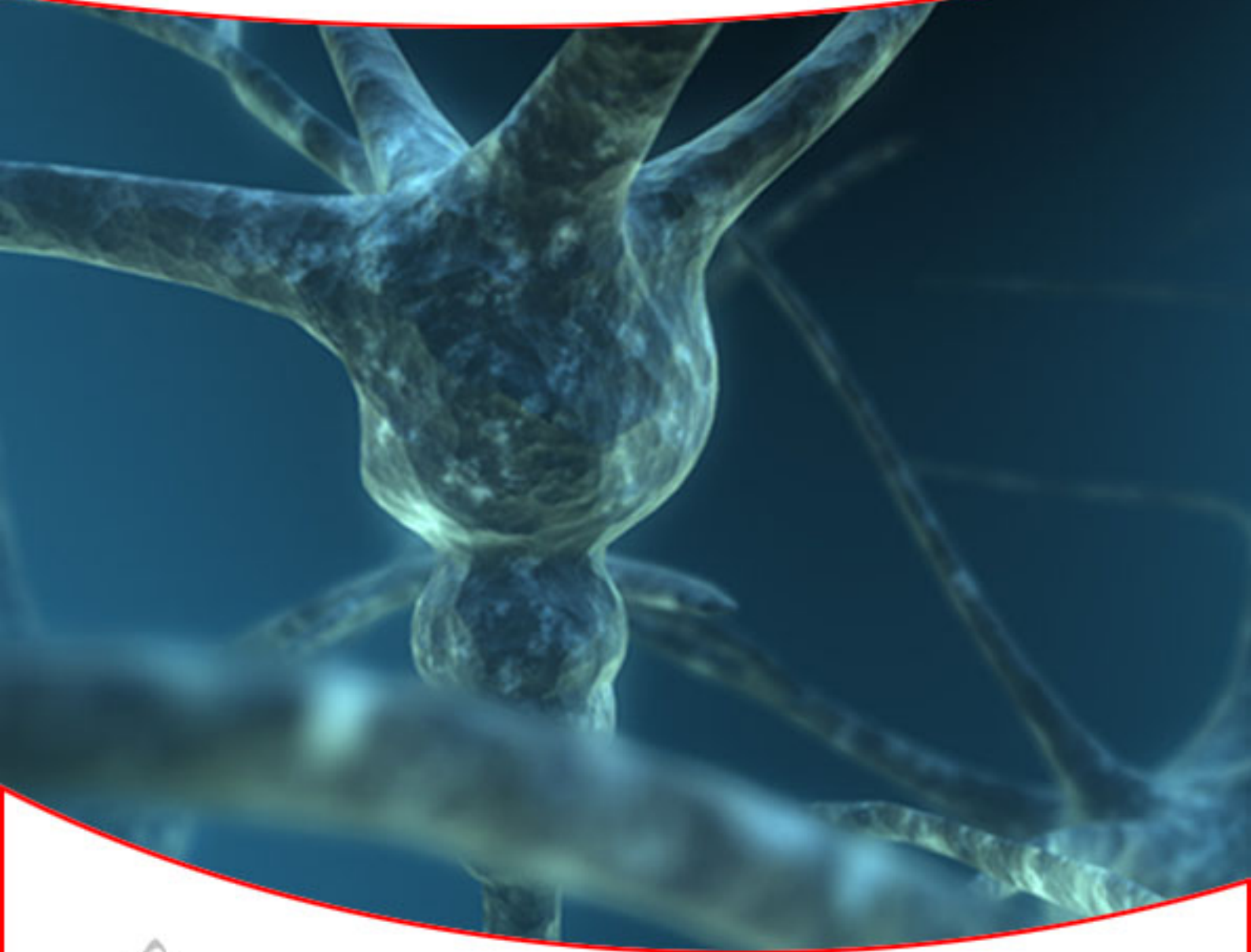




Neuroscienze.net

*Journal of Neuroscience, Psychology
and Cognitive Science*



La Sintassi del Cambiamento

di Gennaro Romagnoli

Keywords: rappresentazione, struttura superficiale, struttura profonda, derivazione, generalizzazione, deformazione, cancellazione

Permalink: <http://www.neuroscienze.net/index.asp?pid=idart&cat=2&arid=486>

ABSTRACT

La PNL è un insieme di tecniche che si basano sul presupposto che le frasi usate da un soggetto per esprimersi siano solo una struttura superficiale di una struttura più profonda. Ascoltandola si può apprendere come funzionano le nostre rappresentazioni interne.

