'intera successione. Rifiutò infine anche una sigaretta offertagli da un altro partecipante, dicendo che era troppo interessato alla discussione del seminario per fumare.”²⁵

Il giovane si era dunque trovato in una situazione sperimentale di doppio legame, certamente, ma di doppio legame terapeutico: una relazione importante (il pubblico...), messaggi contraddittori (dare/togliere), l'impossibilità di commentare (il seminario in corso), la “involontarietà” aleggiante nella situazione.

L'amnesia per la successione di doppio legame e il rovesciamento – da “lui non me la dà” a “io non la voglio” – mostrano *la soluzione unica* che segue alle distinte soluzioni del problema / dei problemi che hanno interessato i due emisferi.

Come giungere dunque alla formulazione di un doppio legame terapeutico? Cosa caratterizza questa forma di doppio legame? Quale è la sua struttura? Quale è poi, nella prospettiva dell'ipnoterapeuta e dell'induttore in trance rituale, il percorso da seguire per giungere a fondare la situazione di doppio legame terapeutico?

II. 2. Suggestioni composte

La dissociazione per doppio legame, attuata al fine di permettere “l'integrazione dell'emisfero destro e dell'emisfero sinistro”, ovvero al fine di integrare la soluzione separata ai messaggi appartenenti l'uno al livello conscio e l'altro al metalivello, attiva la ricerca inconscia e dunque l'identificazione di una soluzione nel processo inconscio, ovvero la risposta terapeutica: *la soluzione* in fase post-ipnotica.

In ipnoterapia sono proprio le suggestioni composte, in particolare, a potere aprire la strada alla dissociazione per doppio legame.

Una suggestione composta è costituita da due proposizioni unite da una congiunzione grammaticale o da una breve pausa che le pone in stretta associazione.²⁶

²⁵ Jackson 1957

²⁶ Certamente, la logica, il linguaggio naturale e i processi mentali condividono alcuni interessanti aspetti; non vi è però tra loro un sistema di corrispondenza completa. Mentre un sistema logico o

Ecco alcune sottoclassi di suggestione composta:

a. suggestioni a campo affermativo

- associazione di una nozione certa e evidentemente piacevole, (positiva) con la suggestione di una possibilità piacevole:
per es. *è una giornata così bella, andiamo a nuotare...*

b. suggestioni con rinforzo

- la suggestione è seguita dal truismo (l'associazione positiva e motivante):
per es. *andiamo a nuotare, è una giornata così bella...*

c. suggestioni contingenti e reti associative

- una suggestione è legata a un modello di comportamento costante o inevitabile:
per es. *a ogni sospiro che fai, puoi ...*
per es. *mentre continui a stare seduto, ti accorgerai ...*
- le suggestioni contingenti possono essere unite in reti associative che creano un sistema di reciproco appoggio e impulso per stimolare e portare avanti un modello terapeutico di risposte.

d. suggestioni per apposizione di opposti (o bilanciamento)

- il bilanciamento tra sistemi opposti è un processo biologico basilare che si fonda sulla struttura del nostro sistema nervoso:²⁷
per es. *mentre la mano destra si alza, la sinistra si abbassa...*
- il bilanciamento è evidente anche a livello psicologico e sociale.²⁸

e. suggestioni dopo shock, sorpresa, momenti creativi

- lo shock offre la possibilità di un momento creativo nel quale l'inconscio del paziente è impegnato nella ricerca interiore di una risposta o di una idea che possa ristabilire l'equilibrio psichico.

f. suggestioni per implicazione

- l'implicazione è una forma psicologico-linguistica di base che fornisce un chiarissimo modello di suggestione indiretta;²⁹
- il linguaggio gestuale e quello del corpo sono modalità non verbali di comunicazione che solitamente funzionano attraverso le implicazioni:
per es. *se ti siedi, allora puoi entrare in trance...*

matematico può essere completamente definito, il linguaggio sociale naturale e i processi mentali sono infatti continuamente in uno stato di flusso creativo. Ciò significa che non esiste nessuna formula fissa, né un sistema logico, né un sistema linguistico che possano completamente determinare o controllare i processi mentali.

²⁷ Cfr. Kinsbourne and Smith 1974

²⁸ Cfr. Erickson 1982, pg. 52

²⁹ A titolo di esempio, ciò viene ottenuto attraverso l'uso di un termine, per es. "pane", che implichi per associazione frequente e probabile un altro concetto, per es. "casa".

per es. *so che ora stai male...* (sottolineando “ora”, si implica che “dopo” sarà diversamente)

per es. *alzerai solo il braccio sinistro...* (sottolineando “solo”, si implica che non verrà alzato il braccio destro).

Le implicazioni risultano essere maggiormente efficaci quando sono presentate come suggestioni anziché essere espresse direttamente.

g. suggestioni per direttiva implicita

- è una forma di suggestione indiretta che avvia una ricerca interna e dei processi inconsci, e che permette di sapere quando viene compiuta una risposta terapeutica;

- si distingue in tre parti:

1) una introduzione a tempo obbligato

per es. *...appena ...*

2) una suggestione implicita che ha luogo nel paziente

per es. *...il tuo inconscio ha raggiunto l'origine di quel problema...*

3) una risposta comportamentale che segnala il momento in cui la suggestione implicita è stata compiuta

per es. *...il tuo dito può sollevarsi...*

È proprio questa prima classe – con le sue sottoclassi – di suggestioni composte a aprire dunque la via alla strutturazione della situazione favorevole all'instaurarsi del doppio legame terapeutico.

II. 3. Suggestioni per negazione, legame e doppio legame in ipnosi

Una seconda classe di suggestioni composte conta al suo interno suggestioni che contribuiscono molto attivamente alla fondazione della situazione di doppio legame terapeutico. Si tratta in particolare delle suggestioni per negazione e delle suggestioni per legame. Ma ancor più, evidentemente, sono proprio le suggestioni per doppio legame, in senso stretto, a favorire la strutturazione della situazione di doppio legame terapeutico, ovvero a permettere la formulazione di quello che Erickson chiama *tout court* il “doppio legame terapeutico”.

Ecco le principali sottoclassi di suggestioni composte in questione:

a. suggestioni per negazione

- il loro uso nasce dall'importanza di liberare la negatività o resistenza che si presenta ogni volta che un paziente sta seguendo una serie di suggestioni: in ogni paziente c'è infatti una chiara tendenza oppositiva o inibitoria.

Il concetto di inibizione reattiva è molto sfruttato da Erickson: dopo la ripetizione di un compito (un compito difficile, naturalmente, come percorrere per esempio un labirinto o inerparsi per una erta salita ecc.), la persona mostra una volontà sempre minore di continuare, e più facilmente accetta percorsi alternativi o altri modelli di comportamento.

La semplice espressione di una negazione da parte del terapeuta può allora innescare automaticamente la scarica di ogni inibizione e resistenza che si sia costruita nel paziente:

per es. ... *e tu puoi, no?*

Va sottolineato, a questo proposito, quanto è più difficile capire una negazione che una affermazione.

- L'uso della negazione può essere molto agevolmente introdotto nelle suggestioni contingenti, con l'uso della congiunzione "fino a che":

per es. *non devi entrare in trance fino a che non sei realmente pronto...*

b. suggestioni per legame

- offrono al paziente una scelta libera, cosciente, fra due o più alternative;

- i legami vengono quasi sempre modellati su conflitti di evitamento-evitamento (scelta optata: il minore dei mali) e di avvicinamento-avvicinamento (scelta optata: il maggiore dei beni);

- spesso possono essere molto efficaci anche legami generici:

per es. *vorresti entrare in trance ora o più tardi?*

per es. *vorresti entrare in trance da seduto o da disteso?*

per es. *vorresti entrare in una trance leggera, media o profonda?*

c. suggestioni per doppio legame

- offrono possibilità di comportamento al di fuori dell'usuale raggio di scelta cosciente e di controllo volontario del paziente (nasce appunto dalla possibilità di metacomunicare).

Erickson usa molto spesso il "doppio legame conscio-inconscio".

