

---

## VERITÀ ED EFFICACIA IN UNA PROSPETTIVA JUNGHIANA

---

*Marco Innamorati e Mario Trevi*

---

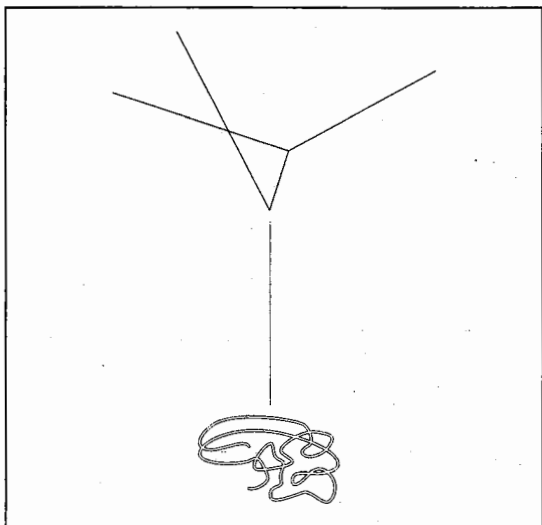
Interrogarsi sul significato dei termini 'verità' ed 'efficacia', dal punto di vista dello psicologo, equivale innanzi tutto a porre in questione un assunto assai spesso surrettiziamente sottinteso dai professionisti della terapia analitica: l'assunto di una stretta correlazione o addirittura di una completa corrispondenza tra tali termini.

Si presuppone cioè che la verità sia di per sé efficace e che all'inverso l'efficacia sia prova di verità. Calando i freddi principi nella concretezza della psicoterapia, ciò equivale a dire che si è portati a ritenere che una tecnica terapeutica rettamente fondata porti all'ottenimento di risultati positivi sul piano clinico e che l'ottenimento di tali risultati possa rinforzare l'opinione del terapeuta di aver utilizzato tecniche fondate su retti principi teorici. Più specificamente, un simile atteggiamento può condurre alla convinzione che un'interpretazione aderente alla realtà storica dei fatti (cioè vera) debba condurre a un progresso nel percorso psicoterapeutico (cioè sia efficace).

Può darsi che qualcuno, propenso a concedere, in linea generale, la veridicità delle affermazioni più astratte, tra quelle appena delineate, rimanga nondimeno più cauto nell'accogliere gli asserti più vicini alla pratica. Tale possibile atteggiamento, tuttavia,

«Atque» n. 18-19, dicembre 1998-novembre 1999

*Cerebro in  
abisso,*  
1998,  
ferro,  
poliestere  
e acciaio,  
35x40x30 m



testimonierebbe forse più di un pudore nell'ammettere le proprie semplificazioni epistemologiche che di una reale consequenzialità di pensiero.

Chiediamoci, dunque: esiste, nell'ambito della pratica psicoterapeutica in generale, una corrispondenza tra efficacia e verità? Questo interrogativo, tuttavia, dovrà essere esaminato attraverso tutti i possibili risvolti, a partire dalla possibilità che l'efficacia sia o meno prova di verità.

Si può ritenere che il primo a interrogarsi esplicitamente su questo tema – rispondendo affermativamente – sia stato lo stesso Freud. L'ultima della prima serie di lezioni di *Introduzione alla psicoanalisi*, intitolata "La terapia analitica", è in gran parte dedicata a un problema strettamente connesso a quello concernente verità ed efficacia, cioè il ruolo della suggestione, ai fini terapeutici. Qui Freud, pur senza mai negare che la suggestione eserciti comunque un

ruolo significativo ai fini della remissione dei sintomi nevrotici, ritiene di potere affermare probativamente che la psicoanalisi "curi" fundamentalmente perché basata su una teoria "vera" circa il funzionamento della psiche.

La struttura dell'argomentazione ruota intorno a un assunto di fondo: solo attraverso la cura psicoanalitica è possibile una cura efficace e duratura della nevrosi; più particolarmente, una simile cura è possibile solamente quando l'analista risulti in grado di fornire all'analizzando quegli elementi interpretativi che sono in grado di porre quest'ultimo in condizione di vivere un *insight* autentico, partecipe dei reali contenuti della propria storia psichica. «La soluzione dei suoi conflitti e il superamento delle sue resistenze – scrive Freud – riesce solo se gli sono state date quelle rappresentazioni anticipatorie [*Erwartungsvorstellungen*] che concordano con la realtà che è in lui»<sup>1</sup>.