Bandler e Grinder, i padri della PNL, hanno constatato durante la loro pratica clinica che la maggior parte dei clienti che vi si presentavano avevano in comune l'incapacità di agire: un'apparente paralisi dovuta alla povertà di possibilità a loro disposizione. Ciò per gli autori non è dovuto alla mancanza di risorse in se stessi o nell'ambiente che li circonda, ma al fatto che il loro "modello del mondo" è impoverito, poiché hanno commesso l'errore di confondere la mappa con il territorio. "Ciò che abbiamo scoperto non è che il mondo è troppo limitato o che non vi sono scelte, ma che costoro impediscono a se stessi di scorgere le opzioni e le possibilità che gli si dischiudono perché queste non sono disponibili nei loro modelli del mondo. Il paradosso più comune che scorgiamo nella condizione umana è questo: i processi che ci permettono di sopravvivere, crescere, cambiare e provare gioia sono gli stessi processi che ci permettono di mantenere un modello del mondo impoverito, la nostra capacità di creare dei simboli, cioè di creare dei modelli." [La struttura della magia (1975) pp.31]. I due studiosi hanno individuato tre meccanismi principali attraverso i quali confondiamo la mappa con il territorio: la

generalizzazione, la cancellazione e la deformazione. La *generalizzazione* è quel meccanismo che ci permette di prendere piccole porzioni di informazione e costruirne un intero paradigma informativo, trasformando piccole regioni della mappa in grandi Stati con un'unicità caratteristica. Ad esempio, quando da bambini abbiamo le prime esperienze con il fuoco ci scottiamo e apprendiamo a starne alla larga, ma se generalizziamo questa esperienza al fatto che tutte le fonti di calore o tutte le cose che hanno una fiamma sono pericolose, allora diventa una fobia per il fuoco. Lo stesso meccanismo necessario alla nostra sopravvivenza si ritorce contro di noi. La *cancellazione* è quel processo per il quale eliminiamo alcune parti dell'esperienza, dando selettivamente più significato ad altre. Tale meccanismo può essere utile in alcuni contesti, come il famoso "effetto cocktail party" con il quale escludiamo il rumore di fondo per estrapolarne le parole dell'interlocutore che ci interessa ascoltare, oppure non prestare attenzione alle lodi che ci vengono fatte dalle persone che, crediamo, non abbiano mai una parola dolce per noi. Infine la *deformazione* è quel meccanismo che ci permette modificare la nostra percezione a partire dai dati sensoriali in base alle nostre aspettative (o credenze). Essa ci permette, ad esempio, di immaginare scenari possibili fantasticando sui dati sensoriali a nostra disposizione; è anche lo stesso meccanismo che ha permesso a Leonardo Da Vinci di precorrere i tempi di centinaia di anni o ad Einstein di immaginarsi a cavallo di un raggio di luce. Allo stesso tempo però, la deformazione, in concordanza con le nostre credenze può farci sembrare un saluto affrettato come una mancanza nei nostri rispetti, o lo sguardo di una persona cara come persecutorio. Nella realtà questi tre meccanismi funzionano accavallandosi tra di loro e ponendosi tra la mappa ed il territorio. Bandler e Grinder, studiando i migliori terapeuti e comunicatori, hanno notato come nonostante i loro approcci fossero totalmente divergenti avessero tutti un denominatore comune: i loro interventi permettevano di effettuare dei cambiamenti introducendo maggiori opzioni nei comportamenti dei loro clienti, aumentando le "dimensioni" dei loro modelli del mondo. L'ampliamento del modello del mondo ha inizio con lo studio degli scambi linguistici che avvengono tra terapeuta e cliente. Ogni parlante nativo ha delle intuizioni sulla buona forma composta dalla grammatica del sistema linguistico che utilizza nel suo paese di appartenenza. Cioè comprende la correttezza ed il senso compiuto di un periodo in modo intuitivo. Facciamo un esempio: a) "sta il abbaiano cane" b) "il cane sta abbaiano" Noi, come parlanti italiani, abbiamo a livello implicito ed esplicito delle intuizioni sulla *buona forma* della frase scritta sopra (a). Senza nessuna difficoltà si hanno delle *intuizioni coerenti* sulla frase b). Per "intuizioni coerenti" s'intende che, la stessa persona, o parlanti nativi del medesimo luogo, davanti allo stesso gruppo di parole, oggi e fra un