Mentre non possiamo controllare il nostro inconscio, possiamo consciamente ricevere un messaggio che può avviare processi inconsci:

per es. *se il tuo inconscio vuole che tu entri in trance, la tua mano destra si solleverà da sola; altrimenti si solleverà la mano sinistra...*

Il doppio legame conscio-inconscio depotenzia senza dubbio modelli consci a favore del potenziamento di modelli inconsci. Risulta pertanto di irrinunciabile utilità nell'induzione della trance e per la fondazione e strutturazione della situazione di doppio legame terapeutico, ovvero al "doppio legame terapeutico", come lo chiama Erickson.

d. suggestioni per doppia dissociazione doppio legame

- tendono a confondere la mente conscia del paziente depotenziando schemi abituali, inclinazioni e limiti appresi: è spesso una mescolanza di tutte le forme di suggestione indiretta, implicando diverse sottoclassi di suggestioni composte;

- con esse si ottiene una facilitazione delle dissociazioni, tendente a depotenziare gli atteggiamenti coscienti abituali del paziente, così che possono essere espressi livelli di risposta più involontari:

per es. (dissociazione persona/corpo) *tu puoi svegliarti come persona, ma non hai bisogno di svegliarti come corpo...*

per es. (dissociazione persona-corpo/corpo) *tu puoi svegliarti quando il tuo corpo si sveglia, ma senza renderti conto del tuo corpo...*

Le classi di suggestioni composte sopraccitate, ovvero le loro sottoclassi, concorrono alla strutturazione del doppio legame terapeutico, fondando appunto la situazione particolare di doppio legame terapeutico: la situazione grazie alla quale, in fase post-ipnotica, la persona giunge a quella che è *la soluzione*, sua e solo sua, del problema.

Come si sviluppa o, meglio, come sviluppare allora il processo per il quale la persona giunge a sfruttare il doppio legame in funzione terapeutica? Come configurare il doppio legame in modo che assuma la struttura di un doppio legame terapeutico?

III. Doppio legame come comunicazione nella trance

III. 1. Doppio legame terapeutico

Erickson nota come argomentazioni per doppio legame conducono a reazioni sfavorevoli quando i doppi legami sono stabiliti a favore dell'oratore contro il suo oppositore. Nella argomentazione dialettica, difatti, l'oppositore è proprio un avversario, e il doppio legame non può per definizione essere terapeutico. Erickson osserva allora che in questi dibattiti chi presenta un argomento per doppio legame a favore del suo oppositore e quindi lo smantella in una successiva fase, acquisisce di fronte al pubblico un significativo vantaggio nei confronti dell'oppositore. In questa presentazione dell'uso dialettico del doppio legame – decisamente non terapeutico –, Erickson mostra come impiegare a proprio vantaggio il doppio legame, attribuendo all'altro l'azione di *binder*, ovvero la responsabilità della formulazione di un doppio legame non terapeutico.

Il doppio legame usato per presunti vantaggi personali, difatti, conduce puntualmente a pessimi risultati per tutti. Quando invece è configurato negli interessi dell'altra persona, “i benefici non tardano”.

Per quanto riguarda l'ipnosi e l'uso terapeutico, è evidente che il doppio legame ha due funzioni: la prima è quella di sollecitare fenomeni ipnotici e la seconda è quella di facilitare risposte terapeutiche.

Impiegato in questo senso, il doppio legame costituisce una libertà costruita, prima ancora che illusoria, di scelta fra due possibilità, nessuna delle quali realmente desiderata dal paziente ma entrambe necessarie per il suo benessere.

Un esempio interessante di uso terapeutico dei legami è quello fornito da un legame semplice di questo genere: “Questa sera preferisci andare a dormire alle otto meno un quarto o alle otto?”. Questo è un tipo di legame che ha una sua efficacia nei confronti per esempio di un bambino recalcitrante nell'andare a letto alle otto di sera. La maggior parte dei bambini ma anche degli adulti posti in questa situazione di legame scelgono liberamente di andare a dormire alle otto; atteggiamento che non avrebbero avuto prima del legame semplice.

Un tipo invece di doppio legame vero e proprio, usato a fini terapeutici, sempre adatto al caso di un bambino che abbia difficoltà di andare a dormire, può essere il seguente: “Vuoi farti il bagno prima di andare a letto o piuttosto preferisci metterti il pigiama in bagno?”. È evidente che non solo ci troviamo di fronte a un doppio legame, ma di fronte a un doppio legame con implicita una suggestione per confusione. Questo doppio legame è definito da Erickson doppio legame *non sequitur*. Qualunque scelta venga effettuata, essa conferma l'andare a letto, che è quanto poi l'esperienza ha già insegnato a ogni bambino: l'inevitabilità dell'evento assume la configurazione di una libera scelta.

Bateson osserva che la maggior parte dei pazienti d'interesse psichiatrico sono particolarmente resistenti nel fornire al terapeuta informazioni vitali su se stessi e riescono a continuare a non fornirle a tempo indefinito.

Così, Erickson stabilisce un'altra struttura particolare di doppio legame. Erickson ammonisce enfaticamente i pazienti, consigliando loro di guardarsi bene dal rivelare queste informazioni "vitali". Ma li ammonisce dal rivelare le informazioni *questa settimana*. L'insistenza nell'importanza per loro di non rivelare tali informazioni fino all'ultima parte della settimana seguente è continua, e nell'intensità del loro desiderio soggettivo di resistere, falliscono nel valutare in maniera adeguata l'ammonizione di Erickson: non riconoscono in questa ingiunzione la direttiva implicita per negazione, ovvero il doppio legame che ordina loro di resistere all'ordine di preservare l'informazione e allo stesso tempo di mantenere l'informazione per sé. Se l'intensità della loro resistenza soggettiva è sufficiente, possono trarre vantaggio da questo doppio legame – davvero terapeutico, in virtù della sua specifica struttura – in modo da aprire alla conoscenza proprio le informazioni nascoste, senza più ritardare. In questo modo, il paziente ha contemporaneamente successo sia nell'intento di comunicare l'informazione come pure, soprattutto, nell'intento di resistere alla comunicazione di quella specifica informazione, per lui vitale in termini di preservazione dell'identità. Raramente i pazienti riconoscono la struttura del doppio legame, soprattutto quando è terapeutico, ma spesso confidano più tardi al terapeuta quanto sia stato facile per loro comunicare le informazioni utili di fatto a se stessi, senza tradirsi, e gestire al contempo i loro sentimenti di resistenza.

Chi considera criticamente queste argomentazioni può avere una posizione di legittimo dubbio sull'efficacia di questo specifico doppio legame; ma deve comunque riconoscere che si trova a un livello secondario di conoscenza, rispetto a chi sta vivendo la situazione di doppio legame. Il paziente che si reca dal terapeuta, difatti, lo fa per molte e diverse motivazioni, tutte comunque originate da una situazione emotiva di disagio, e quindi si trova a un livello primario quando è esposto a un doppio legame. In effetti i pazienti non sono generalmente interessati a analizzare il doppio legame sotto l'aspetto puramente logico: il loro comportamento è strutturato da loro stessi, e il desiderio di superare il disagio sussiste.

Il doppio legame può facilitare l'induzione della trance, e l'uso dell'ipnosi facilita a sua volta lo stabilirsi del doppio legame, moltiplicando la possibilità delle forme nelle quali può essere usato. Alcuni casi riportati da Erickson e Rossi mostrano la possibilità di strutturare vere e proprie situazioni di doppio legame terapeutico.

III. 2. Strutturazione di situazioni di doppio legame terapeutico

Caso 1: le unghie³⁰

Seguendo l'ordine del padre, un giovane di 26 anni laureato in psicologia arriva nello studio di Erickson. Il suo problema era quello di mangiarsi le unghie, a volte fino a fare sanguinare le dita. Si trattava della sua soluzione per tentare di evitare le lezioni di pianoforte alle quali era costretto dalla famiglia. Ma la madre non si era mai commossa nel vedere i tasti sporchi di sangue, e le quattro ore giornaliere di pratica di piano continuavano dall'età di 4 anni. E lui aveva continuato a suonare il piano e a rosicchiarsi le unghie fino a quando questa attività non finì completamente fuori dal suo controllo. Ora si vergognava molto di essere stato mandato in terapia. Questo era il quadro quando l'uomo arriva da Erickson.