Freud assume dunque (nel 1917) che solo lo psicoanalista ortodosso, utilizzando correttamente gli elementi teorici classici per piegarli a un'interpretazione corretta del vissuto psichico del paziente, sia in grado di curarlo. La storia del movimento psicoanalitico, tuttavia, doveva rapidamente porre i terapeuti di fronte a diverse prove che l'argomentazione delineata in "La terapia analitica" – per quanto elegantemente costruita – era priva di validità. Oltre a dover dolorosamente constatare che non sempre la possibilità di proporre sequenze interpretative a suo avviso corrette conduceva a un miglioramento duraturo dei pazienti nevrotici, Freud e i suoi seguaci furono costretti ad ammettere la possibilità del fenomeno della guarigione spontanea. Già i primi resoconti dell'attività dell'Istituto psicoanalitico di Berlino, per esempio, ammettono l'impossibilità di valutare, per così dire, statisticamente l'efficacia terapeutica

del trattamento psicoanalitico, a fronte di un'alta incidenza di remissioni spontanee dei sintomi nevrotici. A questo fenomeno, inoltre, si affiancava il successo di scuole psicoanalitiche o psicoterapeutiche non strettamente aderenti al dettato psicoanalitico ortodosso: da un punto di vista strettamente freudiano ciò avrebbe dovuto comportare almeno l'ammissione che non solo la "verità" psicoanalitica potesse risultare "efficace".

Si può concludere, dunque, che già a partire da Freud dovrebbe essere noto, in campo psicoterapeutico, che l'efficacia non è di per sé prova di verità.

Ci si può chiedere, dunque, se almeno sia possibile ritenere che la verità è di per sé efficace, se cioè la corretta applicazione di una teoria "vera" comporta di per sé dei risultati positivi. Riprendendo in esame il testo di Freud del 1917, si potrebbe ipotizzare che l'opinione del fondatore della psicoanalisi fosse, all'epoca, in linea anche con questa seconda possibilità (anche se il testo non può essere, al riguardo, interpretato univocamente).

La tranquilla sicurezza caratteristica dei primi testi freudiani viene, tuttavia, progressivamente abbandonata dal fondatore della psicoanalisi. Freud sembra pervenire, negli ultimi anni della sua vita, a posizioni quasi scettiche sulla capacità della psicoanalisi di curare i sintomi (anche se mai perviene a dubbi sulla sua "verità"). Scritti come *Analisi terminabile e interminabile*<sup>2</sup> e *Costruzioni nell'analisi*<sup>3</sup> (ambedue del 1937) sono assai più cauti della citata lezione del 1917, in merito alla valenza terapeutica, in senso stretto, della teoria psicoanalitica.

È possibile ipotizzare a questo punto uno scollamento tra verità ed efficacia. Esiste anche la possibilità estrema che verità ed efficacia siano relativamente indipendenti l'una dall'altra. È questa un'idea che si potrebbe sostenere portando alle estreme conse-

guenze un modo di pensare che era già stato ipotizzato da Søren Kierkegaard ben prima della nascita della psicoanalisi. Il Kierkegaard della *Postilla conclusiva non scientifica* si interroga sul valore della verità quando essa passa dall'ambito oggettivo della speculazione alla sfera soggettiva dell'esistenza. Dalle sue riflessioni emerge la convinzione radicale che in ambito soggettivo rivestono un'importanza molto maggiore le modalità di espressione della verità rispetto al suo contenuto: «Quando si pone il problema della verità in modo soggettivo, si riflette soggettivamente sul rapporto dell'individuo; se soltanto il "come" del rapporto è nella verità, allora l'individuo è nella verità, anche se a questo modo egli si rapporta alla non verità»<sup>4</sup>.

Qui la parola 'verità', la medesima parola, viene tuttavia piegata a significati solo parzialmente sovrapponibili. Allorché discute della verità in senso soggettivo, Kierkegaard si rivela molto più attento ai suoi impieghi, per così dire, pratici, molto più attento alla possibilità che l'esistenza individuale ne sia affetta in modo positivo o meno. Probabilmente qualcosa di simile può avvenire agli psicoanalisti, che oltretutto non sono, in generale, avvezzi a considerare il concetto di verità sotto il profilo logico ed epistemologico.