anno valuteranno nello stesso modo se esse costituiscono oppure no una frase *ben formata* nella propria lingua. Questo è solo un esempio di comportamento umano retto da regole, anche se non siamo coscienti (o almeno chi più e chi meno, ma questa è un'altra storia...) di come sappiamo comportarci in modo coerente. La grammatica trasformazionale (elaborata da N. Chomsky) è un tentativo di esplicazione attraverso una complessa formalizzazione, di *come* riusciamo a comportarci in modo coerente, e di scoprire quali sono le regole che strutturano tali comportamenti, avvalendosi esclusivamente della forma (cioè della sintassi) con la quale costruiamo i periodi, senza analizzarne il contenuto. Facendo un guizzo concessoci dalla sintesi possiamo dire che, secondo tale teoria il significato veicolato dalle frasi che produciamo possiede due livelli di osservazione: *uno superficiale ed un livello profondo*. Facciamo un esempio. a) "Marco ha mangiato fuori" Questa è la struttura superficiale che un parlante nativo della lingua italiana comprende come coerente e ben formata. b) "Marco, un mio amico d'infanzia, avendo il frigo vuoto, ha mangiato fuori in una pizzeria vicino a casa sua." Questa è la seconda tipologia di intuizioni coerenti dei parlanti nativi, cioè la rappresentazione completa di quello che sarebbe il suo significato completo (o relazione semantica logica) detta, dai grammatici trasformazionalisti, struttura profonda. Una struttura profonda può possedere più strutture superficiali che variano in base a differenti tipologie di derivazione (es. derivazione per trasformazione nel passivo, per

permutazione e per cancellazione). - Esse possono essere, nella forma più semplice, derivazioni per *trasformazione nel passivo*: "Marco ha mangiato la mela" â-¼ "la mela è stata mangiata da Marco" Come si può notare l'intuizione di un parlante nativo, sul significato della frase è identico, esse infatti sono derivazioni di una stessa struttura profonda: "Marco, *mio cugino, dopo cena ha mangiato una mela prima di andare a dormire*" (Dove tutte le parti in corsivo sono state cancellate nella struttura superficiale) Una delle caratteristiche che distinguono l'uomo dagli altri animali è la sua capacità di utilizzare il linguaggio, dando forma con esso alla maggior parte degli artefatti che ci circondano e ha permesso la trasmissione della storia del genere umano. Anche il linguaggio è un sistema rappresentazionale e in quanto tale soggetto ai tre processi del modellamento umano visti in precedenza: generalizzazione, cancellazione e deformazione. Attraverso il linguaggio, usato come sistema rappresentazionale, noi ci scambiamo i nostri modelli del mondo; in generale quando utilizziamo il linguaggio non siamo totalmente consapevoli della scelta delle parole, delle metafore e della sintassi che utilizziamo per comunicare il nostro modello del mondo alle altre persone. Bandler e Grinder presero e condensarono tali idee per applicarle allo studio del linguaggio del cambiamento ed esattamente come per i grammatici trasformazionalisti, scelsero di studiare e analizzare la forma (sintassi) del cambiamento a discapito del contenuto ritenuto ininfluenza nel modellamento del comportamento umano retto da regole. Quindi frutto degli studi dei due autori fu intuire che anche nel modo di presentare i problemi, il cliente, ci mostra la sua "struttura superficiale" la quale è soggetta alle tre regole del modellamento. Per fare chiarezza su tali formulazione, e quindi per ricavarne la struttura superficiale è necessario da parte del terapeuta una maggiore attenzione sulla sintassi usata dal cliente. Questo è uno dei denominatori comuni analizzati, sia nei grandi terapeuti che nei bravi comunicatori, cioè riuscire a dipanare la nebbia (i processi di modellamento) che pervade nelle interazioni tra le persone. La struttura profonda si lega a quella superficiale attraverso un processo chiamato *derivazione*. Tale processo diventa utile per l'operatore attraverso l'ascolto attivo di predicati, verbi, avverbi e aggettivi utilizzati dal cliente, essendo essi fortemente legati ai sistemi rappresentazionali costituenti. L'intervento è efficace quando riesce, attraverso l'ascolto e l'osservazione a cambiare le limitazioni e le anomalie del modello del mondo del cliente.