Erickson assicura subito al giovane di trovare del tutto giustificato il suo risentimento, mostrando al contempo di essere incuriosito e anche divertito dal fatto che avesse acconsentito a partecipare al processo di auto-frustrazione per quasi 22 anni. Il giovane rivolge lo sguardo direttamente al terapeuta e fornisce una spiegazione. Erickson riassume allora al giovane la spiegazione di quanto avvenuto, ma in questi termini:

“Per non suonare il pianoforte ti sei morsicato le unghie fino in fondo, fino a quando non è diventata una tua abitudine. E questo a dispetto del fatto che tu volessi delle unghie lunghe. In altre parole, per 22 anni ti sei privato del privilegio di morderti un bel pezzo di unghia lunga, uno di quei bei pezzi che tu ti saresti sentito bene fra i denti, con soddisfazione.”

La risposta del giovane è la seguente:

“Sto comprendendo perfettamente che cosa vuoi fare con me. Tu mi vuoi mettere nella posizione di farmi crescere le unghie così lunghe da permettermi una soddisfazione genuina, una vera e propria soddisfazione nel mordermele via, e rendere così ancora più meschino il mio rosicchiarle e ancora più frustrante.”

Dopo una discussione abbastanza spiritosa, il giovane dichiara di non essere sicuro di voler davvero avere un'esperienza di ipnosi formale. Erickson accetta questa posizione, negando decisamente di volere compiere un qualunque sforzo formale per indurlo in ipnosi.

Si tratta in effetti di un doppio legame *reverse set*, cioè per inversione: l'uomo stava chiedendo qualcosa che non era sicuro di volere veramente, e questo qualcosa gli veniva rifiutato. In questo modo non era legato a volerlo, perché ora lo poteva fare con tutta sicurezza: l'apparente slegare il giovane con il rifiuto formale di Erickson a legarlo, si trasforma di fatto in una suggestione per legame.

³⁰ Il virgolettato è tratto da Milton H. Erickson and Ernest L. Rossi 2005 (traduzione mia), in www.nlpweekly.com/Free-NLP/Milton-Erickson/archive-19387897/ e pagine web seguenti.

Proseguendo la discussione, il terapeuta mantiene vivo l'interesse del giovane e quindi fissa la sua attenzione, mentre afferma con grande serietà e determinazione che questi potrebbe farsi crescere un'unghia lunga, e facendo questo trarrebbe grande gioia e orgoglio dal ritrovarsi con "un'unghia lunga abbastanza da permettersi una morsicatura soddisfacente". In questa conversazione contrassegnata dall'attenzione del giovane sempre più fissata nei confronti del terapeuta, Erickson gli dice che è libero di frustrarsi con un continuo rodere le unghie, ormai pressoché inesistenti, di tutte le altre nove dita.

Non si tratta di una trance indotta formalmente, riconosce Erickson, ma il livello elevatissimo di attenzione del giovane indica che costui si trova in quella che definiamo una comunissima trance quotidiana, la trance nella quale si ritrova ogni individuo che è immerso in una conversazione di grande interesse.

Le suggestioni composte operanti nella trance leggera sono dunque state rinforzate attraverso espedienti per stimolare il giovane con osservazioni apparentemente casuali e irrilevanti, e ripetendo nello stato di veglia le stesse istruzioni date durante la trance leggera. In effetti, quando si ripetono casualmente suggestioni nello stato di veglia subito dopo che il paziente le ha intese nello stato di trance, il paziente di fatto dice a se stesso: "Oh, certo, questo lo so già!". In tal modo il paziente inizia a interiorizzare e a rinforzare la suggestione come fosse un aspetto già appartenente al proprio mondo interiore, e questa interiorizzazione delle suggestioni, in particolare delle suggestioni per negazione e per legame, è un agente effettivo di cambiamento comportamentale.

Tornato da Erickson alcuni mesi dopo, e mostrando le sue splendide dieci unghie finalmente intere, l'uomo spiega nella sua prospettiva quanto è avvenuto:

"Inizialmente ho pensato che tutto ciò fosse ridicolo, anche se la tua disposizione era molto seria. Dopodiché mi sono sentito spinto in due direzioni differenti. Volevo dieci lunghe unghie per le mie dita. Tu hai detto che io avrei potuto averne una, e che dovevo smettere di mordermi l'unghia e ottenere finalmente "una bocca piena di una vera e propria unghia". Questo mi era dispiaciuto, ma mi sentivo obbligato a farlo, mi sentivo obbligato a continuare a mordermi le altre unghie delle dita. Questo mi aveva frustrato in maniera profonda. Quando quella unghia cominciò a crescere, mi sentii molto soddisfatto e felice. Ero più che mai tentato dal desiderio di mordermi quella unghia, ma sapevo che avevamo trovato un accordo su questo punto, che io ero d'accordo su questo punto. Mi accorsi che avrei potuto fare la stessa cosa con una seconda unghia; che comunque ne avrei avute otto da poter continuare a rosicchiare, facendo a meno di mordere questa seconda unghia che lasciavo crescere. Non ti voglio annoiare con tutti i dettagli. Il fatto è che tutto divenne sempre più confuso e frustrante. Tutto quello che feci è che continuai a farmi crescere sempre più unghie e a rosicchiarmi sempre meno le altre dita, fino a quando, semplicemente, smisi: "Basta con tutto ciò". La compulsione dunque a crescere le unghie e insieme a rosicchiare le unghie, e sentirmi continuamente sempre più frustrato, era divenuta ormai

insostenibile. Ma quali sono state le motivazioni che tu hai attivato in me, e come lavorano?”.

Passati tanti anni, e divenuto poi amico di Erickson, quel giovane, ormai un buono psicologo, è oggi convinto che Erickson avesse con lui usato l'ipnosi in una qualche maniera, perché tutto ciò che ricordava della prima esperienza iniziale era “...una sensazione curiosa, come se non potessi muovermi, durante tutto il tempo in cui tu parlavi con me”.

In effetti non si stava muovendo: non faceva altro che “... opporre resistenza alla più debole delle due forze...”

Caso 2: l'enuresi³¹

Un padre, una madre e il figlio di dodici anni si presentano da Erickson. Il problema è l'enuresi del figlio: ha bagnato il letto da quando è nato. Loro hanno fatto di tutto: gli hanno strofinato il volto nelle lenzuola bagnate, lo hanno costretto a lavare le lenzuola, lo hanno picchiato, lo hanno privato di cibo e addirittura di acqua. Hanno provato tutti i tipi di punizione, e lui, imperterrito, ha continuato a bagnare il letto ogni notte.

Erickson prende in mano la situazione, e fa questo discorso ai genitori:

“Adesso lui è il mio paziente. Non voglio nessuna interferenza con la terapia che metterò in atto con vostro figlio. Ora lo lasciate stare in pace, e io e soltanto io troverò degli accordi con lui. Tenete la bocca chiusa e siate cortesi con il mio paziente”.

I genitori sono così disperati che non fanno alcuna obiezione.

Con dovizia di particolari, il terapeuta racconta poi al ragazzo di come ha trattato i suoi genitori. Il ragazzo sembra essere molto contento. Subito dopo avergli così parlato, però, Erickson continua:

“Sai, Joe, tuo padre è molto alto e ha un fisico possente, è un grande uomo. Tu hai soltanto dodici anni, quanto pesa tuo padre? Molto più di te e non è neppure un po' grasso. Quanto pesi tu? Meno di lui”.

