

Attà Negri,* Rachele Mariani,** Michela Di Trani***

Comunicazione emotiva e processi di cambiamento. Comprendere la psicoterapia attraverso la teoria del codice multiplo

di Wilma Bucci, 2022
GIOVANNI FIORITI EDITORE, ROMA

Con questo nuovo libro Wilma Bucci propone una sintesi approfondita della sua teoria dell'organizzazione psichica e del cambiamento psicoterapeutico, fondandola sulle conoscenze scientifiche attuali e proponendo strumenti di ricerca per una sua verifica sul campo; come lei stessa scrive 'era arrivato il momento di sistematizzare il lavoro teorico e di ricerca' iniziato quattro decenni prima e che ha visto la sua prima sistematica formalizzazione nel libro *Psicoanalisi e Scienza Cognitiva* (1997), pietra miliare per una riconcettualizzazione empiricamente fondata della clinica e teoria psicoanalitica. In questo nuovo testo Bucci coniuga con facilità diversi linguaggi, coinvolgendo il lettore in un processo continuo di connessione tra teoria e ricerca da una parte e di dialogo tra psicoanalisi, scienze cognitive e neuroscienze dall'altra. Sia il lettore che già conosce la Teoria del Codice Multiplo e del Professo Referenziale, sia chi si avvicina ad essa per la prima volta può trovare in questo libro una prospettiva teorica generale che propone un modello della mente squisitamente psicologico, coerente con le più recenti evidenze neuroscientifiche e cliniche, e di grande utilità per la pratica terapeutica. Vi troverà sia la specificità e la chiarezza logica della ricercatrice esperta, che da anni studia i concetti che presenta, sia la vividezza dello sguardo clinico che applica tali concetti alla *talking cure*.

I temi affrontati da Wilma Bucci sono centrali nel dibattito contemporaneo interno alla psicologia su processi psicodinamici che spiegano la sofferenza

*Università di Bergamo. E-mail: atta.negri@unibg.it

**Università La Sapienza di Roma. E-mail: rachele.mariani@uniroma1.it

***Università La Sapienza di Roma. E-mail: michela.ditrani@uniroma1.it

psichica e il funzionamento soggettivo. A partire da una rilettura in chiave neuroscientifica della metapsicologia freudiana, Bucci propone uno sguardo attuale su concetti quali integrazione mente-corpo, dissociazione, effetti del trauma sui processi simbolici, somatizzazione, memorie corporee, emozioni e processi di cambiamento psicoterapeutico. In particolare, vorremmo orientare l'attenzione del lettore su tre aspetti distintivi e innovativi del modello proposto da Bucci.

Il sistema mente/corpo/contesto

La Teoria del Codice Multiplo e del Processo Referenziale, delineando i processi psichici come processi multipli e paralleli di elaborazione, rimette al centro del lavoro clinico la potenza trasformativa sia degli affetti che il corpo vive nella interazione con l'altro, sia della rappresentazione simbolica che da essi può scaturire. Tale vertice consente di vedere in maniera sistemica e unitaria il dispiegarsi delle mente e del corpo nel processo interpersonale verbale e non verbale che gli psicoterapeuti, psicoanalisti e non, vivono quotidianamente nel rapporto con il paziente. Costatare che la sola *talking cure*, la cura delle parole, senza l'introduzione di medicazioni o terapie fisiche, ha degli effetti corporei è stata una delle grandi scoperte della psicoanalisi dalle sue origini. Il modello di Bucci può essere visto come il tentativo di spiegare e comprendere come il linguaggio si leghi al soma, alle emozioni e ai sistemi corporei e viceversa, cogliendo attraverso il Processo Referenziale come sia di fatto possibile dare senso all'intreccio complesso di corpo, affetto, parole e relazioni.