In generale la nozione di verità più – inconsapevolmente – diffusa è quella nota come *corrispondentista*. Per Tommaso d'Aquino "*Veritas est adaequatio rei et intellectus*". Se l'intelletto percepisce le cose come realmente sono, allora conosce il vero. L'epistemologia corrispondentista, di conseguenza, ritiene che una teoria vera sia in grado di cogliere la vera essenza delle cose. La psicoanalisi, almeno fino all'avvento delle interpretazioni ermeneutiche di essa, si è inserita quasi integralmente nel filone corrispondentista. Quando Freud scriveva a Ferenczi:

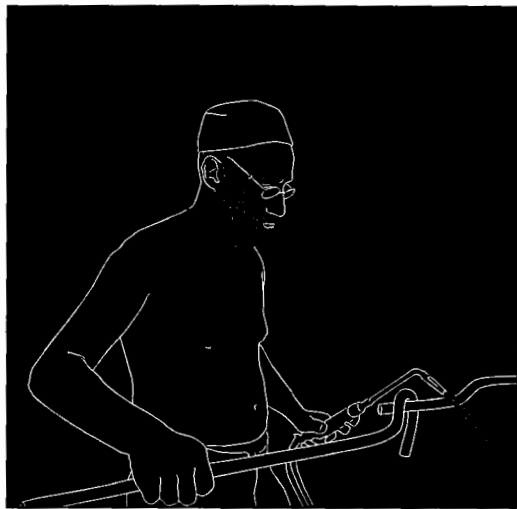
“Noi abbiamo la verità”, intendeva affermare letteralmente che le teorie psicoanalitiche non erano nulla di meno che una ricostruzione oggettiva e universale del funzionamento della psiche.

Le concezioni corrispondentiste, tuttavia, hanno progressivamente perso credito, tanto, in generale, nel contesto della logica e dell'epistemologia, quanto, in particolare (anche se gli effetti di tale evoluzione sono certo più lenti), nella psicologia del profondo.

Nell'ambito astrattamente logico, il XX secolo ha visto affermarsi progressivamente i fautori di almeno tre filoni interpretativi differenti del concetto di verità: il filone *utilitarista*, quello *coerentista* e quello che si potrebbe definire, seguendo Paul Horwich<sup>5</sup>, come *deflazionista*. Secondo quest'ultima concezione, affermare che un asserto è vero non può essere considerato molto più della semplice volontà di esprimere tale concetto. Un'epistemologia fondata su una simile considerazione della verità, tuttavia, sembra votata in partenza allo scetticismo, e quindi a opzioni di fondo differenti da quelle che dovrebbero essere compiute da chi intenda approfondire una ricerca teorica nel contesto della psicoterapia.

A nostro avviso, tuttavia, anche la concezione utilitarista della verità non può costituirsi come fondamento di un'epistemologia della psicologia del profondo. Secondo l'utilitarista, infatti, è vero “ciò che funziona” (la verità si identifica, dunque, in questo caso, con l'efficacia). Tuttavia, mentre nell'ambito delle scienze fondate su ossature matematiche il funzionamento di un modello teorico è soggetto a controlli pratici assai diretti, è evidente (a partire dalle considerazioni già sopra proposte) quante e quali difficoltà possa presentare una simile concezione in ambito psicoterapeutico. Un tentativo in tal senso è stato proposto in psicoanalisi da Donald Spence, nel suo libro *Verità narrativa e verità sto-*

*Autoritratto  
alle fiamme*  
(da una foto  
di Martino  
Marangoni)



*rica*<sup>6</sup>: con la proposta di abbandonare la velleità di attingere il passato autentico dell'analizzando a favore di un lavoro rivolto essenzialmente a proporre delle ricostruzioni che abbiano una qualità retorica, risultino convincenti e di conseguenza efficaci. In quest'ottica, però, verità narrativa diviene semplicemente *ciò che risulta efficace per un dato paziente in una particolare seduta*. Dal momento che non esiste, tuttavia, un parametro obiettivo per poter vagliare la *sensazione* di efficacia a breve termine (poiché di ciò si tratta) in un quadro più generale di efficacia generale, il concetto di verità narrativa si trasforma in un'inutile tautologia.

Ad avviso degli scriventi, l'unica strada praticabile per trovare un fondamento epistemologico alla psicologia del profondo in generale – e alla psicologia di ispirazione junghiana in particolare – è invece perseguire la concezione coerentista<sup>7</sup>).