Il ragazzo non riesce a comprendere dove Erickson voglia arrivare con queste sue asserzioni. E il terapeuta continua:

“Dimmi un po', tu pensi che sia stata una cosa da nulla costruire quel potente fisico che tu hai, che ha un ragazzo di soli dodici anni? Pensi sia costato poche energie? Pensa soltanto a tutti i muscoli che hai costruito poco per volta. Pensa al peso che hai già raggiunto, pensa alla forza che sai già di poter esprimere. Devi averci messo molta energia per arrivare a questo in soli dodici anni di età! Cosa pensi che

³¹ Il virgolettato è tratto da Milton H. Erickson and Ernest L. Rossi 2005 (traduzione mia), in www.nlpweekly.com/Free-NLP/Milton-Erickson/archive-19387897/ e pagine web seguenti.

diventerai quando avrai l'età di tuo padre? Pensi che sarai alto soltanto quanto lui? e che peserai solo quello che pesa lui? Oppure pensi che potrai diventare ancora più grande e più pesante di tuo padre?"

A questo punto, Erickson incomincia a osservare la testa di Joe che gira in tutte le direzioni: Joe ha iniziato a creare una nuova immagine di se stesso, l'immagine di se stesso come uomo.

Fissata così l'attenzione del ragazzo, e depotenziati i suoi schemi usuali di riferimento, Erickson continua:

“Per quanto riguarda la questione del letto bagnato, so che tu hai avuto questa abitudine già per un lungo periodo, e oggi è lunedì. Pensi di poter smettere di bagnare il letto e avere un letto permanentemente asciutto a partire da domani notte? No, non ci credo proprio. E non credo che tu creda a questo; e neppure chiunque altro fra quanti hanno un minimo di cervello potrebbe pensare una cosa del genere. Pensi che riuscirai a avere un letto permanentemente asciutto a partire da venerdì? No, non lo penso; no, non lo pensi; nessuno lo pensa. In effetti, non mi aspetto da te di avere un letto asciutto durante questa settimana, per nessuna ragione! Perché dovrei? Tu hai avuto tutta una vita per crearti questa abitudine, e io semplicemente non mi aspetto da te un letto asciutto per questa settimana. Mi aspetto che sia bagnato ogni notte di questa settimana, e anche tu ti aspetti questo. Siamo d'accordo; ma io anche mi aspetto che sia bagnato il prossimo lunedì... Ma, sai, c'è una cosa che veramente mi incuriosisce e mi lascia ancora più incuriosito: avrai un letto asciutto per caso venerdì? o sarà giovedì? o dovrai aspettare fino a venerdì mattina per scoprirlo?”

Joe fissa affascinato il volto di Erickson. Il ragazzo si trova ora nella comune trance quotidiana, non guarda da nessuna altra parte se non negli occhi del suo terapeuta. E così Erickson può continuare: Joe sta ascoltando tutte queste nuove idee, tutto ciò a cui non aveva mai pensato prima. Joe non è consapevole del doppio legame nel quale Erickson lo sta posizionando. La questione, così come posta da Erickson, infatti, fa parlare Joe a se stesso in questi termini: “Avrò un letto asciutto?”. La reale questione invece è stata così autoposizionata: “...ma in che notte accadrà?”. Il ragazzo si ritrova ormai in un contesto di riferimento all'interno del quale ciò che rimane da scoprire è soltanto in quale notte avrà il letto asciutto. Così Erickson continua:

“Verrai il prossimo venerdì pomeriggio da me, e mi dirai se è stato venerdì o giovedì; perché io non lo so, tu non lo sai. La tua mente inconscia non lo sa. La parte più profonda della tua mente non lo sa, la parte frontale della tua mente non lo sa. Nessuno lo sa, dovremo aspettare fino a venerdì pomeriggio”.

Entrambi non hanno ormai altro da fare che aspettare fino a venerdì pomeriggio. E Joe torna di pomeriggio da Erickson e racconta:

“Dottore, ti sei sbagliato, non è stato né venerdì né giovedì, ma è stato sia venerdì che giovedì”.

Erickson risponde allora:

“Mah, due letti asciutti uno dietro l'altro non significano certo che tu avrai un letto permanentemente asciutto. Già la prossima settimana sarà passata la metà del mese di gennaio, e certamente nell'ultima metà non puoi imparare a avere un letto permanentemente asciutto, e febbraio è un mese molto corto”.

La capziosità dell'argomento di Erickson è evidente: che importa che febbraio sia un mese corto? Ma Erickson prosegue:

“Non so se il tuo letto permanentemente asciutto comincerà a esserlo il 17 di marzo, che è il giorno di San Patrizio, o all'inizio di aprile, il giorno degli scherzi. Non lo so io, non lo sai nemmeno tu. Ma c'è una cosa che io voglio che tu sappia; voglio che tu sappia che non mi interessa quando inizierà. Nemmeno per sbaglio, neanche un po', neanche un pochettino questa cosa mi riguarda.”

Che la questione dell'inizio di “un letto permanentemente asciutto” non fosse un problema di Erickson è una suggestione post-ipnotica, una suggestione che avrebbe seguito Joe per il resto della sua vita.

La serie di suggestioni per negazione, per legami e per doppi legami, precedute da suggestioni composte, con rinforzo, dopo sorpresa, per implicazione ecc. elaborate qui da Erickson ha strutturato una situazione di doppio legame terapeutico. Joe non ha nessuna idea di che cosa sia un doppio legame, ancor meno cosa sia un doppio legame terapeutico. Neppure potrebbe comprenderlo.

L'uso del doppio legame e perfino del triplo legame, come lo definisce Erickson, è sempre parte della strategia ipnoterapeutica. Si tratta di presentare delle nuove idee e delle nuove forme di comprensione, relazionandole in maniera indiscutibile a un futuro remoto. Ed è decisamente efficace presentare idee terapeutiche e suggestioni post-ipnotiche in modo da renderle contingenti relativamente a qualcosa che accadrà nel futuro. Nello *hic et nunc* della seduta terapeutica, Joe sarebbe cresciuto più grande e più forte, sarebbe andato a scuola, poi al collegio; eppure Erickson non ha mai menzionato la scuola superiore a Joe: ha soltanto citato l'università, il più remoto futuro che si potesse immaginare in quel momento, e ventilato l'idea di una possibile carriera di giocatore di pallone per Joe. Erickson ha insomma fatto di tutto perché Joe non pensasse più a un letto bagnato. Il terapeuta si è posizionato in maniera che il giovane paziente pensasse quanto più possibile a un futuro remoto e a tutte quelle cose che avrebbe potuto fare invece di pensare a ciò che avrebbe potuto fare quella notte, cioè bagnare il letto.

Ancora una volta era stata operata la scelta più semplice: “...opporre resistenza alla più debole delle due forze...”

Caso 3: gli spinaci³²

Un giorno, uno dei figli di Erickson guarda il piatto di spinaci sul tavolo imbandito per la cena, e dichiara: “Non mangerò niente di quella roba!”.

Erickson approva in maniera incondizionata: “Certo, non sei abbastanza grande d’età, né abbastanza grosso e neppure abbastanza forte...”

Si tratta evidentemente di un doppio legame, la cui seconda parte – implicita: “...per poter mangiare gli spinaci...” – rende la posizione del ragazzo meno solida, mentre rende più desiderabili gli spinaci.

La madre, naturalmente, prende le parti del figlio, sostenendo: “Lui è grande, eccome, abbastanza; e anche grosso, abbastanza...” La questione diventa quindi un argomento dibattuto fra la madre e Erickson, un argomento per adulti, per grandi. In questa situazione, ovviamente, il ragazzo si schiera dalla parte della madre, e diviene in parte già *grande*...

Alla fine, Erickson si mostra disposto a un compromesso, cioè a lasciar mangiare al ragazzino metà di un cucchiaino di spinaci. Madre e figlio trovano insoddisfacente questa proposta, e allora Erickson generosamente decide di permettere al ragazzino di avere metà piatto di spinaci. Il ragazzino mangia quanto più velocemente possibile il piatto di spinaci e immediatamente chiede una seconda porzione. Erickson continua a giocare la parte di chi è riluttante a concedere tutto ciò, ma la madre insiste, sostenendo il ragazzo. Il ragazzo mangia infine gli altri spinaci che gli sono stati concessi, e Erickson ammette con ostentata sofferenza: “Sei più grosso e più forte di quanto io pensassi”.