Il modello di mente di Wilma Bucci non solo quindi ci propone un cambiamento epistemologico utile a superare il dualismo mente/corpo, ma aggiunge una visione sistemica del funzionamento mentale. Da momento che, infatti, i processi di elaborazione simbolici e subsimbolici descritti dall'Autrice sono le modalità di cui il soggetto dispone per connettersi senza soluzione di continuità con il suo contesto fisico e interpersonale, appare chiaro come la mente e la coscienza siano non solo processi intrinsecamente incarnati, ma anche eminentemente relazionali. La mente non esiste come entità isolata e statica, ma è un insieme di processi di connessione continua con il mondo e soprattutto con gli altri significativi. Il Processo Referenziale non connette quindi solo sistemi di elaborazione differenti all'interno dell'individuo, ma connette l'individuo con il suo contesto fisico e soprattutto connette i sistemi simbolici e subsimbolici delle persone tra loro. Avere definito dal punto di vista teorico e fenomenico (la metafora del *tango* è da questo punto di vista estremamente calzante e pregnante) le caratteristiche di questo processo di connessione *intrapersonale* e *interpersonale* ci consegna uno strumento formidabile per orientare l'intervento dello

psicologico clinico di qualunque orientamento e in qualunque contesto, non solo quello psicoterapeutico. Possiamo quindi considerare il modello di mente proposto da Wilma Bucci realmente innovativo proprio in quanto offre una visione complessa dell'essere umano come dotato di un sistema che connette corpo/mente/contesto; e questa visione funziona come una mappa attendibile e plausibile per comprendere il funzionamento soggettivo e interpersonale da una parte e per orientare o modellare la relazione di aiuto con il soggetto sofferente dall'altra.

Il modello psicopatologico e del cambiamento psicoterapeutico

L'Autrice nella seconda parte del volume propone una rilettura del modello psicoanalitico freudiano, offrendo una definizione alternativa di processo primario e secondario, mettendo al centro la questione assai enigmatica se l'inconscio possa ancora oggi essere definito come un sistema disorganizzato, un calderone di impulsi ribollenti, il luogo del rimosso o al contrario, come Wilma Bucci propone, un sistema altamente codificato e inscritto nel soggetto, costantemente attivo parallelamente ad altri sistemi, altrettanto organizzati, che parzialmente si connettono e si disconnettono tra loro. Wilma Bucci, quindi, introduce una differente prospettiva di comprensione della psicopatologia, non più e non solo come esito di conflitti interni e di rimozioni, ma come esperienza attuale di processi di elaborazione parzialmente dissociati tra loro. Una parte importante della sofferenza non è quindi data dall'attivazione di processi simbolici complessi in conflitto tra loro, ma da processi di connessione interna e interpersonale (riassunti nel concetto di Processo Referenziale) per varie ragioni non pienamente efficaci. Riattivare tali processi nella relazione terapeutica è il cuore e la sfida di ogni possibilità di cambiamento. La psicoterapia diventa la via regia per la riattivazione di processi che hanno traccia indelebile nel corpo, ovvero gli schemi di emozione che nello scambio con l'altro vengono rivissuti a livello subsimbolico e si aprono alla loro auspicabile trasformazione, grazie all'integrazione tra simbolico e subsimbolico. Il concetto di schema di emozione diventa nucleo fondante dell'esplorazione clinica, in quanto racchiude le memorie incarnate dei pattern affettivo-relazionali che guidano in maniera funzionale/disfunzionale la persona che si muove nel mondo. Tale schema di emozione diventa il propulsore, l'*arousal* del processo referenziale, delle connessioni/disconnessioni che nel trattamento potrebbero acquisire nuove integrazioni e consapevolezza. Grazie a tale attivazione in un contesto sicuro e facilitante, come si auspica che la psicoterapia sia, con le sue costanti e le sue variazioni, nuove simbolizzazioni e nuovi significati possono prendere vita all'interno dello scambio subsimbolico costante tra paziente e terapeuta. E il pregio di questo nuovo testo di Bucci è di descrivere

ed esemplificare più volte le fasi che caratterizzano questo processo nel trattamento analitico, e più in generale psicoterapeutico. Si tratta delle *fasi di arousal* in cui prevale l'attivazione degli elementi subsimbolici degli schemi di emozioni, *di simbolizzazione* in cui si dà immagine e parola all'esperienza emozionale subsimbolica, e *di riflessione/riorganizzazione* in cui emergono connessioni e significati nuovi tra gli elementi emersi. Gli esempi clinici presentati dall'Autrice consentono chiaramente di seguire il processo sia all'interno di una singola seduta sia nello svolgersi della terapia. Questa caratterizzazione ed esemplificazione è l'applicazione concreta alla relazione terapeutica del modello di mente/corpo/contesto; uno strumento prezioso da tenere in mente da parte di qualsiasi clinico che condivida questo nuovo paradigma e approccio alla *talking cure*.