Bibliografia

- Bandler, R., Grinder, J (1975 a), I modelli della tecnica ipnotica di Milton Erickson, Astrolabio, Roma, 1984.
- Bandler, R., Grinder, J (1975 b), La struttura della magia, Astrolabio, Roma, 1979.
- Bandler, R., Grinder, J. (1979), La metamorfosi terapeutica, Astrolabio, Roma, 1980.
- Bandler, R., Grinder, J. (1981), Ipnosi e trasformazione, Astrolabio, Roma, 1983.
- Bandler, R., Grinder, J. (1982), La ristrutturazione, Astrolabio, Roma, 1983.
- Bandler, R. (1985), Usare il cervello per cambiare, Astrolabio, Roma, 1986.
- Bateson, G. (1972), Verso un'ecologia della mente, Adelphi, Milano, 1976.
- Bateson, G. (1979), Mente e natura, Adelphi, Milano, 1984.
- Dilts, R. (1990), Changing Belief Systems with NLP, Meta Publication, Capitola, CA.
- Dilts, R. (1994), Strategies of Genius, Meta Publication, Capitola, CA.
- Dilts, R. (1995), Strategies of Genius, Meta Publication, Capitola, CA.
- Dilts, R., Grinder, J., Bandler, R., Bandler, L.C., Delozier, J. (1980), Programmazione Neurolinguistica, Astrolabio, Roma, 1982.
- Dilts, R., Hallbom, T., Smith, S. (1990), Beliefs, Metamorphous Press, Portland, Oregon.
- Gordon, D. (1978), Therapeutic Metaphors, Meta Publications, Cupertino, CA.
- Gordon, D., Meyers-Anderson, M. (1981), Phoenix. I modelli terapeutici di Milton H. Erickson, Astrolabio, Roma, 1984.

- O'Hanlon B., Fantechi C.J., Dire fare cambiare, Franco Angeli (2005).
- Erickson, M.H., Rossi, E.L., Rossi, S.I. (1976), Tecniche di suggestione ipnotica, Astrolabio, Roma (1979).
- Erickson, M.H., Rossi, E.L. (1979), Ipnoterapia, Astrolabio, Roma, 1982.
- Erickson, M.H. (1982-84), Opere (a cura di E.L. Rossi), Astrolabio, Roma.
- Watzlawick, P. (1977), Il linguaggio del cambiamento, Feltrinelli, Milano, 1980.
- Watzlawick, P., Beavin, J.H., Jackson, D.D. (1967), Pragmatica della comunicazione umana, Astrolabio, Roma, 1971.
- Watzlawick, P., Weakland, J.H., Fish, R. (1974), Change, Astrolabio, Roma.