Del resto, fra il desiderio di essere “grande, grosso e forte” e il desiderio di non mangiare spinaci, la scelta operativa, nello stato di trance comune e quotidiana, non poteva non essere che quella di “...opporre resistenza alla più debole delle due forze...”

L’asserzione “sei più grosso e più forte di quanto io pensassi” dà un nuovo status al ragazzo, e lo offre proprio nella sua prospettiva. Erickson non ha chiesto al ragazzino di rivedere la sua auto-immagine, la sua auto-rappresentazione, ma per via indiretta lascia capitare che ciò avvenga: a) attraverso una “opportunità”, ovvero un *framework*, uno stage, un palcoscenico – costituito dalle due differenti posizioni relative all’argomento sostenute dalla madre e da Erickson – sul quale il ragazzino può rivedere e riconsiderare con attenzione il proprio comportamento, revisionandolo e riformulandolo; b) attraverso le implicazioni di questo cambiamento nel comportamento che il ragazzino trae dall’ammissione sofferta di Erickson relativamente alla sua grandezza.

Gli aspetti fondamentali di questo approccio indiretto consistono nella ristrutturazione delle circostanze, ovvero nella ristrutturazione dei vari elementi che permettono al soggetto di compiere una scelta appropriata, e di compierla individualmente e liberamente.

³² Il virgolettato è tratto da Milton H. Erickson and Ernest L. Rossi 2005 (traduzione mia), in www.nlpweekly.com/Free-NLP/Milton-Erickson/archive-19387897/ e pagine web seguenti.

III. 3. Dallo “pseudo-legame terapeutico” alla struttura del doppio legame terapeutico

Al gruppo di Bateson, Jackson, Haley e Weakland, i pionieri dello studio del doppio legame, poi più precisamente definito come doppio legame schizogenico, Frieda Fromm-Reichman aveva riferito, con una comunicazione personale (1956), della sua esperienza di applicazione terapeutica del paradosso in forma di doppio legame.³³

Fromm-Reichman riporta il caso di una sua giovane paziente, “schizofrenica grave”, che aveva costruito una propria religione politeista, popolata di potentissime Divinità. Di fronte alla terapeuta, la giovane paziente dichiara che le è stato espressamente ordinato dal “dio R.” di non parlare con i terapeuti. Fromm-Reichman risponde con determinazione, affermando l’inesistenza del “dio R.” e dello stesso suo mondo, accettandone tuttavia l’esistenza di entrambi per la paziente:

“Per te esiste, e lungi da me il pensare di poterti togliere questa convinzione, non ci penso nemmeno. Perciò ti parlerò in termini di quel mondo, però solo se tu riconosci che lo faccio per farti capire che per me non esiste. Ora vai dal dio R. e digli che tu e io dobbiamo parlare e che lui deve darti il permesso. Digli anche che io sono un medico e che tu hai vissuto con lui nel suo regno dai sette ai sedici anni, cioè per nove anni, e lui non ti ha aiutato. Perciò ora deve permettere a me di provare, per vedere se tu e io possiamo farcela. Digli che io sono un medico, e che questo è ciò che voglio cercare di fare”.³⁴

Il doppio legame in questione è così identificabile: se la paziente crede nel suo “dio R.”, (ottenendone il nulla osta) si coinvolge nella terapia, che implica la debolezza della Divinità; se la paziente dubita nella potenza del suo “dio R.”, può comunque coinvolgersi nella terapia.

Si tratta di un doppio legame che segue suggestioni per implicazione, per negazione e per legame semplice. Non viene però formulato, almeno per quanto permette di comprendere la descrizione che fornisce la terapeuta, in una situazione di trance indotta e neppure di trance giornaliera comune. Soprattutto appare essere un paradosso formulato nei termini dei consueti schemi di riferimento dello stesso paziente, e sembra comunicare messaggi di minaccia di sopravvivenza per il “dio R.” al metalivello. Il doppio legame non è formulato tanto per la paziente ai due livelli (conscio e inconscio, nei termini della teoria del doppio legame schizogenico), quanto piuttosto per la coppia paziente-“dio R.” al metalivello, ed è formulato nei termini logici del paradosso.

Se di doppio legame davvero si tratta, allora è un doppio legame che di terapeutico ha solo il fatto che sia stato “tirato” durante la terapia, e non certo per la sua struttura.

³³ Cfr. Bateson, Jackson, Haley e Weakland 1956, in Sluzki e Ransom 1979, pg. 41

³⁴ *Ibidem*

In effetti, sulla base della prassi ipnoterapeutica, la situazione di doppio legame terapeutico sembra essere costruita da una serie di suggestioni per legame e doppio legame ecc. che conduce a lasciare rilevare una struttura specifica [del doppio legame terapeutico]. L'insieme dei paradossi e delle suggestioni composte, per negazione, per implicazione, per dissociazione e doppia dissociazione ecc., costituisce difatti il terreno nel quale formulare il doppio legame opportuno ai fini terapeutici. Ma esso si qualifica come tale nella situazione e struttura di doppio legame terapeutico, ovvero manifestando una sua specifica struttura all'interno della quale paiono essere privilegiate le ingiunzioni primarie e secondarie positive e assolutamente evitate le ingiunzioni primarie e secondarie negative.

Sulla scorta dei casi analizzati, e riconsiderando alla luce della specifica prassi ipnoterapeutica la teoria del doppio legame schizogenico e del doppio legame terapeutico, le due strutture del doppio legame, isomorfe per certi aspetti ma non coincidenti, possono essere descritte in modo paradigmatico come mostra la tabella seguente.

Tavola sinottica della doppia struttura del doppio legame

Il doppio legame schizogeno (Bateson et al.)	Il doppio legame terapeutico (Erickson)
Due o più persone (in antagonismo) La vittima è “incalzata” dal persecutore Il legato è avvolto dal legatore Il burattino è mosso dal burattinaio... e da altri	Due o più persone (in interazione) Il paziente e il terapeuta condividono un obiettivo, a priori
Esperienza ripetuta Il doppio legame è ripetuto e non costituisce un singolo evento, per quanto traumatico: è stabilita una situazione di doppio legame che struttura la relazione	Esperienza ripetuta (o perfino singola) Il doppio legame è ripetuto <i>ad libitum</i> , se è il caso, fino a ottenere il successo terapeutico
Una ingiunzione primaria negativa “Se non fai così, io ti punirò”	Una ingiunzione primaria positiva “Accetto che continuerai a fare così”
Una ingiunzione secondaria negativa Contraddice l’ingiunzione primaria a un livello logico differente (metalivello) e come la primaria è rafforzata da punizioni e/o minacce alla sopravvivenza: stabilisce e rafforza conflitti fra i due livelli logici, ovvero fra il livello primario (conscio) e il secondario (inconscio)	Una ingiunzione secondaria positiva Agisce a un livello logico differente (metalivello) facilitando la interazione creativa fra il livello primario (conscio) e il secondario (inconscio): rende possibili le risposte, integrate, ai due livelli permettendo la soluzione dei conflitti precedentemente in corso
Una ingiunzione terziaria negativa La vittima, il legato, il burattino, è incapace, ovvero impossibilitato a uscire dal campo	Una ingiunzione terziaria positiva condivisa Il campo si dissolve con il conseguimento dell’obiettivo terapeutico che lega il paziente: la scelta (sempre possibile) risolve la mutua intesa
Percezione e interpretazione dello universo in termini di doppio legame La vittima, il legato, il burattino, non necessita più l’insieme delle condizioni: è strutturato per doppio legame, autopotenziato	Terapia conclusa per cambiamento del comportamento Il cambiamento del comportamento lo libera dalla ingiunzione terziaria condivisa e dai doppi legami

La situazione di doppio legame strutturata nel caso riportato da Fromm-Reichman, dunque, rispetta apparentemente la formulazione della ingiunzione primaria positiva – “... ti parlerò in termini di quel mondo, però solo se tu riconosci che lo faccio per farti capire che per me non esiste...” –, e non realizza l’ingiunzione secondaria positiva – non rende possibile la risposta integrata ai due livelli – né l’ingiunzione terziaria positiva, intesa come occasione di liberazione dallo schema di riferimento iniziale della paziente: il doppio legame resta schizogenico nella sua struttura anche se ha un effetto presumibilmente e verosimilmente terapeutico in questa vicenda.