Le proprietà del linguaggio come indici del processo referenziale

La Teoria del Codice Multiplo e del Processo Referenziale pone l'accento su e rivaluta il ruolo centrale del corpo, del non verbale e del non simbolico, ma l'elaborazione simbolica in immagini e parole rimane fondamentale nella *talking cure*. Le parole in particolare sono uno degli strumenti principali per attivare l'integrazione tra sistemi di elaborazione differenti e per comunicare con i sistemi simbolici e subsimbolici dell'interlocutore. Potremmo dire che le parole rimangono al centro della scena ma non sono più le uniche protagoniste; perdono quello statuto privilegiato che avevano nei modelli centrati sull'interpretazione e l'insight e assumono invece un ruolo da coprotagonista insieme ad un altro tipo di elaborazione, quella subsimbolica, che se pure meno visibile, rimane il cuore del problema e al tempo stesso del cambiamento. Il grande vantaggio delle parole è che possono essere registrate e trascritte, e dal momento che sono intrinsecamente connesse all'esperienza subsimbolica incarnata sono rivelatrici della qualità di questo intreccio. È lo stile linguistico adottato dal parlante più che il contenuto delle sue parole che è significativo per comprendere quanto ciò che viene detto è connesso e rispecchia il vissuto subsimbolico. Se per esempio il linguaggio utilizzato è vivido, concreto, specifico e chiaro esso trasmette con immediatezza l'esperienza emotiva e sensoriale vissuta dal parlante, mentre se è astratto, decontestualizzato, vago restituisce un senso di distanza di noi con l'interlocutore e dell'interlocutore con il suo vissuto emotivo. Il linguaggio è quindi un alleato prezioso per il clinico e per il ricercatore perché permette di vedere e in parte misurare il livello di connessione *interpersonale* (tra parlanti) e *intrapersonale* (tra sistema simbolico verbale e sistema subsimbolico) dei parlanti. Wilma Bucci ha ben compreso questa potenzialità del linguaggio e ha sviluppato un set di misure linguistiche computerizzate atte a rilevare e misurare le qualità linguistiche connesse al processo

referenziale. Il clinico, leggendo questo volume, può sintonizzarsi non solo sull'ascolto del linguaggio come veicolo di contenuti, ma anche sulla qualità formale e stilistica delle associazioni prodotte in seduta e riconoscere l'attivazione di schemi di emozioni, agevolando il processo di integrazione dei pattern affettivi e rendendo più efficace il suo lavoro terapeutico. Dall'altro lato, il ricercatore può esplorare i trascritti, o i resoconti dei clinici, o delle conversazioni tra soggetti, e analizzarli attraverso l'applicazione delle misure linguistiche computerizzate per comprendere e misurare i processi di cambiamento nella relazione terapeutica o nei differenti contesti o condizioni di sofferenza. Entrambi, ricercatori e clinici, dunque possono collaborare per trarre vantaggio da questi preziosi strumenti validati di analisi linguistica che il lungo lavoro dell'Autrice e del suo gruppo di ricerca ci ha fornito anche per la lingua italiana (Christian *et al.*, 2021; Di Trani *et al.*, 2018; Mariani & Hoffman, 2021; Mariani *et al.*, 2013, 2020a, 2020b; Negri & Ongis, 2021; Negri *et al.*, 2018, 2019, 2020a, 2020b; Renzi *et al.*, 2020). La disponibilità di queste misure è un'ulteriore punto di forza del modello proposto da Wilma Bucci in quanto prevede la possibilità di una verifica e un riscontro empirico di quanto previsto a livello teorico, contribuendo a trasformare l'arte della psicoterapia in una scienza.