Un interessante elemento per valutare i rapporti tra verità ed efficacia in una prospettiva coerentista può essere tratto da un testo relativamente minore tra le opere di Carl Gustav Jung, intitolato *Lo yoga e l'Occidente*<sup>8</sup>. Non è naturalmente inconsueto che Jung dedichi la propria attenzione alle manifestazioni della cultura orientale. La sua frequentazione con personaggi assai noti nella storia dell'orientalistica del nostro secolo (Richard Wilhelm, Henry Corbin, Mircea Eliade) è ben nota: così come sono noti l'influenza di tali figure sull'evoluzione del pensiero junghiano e il consistente numero di scritti dedicati, più o meno direttamente, alla comprensione psicologica dell'Oriente. Secondo la testimonianza offerta in *Sogni, ricordi e riflessioni*, fu la lettura del *Segreto del fiore d'oro*, testo di "alchimia cinese" tradotto da Wilhelm, a ispirare a Jung l'idea dell'esistenza degli archetipi dell'inconscio collettivo, di quella sorta di sostrato comune alla psiche dell'intera umanità, che costituisce forse l'ipotesi più famosa – al di fuori della cerchia degli psicologi analisti – della psicologia junghiana.

Il lettore di Jung, abituato alle ipotesi archetipiche, potrebbe aspettarsi, affrontando *Lo yoga e l'Occidente*, qualcosa di più profondo di un semplice apprezzamento della disciplina che i Greci definirono "ginnosofistica". Ci si potrebbe aspettare, per esempio, di vedere espressa la convinzione che la possibilità di praticare lo yoga consenta di avvicinarsi alla comprensione del mondo indiano e, in qualche modo, di partecipare della sua saggezza. Mentre però giunge dalla penna di Jung l'espressione di un vivo interesse per la filosofia e la *Weltanschauung* dello yoga, ne scaturisce anche un franco tentativo di dissuadere dalla sua pratica il lettore occidentale.

Lo yoga, afferma Jung, non è soltanto la codificazione di una serie di movimenti e posizioni atti a mi-



gliorare la salute fisica: tali movimenti e posizioni sono ispirati da una antropologia e, in ultima analisi, da una cosmologia la cui condivisione è intrinsecamente necessaria a un positivo esercizio della disciplina. Un uomo radicato nel mondo occidentale, argomenta Jung, non può certamente condividere con l'indiano la fede in concetti come quello di *prana*, che solo in senso superficialmente letterale può essere tradotto con la parola "respirazione", involvendo la metafisica coincidenza del respiro individuale con quello dell'universo. Se non si è in grado di accettare e vivere la filosofia e la spiritualità che permeano inscindibilmente la pratica dello *yogi*, ripeterne e imitarne i movimenti potrebbe persino risultare dannoso.

Da questo scritto junghiano si dovrebbero trarre almeno due insegnamenti meritevoli di approfondita meditazione. In primo luogo, se da Jung viene, attraverso i *Tipi psicologici*, un invito a considerare potenzialmente legittima ogni diversa psicoterapia, da egli giunge anche un richiamo a evitare velleità sincretistiche: una volta compiuta una scelta – o una volta che siamo impegnati da un'opzione che può aver scelto noi (come quella del tipo psicologico che definisce l'individuo) – è opportuno seguirla coerentemente fino al compimento delle logiche conseguenze. In secondo luogo, se dallo stesso Jung, la cui linea di pensiero è ricca di contraddizioni, perviene l'invito a perseguire la coerenza, è inevitabile concludere che per inserirsi nel solco di pensiero da lui stesso aperto è necessario tentare di abbandonare tutto ciò che, della riflessione junghiana, mina alle fondamenta la coerenza di quella psicologia – che Jung volle chiamare "complessa" – rimasta fondamentalmente un progetto aperto ancora da completare.

- <sup>1</sup> S. FREUD, *Introduzione alla psicoanalisi* (1917), trad. it., in *Opere*, vol. VIII, Bollati Boringhieri, Torino, 1976, p. 601.
- <sup>2</sup> S. FREUD, *Analisi terminabile e interminabile* (1937), trad. it., in *Opere*, vol. XI, Bollati Boringhieri, Torino, 1979.
- <sup>3</sup> S. FREUD, *Costruzioni nell'analisi* (1937), trad. it., in *Opere*, vol. XI, cit.
- <sup>4</sup> S. KIERKEGAARD, *Postilla conclusiva non scientifica* (1846), trad. it., in *Opere*, Sansoni, Firenze, 1972, p. 366.
- <sup>5</sup> P. HORWICH, *Verità*, trad. it. Laterza, Roma-Bari, 1994.
- <sup>6</sup> D. SPENCE, *Verità narrativa e verità storica*, trad. it., Martinelli, Firenze, 1987.
- <sup>7</sup> In riferimento a quanto già proposto nello scritto "Ermeneutica e psicologia analitica" - in «Discipline filosofiche», 1/96 -; scritto cui ci si permette di rimandare per una discussione approfondita della questione.
- <sup>8</sup> C. G. JUNG, *Lo yoga e l'Occidente* (1936), trad. it., in *Opere*, vol. XI, cit.