Usare il doppio legame schizogenico in terapia non significa infatti trasformare il doppio legame schizogenico in doppio legame terapeutico: il “buon uso”, al di là della fase iniziale induttiva, non ne modifica la struttura.

Il doppio legame terapeutico è tale in quanto la sua struttura è specifica e differente, per quanto isomorfa, dalla struttura del doppio legame in sé, come dimostrano invece le situazioni di doppio legame terapeutico costituite dalla prassi di Erickson: strutturare la situazione terapeutica in modo tale da permettere al paziente in stato di trance di “...opporre resistenza alla più debole delle due forze...”

L’analisi giustappositiva delle due strutture di doppio legame non conduce dunque alla preclusione dell’uso legittimo di ogni forma di legame, doppio legame e triplo legame in ogni momento del processo di induzione ipnotica e di gestione della trance, come pure ovviamente in ogni momento utile della prassi terapeutica, e specifica e definisce il doppio legame terapeutico, potenziandolo.

Bibliografia

- Abeles, G. "The double bind: paradox in relationships". Doctoral Dissertation, Boston Univ. Microfilms 75-20, 975, 1975
- Abeles, G. "Researching the unresearchable: Experimentation on the double bind". In Sluzki, C.E., Ransom, D.C. (eds.) *Double bind: The foundation of the communicational approach to the family*. New York: Grune & Stratton, 1976:113-149; trad. it. "Alla ricerca dell'inesplorabile: una sperimentazione sul doppio legame", in Sluzki, C.E., Ransom, D.C. (a cura di), *Il doppio legame*. Astrolabio, Roma 1979
- Ackerman, B.L. "Relational paradox: Toward a language interactional sequences", *Journal of Marital and Family Therapy*, 5, 1975:29-38
- Ainsworth, M.D.S., et al. *Patterns of attachment: assessed in the strange situation and at home*. Lawrence Erlbaum, Hillsade (NJ), 1978
- Ancora, A. "Introduzione al saggio di G. Bateson: 'I problemi culturali sollevati da uno studio del processo schizofrenico. Lo stato stazionario in antropologia e in psichiatria'", in *Passaggi. Rivista Italiana di Scienze Transculturali*, 1, 2001:83-89
- Anderson, H., Goolishian, H. "The client is the expert: A not-knowing approach to therapy", in Mc Namee, S., Gergen, K.J. (a cura di), *Therapy as Social Construction*. Sage, London, 1992
- Aoki, M. "Influences of double bind communication on human information processing system and emotion", in *Japanese Journal of Educational Psychology*, 41, 1993:31-39
- Bateson, G. (1959) "I problemi culturali sollevati da uno studio del processo schizofrenico. Lo stato stazionario in antropologia e in psichiatria", in *Passaggi. Rivista italiana di scienze transculturali*, 1, 2001:91-109
- Bateson, G. "Minimal requirements for a theory of schizophrenia", in *Arch. Gen. Psychiatry*, 2, 1960:477-491
- Bateson, G. "Exchange of information about patterns of human behavior", in Field, W.S., Abbot, W. (a cura di), *Information storage and neural control*, relazione al 10° incontro scientifico annuale dell'Houston Neurological Society. Charles C. Thomas, Springfield, 1963:173-186
- Bateson, G. (1969/1972) "Double bind 1969", in G. Bateson, *Steps to an ecology of the mind*. Ballantine, New York, 1972:271-278
- Bateson, G. (1972). *Steps to An Ecology of Mind*. Ballantine, New York; trad. It. *Verso un'ecologia della mente*, Adelphi, Milano 1980
- Bateson, G. (1976), "Un approccio formale a idee esplicite, implicite e concretizzate e alle loro forme di interazione", in Sluzki, C.E., Ransom, D.C. (a cura di), *Il doppio legame*. Astrolabio, Roma 1979
- Bateson G., *Mente e Natura*, Adelphi, Milano 1984
- Bateson, G., Jackson, D.D., Haley, J., Weakland, J.H. (1956) "Toward a theory of schizophrenia". *Behavioral Science*, 1, 251-264; trad. it. "Verso una teoria della schizofrenia", in Sluzki, C.E., Ransom, D.C. (a cura di), *Il doppio legame*. Astrolabio, Roma 1979

- Bateson, G.; Jackson, D. D.; Haley, J.; Weakland J. H. (1962), "Una nota sul doppio legame", in Sluzki, C.E., Ransom, D.C. (a cura di), *Il doppio legame*. Astrolabio, Roma 1979
- Baumrind, D. "The average expectable environment is not good enough: Response to Scarr", in *Child Development*, 64, 1993:1299-1317
- Beakel, N. G. & Mehrabian, A. "Inconsistent communication in psychopathology", in *Journal of Abnormal Psychology*, 74, 1969:126-130
- Beavers, W.R., Blumberg, S., Timken, K.R., et al. "Communication patterns of mothers of schizophrenics", in *Family Process*, 4, 1965:95-104
- Berger, A. "A test of double bind hypothesis on schizophrenia", in *Family Process*, 4, 1965:198-205
- von Bertalanffy, L., *Teoria generale dei sistemi*, Franco Angeli, Milano 1974
- Bianciardi, M. "Il concetto di doppio legame: una proposta di revisione logica", in *Terapia Familiare*, 26, 1988:45-58
- Biddle, B. J. *Role Theory: Expectations, Identities, and Behaviors*. Academic Press, New York, 1979
- Blotchky, A. D., Tittler, B. I. & Friedman, S. "The double-bind situation in families of disturbed families", in *Journal of Genetic Psychology*, 141, 1982:129-142
- Boole, George *Indagine sulle leggi del pensiero*, 1854
- Bugenthal, D. E., Love, L. R., Kaswan, J. W. & April, C. "Verbal-nonverbal conflict in parental messages to normal and disturbed children", in *Journal of Abnormal Psychology*, 77, 1971:6-10
- Carnap, Rudolf *Introduction to Semantics*. Harvard University Press, Cambridge, 1942
- Cheek, D., and LeCron, L. *Clinical Hypnotherapy*. Grune & Stratton, New York, 1968
- Cronen, V.E., Johnson, K.M., Lannamann, J.W. "Paradossi, doppi-legami e circuiti riflessivi: una prospettiva teorica alternativa", in *Terapia Familiare*, 14, 1983:87-120
- Dush, D. M. & Brodsky, M. "Effects and implications of the experimental double bind", in *Psychological Reports*, 48, 1981:895-900
- Erickson, M. H. "A hypnotic technique for resistant patients: The patient, the technique, and its rationale and field experiments", in *American Journal of Clinical Hypnosis*, 1, 1964:8-32
- Erickson, Milton H. *Opere*. Astrolabio, Roma, 1982
- Erickson, Milton H. and Rossi, Ernest L. "Cases", in www.nlpweekly.com/Free-NLP/Milton-Erickson/archive-19387897/, 2005
- Ferris, W. P. "The incidence and prevention of double binding communication patterns in the secondary school". Doctoral Dissertation, Rensselaer Polytechnic Institute. Dissertation Abstracts 76-3694, 1975