BIBLIOGRAFIA

- Bucci, W. (1997). *Psicoanalisi e Scienza Cognitiva*. Fioriti Editore, Roma.
- Bucci, W. (2021). *Emotional Communication and Therapeutic Change*. Routledge, London.
- Christian, C., Barzilai, E., Nyman, J., & Negri, A. (2021). Assessing key linguistic dimensions of ruptures in the therapeutic alliance. *Journal of Psycholinguistic Research*, 50(1), 143-153. doi:10.1007/s10936-021-09768-1.
- Di Trani, M., Mariani, R., Renzi, A., Greenman, P.S., & Solano, L. (2018). Alexithymia according to Bucci's multiple code theory. A preliminary investigation with healthy and hypertensive individuals. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 91(2), 232-247.
- Mariani, R., & Hoffman, L. (2021). Analytic process and linguistic style: exploring analysts' treatment notes in the light of linguistic measures of the referential process. *Journal of Psycholinguistic Research*, 50, 193-206. doi:10.1007/s10936-021-09771-6.
- Mariani, R., Di Trani, M., Negri, A., & Tambelli, R. (2020). Linguistic analysis of autobiographical narratives in unipolar and bipolar mood disorders in light of multiple code theory. *Journal of Affective Disorders*, 273, 24-31. doi:10.1016/j.jad.2020.03.170.
- Mariani, R., Maskit, B., Bucci, W., & De Coro, A. (2013). Linguistic measures of the referential process in psychodynamic treatment: The English and Italian versions. *Psychotherapy Research*, 23(4), 430-447. doi:10.1080/10503307.2013.794399.
- Mariani, R., Renzi, A., Di Trani, M., Trabucchi, G., Danskin, K., & Tambelli, R. (2020). The impact of coping strategies and perceived family support on depressive and anxious symptomatology during the coronavirus pandemic (COVID-19) lockdown. *Frontiers in Psychiatry*, doi:103389/fpsy.2020.
- Negri, A., & Ongis, M. (2021). Stimulus features of the object relations technique affecting the linguistic qualities of individuals' narratives. *Journal of Psycholinguistic Research*, 50(1), 65-83. doi:10.1007/s10936-021-09764-5.

- Negri, A., Andreoli, G., Barazzetti, A., Zamin, C., & Christian, C. (2020a). Linguistic markers of the emotion elaboration surrounding the confinement period in the Italian epicenter of COVID-19 outbreak. *Frontiers in Psychology, 11*, 56828. doi:10.3389/fpsyg.2020.568281.
- Negri, A., Andreoli, G., Mariani, R., De Bei, F., Rocco, D., Greco, A., & Bucci, W. (2020b). First validation of the referential process post-session scale - therapist version (RPPS-T). *Clinical Neuropsychiatry, 17*(6), 319-329. doi:10.36131/cnfioritieditore20200601.
- Negri, A., Christian, C., Mariani, R., Belotti, L., Andreoli, G., & Danskin, K. (2019). Linguistic features of the therapeutic alliance in the first session: a psychotherapy process study. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome, 22*(1), 71-82. doi:10.4081/ripppo.2019.374.
- Negri, A., Esposito, G., Mariani, R., Savarese, M., Belotti, L., Squitieri, B., & Bucci, W. (2018). *The Italian weighted reflection and reorganization list (I-WRRL): a new linguistic measure detecting the third phase of the referential process*. Paper presented at: XII Congresso Nazionale della Società per la Ricerca in Psicoterapia SPR-Italia, Palermo, Italy.
- Renzi, A., Mariani, R., Di Trani, M., & Tambelli, R. (2020). Giving words to emotions: the use of linguistic analysis to explore the role of alexithymia in an expressive writing intervention. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome, 23*(2), 121-132. doi:10.4081/ripppo.2020.452.

Conflitto di interessi: gli autori dichiarano che non vi sono potenziali conflitti di interessi.

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto per la pubblicazione: 11 aprile 2022.

Accettato per la pubblicazione: 15 aprile 2022.

Nota dell'editore: Tutte le affermazioni espresse in questo articolo sono esclusivamente quelle degli autori e non rappresentano necessariamente quelle delle loro organizzazioni affiliate, né quelle dell'editore, dei redattori e dei revisori o di qualsiasi terza parte menzionata. Tutti i materiali (e la loro fonte originale) utilizzati a sostegno delle opinioni degli autori non sono garantiti o avallati dall'editore.

©Copyright: the Author(s), 2022

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2022; XXXIII:665

doi:10.4081/rp.2022.665

This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial International License (CC BY-NC 4.0) which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.