- Festinger, L. A. *Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford University Press, Stanford, CA, 1957
- Gelinas, D. J. "Conceptual frameworks in psychology: A modified Kuhnian analysis of the emergence of double bind family therapy". Doctoral Dissertation, University of Massachusetts, Dissertation Abstracts 78-16,261, 1978
- Gödel, Kurt "Über formal unentscheidbare Sätze der Principia Mathematica und verwandter Systeme", in *Monatshefte Math. Phys.*, 1931:173-198
- Gooblar, H. M. "Double bind: Aspects of the communicational style of the father-absent family". Doctoral Dissertation, California School of Professional Psychology, Dissertation Abstracts 79-01,804, 1978
- Gottesman, I. I. *Schizophrenia genesis: The origins of madness*. Freeman, New York, 1991
- Guindom, J.E. "Paradox, schizophrenia and the double bind hypothesis: an exploratory study". Doctoral Dissertation, Univ. Washington, Univ. Microfilms 71-28, 412, 1971
- Gundersen, J. H. "The theory of logical types: A cul-de-sac in communication theory", in *Nordisk Psykiatrisk Tidsskrift*, 42, 1988:63-66
- Haake, M. L. "Paradoxical communication reconsidered". Doctoral Dissertation, University of Massachusetts, Dissertation Abstracts 84-10259, 1984
- Haley, J. "An interactional description of schizophrenia", in *Psychiatry*, 1959a:321-332
- Haley, J. "The family of the schizophrenic: a model system", in *Journal for Nervous Mental Diseases*, 1959b: 357-374
- Hall, J. A. & Levin, S. "Affect and verbal-nonverbal discrepancy in schizophrenic and non-schizophrenic family communication", in *British Journal of Psychiatry*, 137, 1980:78-92
- Haller, K. A. "The double bind: Paradox in Human Behavior". Doctoral Diss., Teachers College/Columbia University, Univ. Microfilms 90-02502, 1989
- Hargreaves Heap, S. P. & Varoufakis, Y. *Game theory: A critical introduction*. Routledge, London, 1995
- Jackson, D.D. "The question of family homeostasis", in *Psychiatric Quarterly Supplement*, 31, parte I, 1957:79-90
- Jackson, D.D. "A critique of the literature on the genetics of schizophrenia", in Jackson, D.D. (Ed.) *The Aetiology of Schizophrenia*. Basic Books, New York, 1960
- Jackson, D.D., Weakland, J.H. (1961) "Terapia familiare congiunta: alcune considerazioni sulla teoria, la tecnica e i risultati". In Cancrini, L. (a cura di), *Verso una teoria della schizofrenia*. Bollati Boringhieri, Torino 1981
- Jacob, T. "Family interaction in disturbed and normal families: a methodological and substantive review", in *Psychological Bulletin*, 1975:33-65

- Karr, K. B. "Source and recipient perceptions of double bind patterns". Doctoral Dissertation, Arizona State University, Dissertation Abstracts 84-05155, 1984
- Kellogg, L. C. "The effect of double bind conflict on interaction perceptions of college students". Doctoral Dissertation, University of Cincinnati, Univ. Microfilms 81-02484, 1980
- Kingsley, V.C. "The effects of the double bind conflict and sex of the experimenter on the conceptual functioning and visual discrimination of male good and poor premorbid schizophrenics". Doctoral Dissertation, New York Univ. Microfilms 70-16, 078, 1969
- Kinsbourne, M. and Smith, L. *Hemispheric Disconnection and Cerebral Function*. C.C. Thomas, Springfield, 1974
- Koopmans, Mathijs *Schizophrenia and Family: Double Bind Theory Revisited*. MS. New York College, 1997:1-29
- Kramer, Fritz "Notizen zur Ethnologie der *passiones*", in *Kölner Zeitschrift für Soziologie. Soziologie als Sozialwissenschaft, Sonderheft 26*. Opladen, 1984:297-313
- Krefting, L. "Double bind and disability: The case of traumatic head injury", in *Social Science Medicine*, 30, 1990:859-865
- Kuiken, D. & Hill, K. "Double-bind communications and respondents' reluctance to affirm the validity of their self-disclosures", in *Perceptual and Motor Skills*, 60, 1985:83-95
- Laing, R. D. & Esterson, A. *Sanity, madness, and the family*. Pelican, Harmondsworth, 1964
- Laing, R. D. *The Self and others: Further studies in sanity and madness*. Tavistock, London, 1961
- Loriedo, C., Vella, G. *Il paradosso e il sistema familiare*. Bollati Boringhieri, Torino, 1989
- McDonough, J. S. "An investigation of the effect of double bind instructions on perceptual functioning as a function of maternal child-rearing behaviours". Doctoral Diss., University of Arkansas, Dissertation Abstracts 75-27, 661, 1975
- Mehrabian, A. & Wiener, M. "Decoding of inconsistent communications", in *Journal of Personality and Social Psychology*, 6, 1967:109-114
- Melowski, F. "Escaping double bind: Effects of locus of control and double bind information". Doctoral Dissertation, Texas Tech University, Dissertation Abstracts 78-19,895, 1978
- Mitchell, John Clyde *Cities, Society and Social Perception*. Clarendon Press, Oxford, 1987
- Newman, E. H. "Resolution of inconsistent attitude communications in normal and schizophrenic subjects", in *Journal of Abnormal Psychology*, 86, 1977:41-46
- Nida, R. A. "The double bind theory of communication as it relates to communication apprehension and associated personality development". Doctoral Dissertation, Ohio University, Dissertation Abstracts 77-3489, 1976
- Northrop, Eugene P. *Riddles in Mathematics*. Van Nostrand Co., New York, 1944

- Olson, D. H. "Empirically unbinding the double bind: A review of research and conceptual formulations", in *Family Process*, 11, 1972:69-94
- Palmisano, A.L. "Sein and Mimesis", in *Law, Life and the Images of Man. Modes of Thought in Modern Legal Theory. Festschrift for Jan M. Broekman*, Fleerackers, F., van Leeuwen, E. and van Roermund, B. (eds.). Duncker and Humblot, Berlin, 1996:185-200
- Palmisano, A.L. "On the Theory of Trance: The zar Cult in Ethiopia", in *Kea. Zeitschrift für Kulturwissenschaften*, 13, 2000:119-136
- Palmisano, A.L. "Presenza, assenza e rappresentazione nelle trance rituali", in *Rimorso. La tarantola fra scienza e letteratura. Atti del Convegno sul Tarantismo, San Vito, 28-29 maggio 1999*. Besa Editore, Nardò, 2001a:137-152
- Palmisano, A.L. "I due volti della parola. Un approccio antropologico alla fondazione del mito", in *Etnostoria*, 1-2, 2001b:147-194
- Palmisano, A.L. "Esercizi in mistica pagana: suono e parola divina nei culti zar dell'Etiopia", in *Africa*, LVII, 4, 2002:471-501
- Palmisano, A.L. "Trance and translation in the zar cult of Ethiopia", in Tullio Maranhao and Bernhard Streck (eds.), *Translation and Ethnography*. The University of Arizona University Press, Tucson, 2003:135-151
- Palmisano, A.L. *Tractatus ludicus. Antropologia dei fondamenti dell'Occidente giuridico*. CNR, Istituto di Studi Giuridici Internazionali. Monografie 6. Editoriale Scientifica, Napoli, 2006, pp. 218
- Palmisano, A.L. "Situazioni di doppio legame e comunicazione in Afghanistan: il caso delle donne affette da tubercolosi", in *Atti del Convegno di Studi "Arte, tradizione e costumi nella cultura femminile di Trieste con riferimenti allargati a quelle europee ed extra-europee"*, Centro Studi Heliopolis. Trieste, 9 novembre 2006. Edizioni Goliardiche, Udine, 2007:47-74
- Palmisano, A.L. "Il teatro e la trance: drammaturgia etnografica o etnografia drammatica?", in Baghaï, Ariane, *Etnodrammi. Tre incursioni nella drammaturgia etnografica*. Pensa, Lecce, 2008:11-20
- Palmisano, A.L. "Mondo virtuale e mondo euclideo nelle autorappresentazioni post-globali", in *Agribusiness, Paesaggio & Ambiente*, vol. XIII, n. 3, marzo 2010:184-189
- Palmisano, A.L. "Anthropology in the post-Euclidean State, or from textual to oral anthropology", in *DADA Rivista di Antropologia post-globale*, www.dadarivista.com, n. 1 Dicembre 2011, 2011:25-44
- Palmisano, A.L. "E l'utopia si rivelò...", in *DADA Rivista di Antropologia post-globale*, www.dadarivista.com, n.1 Speciale "Utopia e contro-utopia", 2012, 2012:237-264
- Palmisano, A.L. "Visione, possessione, estasi: sulla teoria della trance rituale", in *DADA Rivista di Antropologia post-globale*, www.dadarivista.com, n. 1 Giugno 2013, 2013:7-36
- Philips, M. "Response to "Double Bind" messages in relation to four dimensions of personality and to two maternal child rearing attitudes: A study of interpretational and feeling preferences of late adolescents in response to "Double Binding" type communications". Doctoral Dissertation, New York Univ., Univ. Microfilms 70-26,439, 1970

- Pine, J.J. "The double bind and some of its implications". Doctoral Dissertation, University of Illinois at Urbana-Champaign, Dissertation Abstracts 84-09,982, 1984
- Potash, H.M. "Schizophrenic interaction and the concept of the double bind". Doctoral Dissertation, Michigan State Univ., Univ. Microfilms, 65-2052, 1965
- Quine, Willard van Orman "Paradox", in *Scientific American*, 1962:84-95
- Reichenbach, Hans *Elements of Symbolic Logic*. The Macmillan Company, New York, 1947
- Ringstrom, P.H. "Therapeutic impasses in treatment: double bind hypothesis", in *Psychoanalytic Dialogues*, 8, 1998:297-316; tr. it.: Colucci, M., "Le impasse terapeutiche nel trattamento psicoanalitico contemporaneo. Una rivisitazione dell'ipotesi del doppio legame", in <http://www.selfrivista.it/Volumi/Vol11N3/Ringstrom.html>
- Ringuette, E.L., Kennedy, T. "An experimental study of the double bind hypothesis", in *J. Abnorm. Psychol.*, 71, 1966:136-141
- Rotzien, M. K. "A critique of the double bind system: Theory, methodology, and research". Doctoral Dissertation, Fuller Theological Seminary, School of Psychology, Univ. Microfilms 89-24359, 1989
- Russell, B., Whitehead, A.N. (1910), *Principia Mathematica*, Cambridge University Press, London 1976
- Russell, B. "Introduction" to Wittgenstein, L. *Tractatus logico-philosophicus*, Kegan Paul, Trench, Trubner & Co., London, 1922
- Sansom, G.B. *The Western World and Japan. A Study in the Interaction of European and Asiatic Cultures*. New York: Alfred A. Knopf, 1950
- Scaeffler, R.L. "Training schizophrenics and neurotics to recognize double binds: a comparison". Doctoral Dissertation (MS), Adelphi Univ., 1972
- Schreiber, A.W. "An experimental double bind and communicativeness". Doctoral Dissertation, City Univ. New York, Univ. Microfilms 70-24, 485, 1970
- Schuham, A. I. "The double bind hypothesis a decade later", in *Psychological Bulletin*, 68, 1967:409-416
- Selvini Palazzoli M., Boscolo L., Cecchin G., Prata G. *Paradosso e controparadosso*, Feltrinelli, Milano 1975
- Sluzki, C.E. "Il modello narrativo in terapia familiare", in Bertrando, P., Cazzullo, C.L., Clerici, M. (a cura di), *Terapie familiari e psicoeducazione*. Franco Angeli, Milano 1995
- Sluzki, C. E., Beavin, J., Tarnopolsky, A. & Verón, E. "Transactional disqualification research on the double bind", in *Archives of General Psychiatry*, 16, 1967:494-504
- Sluzki, C. E. & Ransom, D. C. (Eds.) *Double bind: The foundation of the communicational approach to the family*. Grune & Stratton, New York, 1976; trad. it. *Il doppio legame*. Astrolabio, Roma, 1979

- Smith, E.K. "The effect of double bind communications upon the state anxiety of normals". Doctoral Dissertation, Univ. New Mexico, Univ. Microfilms 73-16, 583, 1972
- Smith, E. K. "Effect of double-bind communication on anxiety level of normals", in *Journal of Abnormal Psychology*, 85, 1976:356-363
- Sojit, C.M. "Dyadic interaction in a double bind situation", in *Family Process*, 8, 1969:235-259
- Sojit, C.M. "The double bind hypothesis and the parents of schizophrenics", in *Family Process*, 10, 1971:53-74
- Stanton, A.H. and Schwarz, M.S. *The Mental Hospital*. Basic Books, New York, 1954
- Stegmüller, Wolfgang *Das Wahrheitsproblem und die Idee der Semantik*. Springer Verlag, Wien, 1957
- Steinberg, L. "Autonomy, conflict, and harmony in the family relationship", in S. S. Feldman & G. R. Elliot (Eds.) *At the threshold: The developing adolescent*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1990:255-276
- Summers, F. & Walsh, F. "The nature of the symbiotic bond between mother and schizophrenic", in *American Journal of Orthopsychiatry*, 47, 1977:484-494
- Thomas, W. I. & Thomas, D. S. *The Child in America: Behavior Problems and Programs*. Knopf, New York, 1928
- Tienari, P. "Implications of adoption studies in schizophrenia", in *British Journal of Psychiatry*, 161 (Suppl.18), 1992:52-58
- Tienari, P. & Wynne, L. C. "Adoption studies of schizophrenia", in *Annals of Medicine*, 26, 1994:233-237
- Vaughn, C. E. & Leff, J. P. "The influences of family and social factors on the course of psychiatric illness: A comparison of schizophrenic and depressed neurotic patients", in *British Journal of Psychiatry*, 129, 1976:125-137
- Vetter, H. *Language, behavior and psychopathology*. Rand McNally, Chicago, 1969:167-180
- Ward, M. & Koopmans, M. "Dynamic pattern formation in families: II. Nonlinear and chaotic processes in Older-Child adoption", in *Paper presented at the annual meeting of the Society for Chaos Theory in Psychology and Life Sciences*, Milwaukee, WI., 1997, August
- Watzlawick, P. "A review of double bind", in *Family Process*, 2, 1963:132-153
- Watzlawick, P. "Paradoxical predictions", in *Psychiatry*, 28, 1965:368-374
- Watzlawick, P., Beavin, J., and Jackson, D. *Pragmatics of Human Communication: A Study of Interactional Patterns, Pathologies and Paradoxes*. Norton, New York, 1967; trad. it. *Pragmatica della comunicazione umana*. Astrolabio, Roma, 1971
- Watzlawick, P., Weakland, J., and Fisch, R. *Change: Principles of Problem Formation and Problem Resolution*. Norton, New York, 1974

- Weakland, J. H. "The double bind hypothesis of schizophrenia and three-party-interaction", in Jackson, D.D. (ed.) *The Aetiology of Schizophrenia*. Basic Books, New York, 1960
- Weakland J. H. (1960), "L'ipotesi del 'doppio legame' sulla schizofrenia nell'interazione a tre", in Sluzki, C.E., Ransom, D.C. (a cura di), *Il doppio legame*. Astrolabio, Roma 1979
- Weakland, J. H. (1974) "The double bind theory in self reflective hindsight", in *Family Process*, 13, 269-277; trad. it. "Il doppio legame in una revisione retrospettiva e autoriflessiva", in Sluzki, C.E., Ransom, D.C. (a cura di), *Il doppio legame*. Astrolabio, Roma 1979
- Weakland, J. H. "The development and significance of the double bind theory", in *Japanese Journal of Family Psychology*, 6, 1992:25-38
- Weakland, J.H., Fry, W.F. jr (1962) "Lettere di madri ai figli schizofrenici", in Cancrini, L. (a cura di), *Verso una teoria della schizofrenia*. Bollati Boringhieri, Torino, 1981
- Weakland, J.H., Jackson, D.D. (1958), "Osservazioni di un paziente e di un terapeuta sulle circostanze di un episodio schizofrenico", in Cancrini, L. (a cura di), *Verso una teoria della schizofrenia*. Bollati Boringhieri, Torino, 1981
- White, M. *La terapia come narrazione*. Astrolabio, Roma, 1992
- Wiener, N., *Introduzione alla cibernetica*, Boringhieri, Torino, 1966
- Wild, C. M. & Shapiro, L. N. "Mechanisms of change from individual to family performance in male schizophrenics and their parents", in *Journal of Nervous and Mental Disease*, 165, 1977:41-53
- Wild, C. M., Shapiro, L. N. & Goldenberg, L. "Transactional communication disturbances in families of male schizophrenics", in *Family Process*, 14, 1975:131-160.