

---

## INDAGINE INGENUA SULLA NATURA DELLA PSICOTERAPIA

*Mario Trevi*

---

### *1. L'interesse della filosofia per la psicoterapia*

Un interesse forse sospetto, forse illegittimo serpeggia oggi nella letteratura filosofica. Paludato nell'ambigua assertività del linguaggio teoretico, più o meno declinato in sottolinguaggi specifici (linguistica, sociologia, etica, ermeneutica, epistemologia, persino teoria generale dei sistemi), quasi sempre schermato da un distanziamento lievemente ironico, è l'interesse per quella pratica d'origine medica e sempre più diffusa ai nostri giorni che vien detta genericamente psicoterapia.

Non si tratta certamente di un fenomeno in qualche modo accostabile a quello che prese campo all'inizio del XVII secolo, vale a dire il rapidissimo convergere dell'interesse filosofico sulle scienze della natura o su quelle cosiddette esatte e sulle loro metodologie specifiche: troppo maestosa e universale fu quella rivoluzione filosofica per essere paragonata a quanto avviene oggi quasi in forma di divertito e di stratto bricolage. Troppa è la differenza di livello tra i due fenomeni storici.

Eppure la filosofia, fin dalla riflessione del medico Tuke<sup>1</sup> sulla cura dell'anima mediante l'anima (e Tuke fu forse colui che conìò il termine o almeno ne stabilì i suoi precisi confini semantici), è costretta ad interessarsi di una pratica che, quasi esclusivamente attraverso il medium del linguaggio, permette (o almeno promette) trasformazioni sostanziali del pensiero e del comportamento del soggetto umano, quelle stesse trasformazioni che la tradizione classica affidava all'insegnamento morale come parte della filosofia pratica.

Per di più la filosofia deve far fronte ad un problema innegabile sul piano dell'umile osservazione quotidiana: non esiste *una* psicote-

rapia (che, in tal senso, potrebbe esser chiamata *la* psicoterapia e venire degnamente paragonata al metodo galileiano o alla geometria analitica ai tempi di Cartesio e di Pascal) ma esistono invece innumerevoli psicoterapie che, vivendo più o meno di vita propria, si riproducono in nuove psicoterapie, dando forma ad una sorta di “albero” sempre più ramificato e complesso i cui apici vegetativi delle singole fronde, impegnati a proliferare, nulla o quasi nulla sanno degli apici delle fronde consorelle.

È vero che talvolta si verificano fecondazioni endogamiche tra gli apici di rami diversi e l’“albero” psicoterapeutico, esposto al ricco vento degli stimoli culturali di ogni sorta, è soggetto continuamente a fecondazioni esogamiche da parte delle più diverse discipline, sia umanistiche, sia naturali. Ma chi si aggira alla periferia foliare dell’albero nulla o poco sa di quel che avviene nelle zone circovicine, a meno che un interesse genuinamente genealogico non lo riporti alla considerazione dei forti rami principali o addirittura al grande tronco comune.

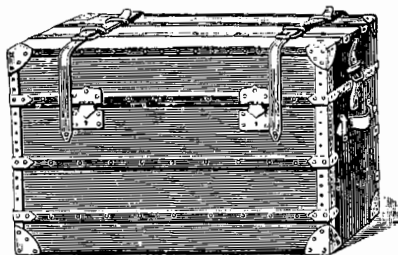
Insomma la filosofia non può ignorare questo mostro vegetale e vivente che prende il nome di psicoterapia e che assicura impudentemente quella stessa *metànoia*, quello stesso mutamento che la tradizione classica assegnava al severo esercizio o di natura etica o di natura religiosa o di natura genericamente autoriflessiva.

Certo, la filosofia, originariamente fonte di tutti i saperi, ha perso, nel corso di più di due millenni, la maggior parte dei suoi territori, resisi autonomi e indipendenti. A tal punto che molti si chiedono oggi se si possa ancora parlare legittimamente di un impero già ingente ma ora politicamente e geograficamente del tutto smembrato. Ma, almeno sul piano del linguaggio comune, la filosofia è dura a morire e cerca in ogni modo di resistere, se non altro nella forma della riflessione critica sul metodo e sui contenuti delle altre scienze che un tempo — ancora indifferenziate — le appartenevano di diritto quali territori inalienabili.

In questo senso si può pensare che la psicoterapia sia l’ultima provincia filosofica resasi autonoma. Ma le cose non stanno in modo così semplice. A parte l’energica protesta di Freud<sup>2</sup> contro questa ipotesi, ci sarebbe da domandarsi da quale preciso territorio dell’impero filosofico si è staccata la psicoterapia: dall’etica? da quella stessa “psico-

logia” che era contemplata nel *De anima* aristotelico e nei successivi testi più o meno omonimi? dalla misteriosa “filosofia prima” che poi venne detta metafisica? o da una generica *frònesis*, al contempo saggezza e sapienza, che fornisce la base comune di ogni interesse filosofico?

In ogni caso sembrerebbe che la filosofia non possa sottrarsi alla sollecitudine per la psicoterapia, forse sua figlia illegittima e bastarda, forse solo un’avventuriera usurpatrice e predatrice, ma pur sempre depositaria di quegli interessi pratici che erano propri dell’originaria filosofia: l’eudemonia e la corretta condotta dell’anima.



## 2. *Gli interessi specifici*

Grosso modo — molto grosso modo — possiamo dire che i principali interessi specifici della filosofia per la psicoterapia si riducono al numero di due: il linguaggio e l’azione extraegoici e la metanoia, il mutamento ottenuto mediante l’interazione linguistica o quasi esclusivamente con questo mezzo.

Certo, la psicoterapia precede storicamente la “scoperta dell’inconscio” e si può parlare legittimamente di psicoterapia sciamanica, di psicoterapia della Grecia classica ecc. ma, da ormai più di un secolo (e non si pensi solo a Freud, si pensi anche a Janet, a Charcot, a Bernheim, forse anche al fantasioso Mesmer) quasi ogni psicoterapia, volendolo o no, deve fare i conti con la presenza di una cospicua parte inconscia sia della psiche del paziente sia della psiche del terapeuta.

Non c’è stato bisogno di aspettare Lacan per riconoscere che “chi

parla" solitamente non è quell'Io cosciente di sé orgogliosamente fondato dalla più antica tradizione filosofica e ancora più orgogliosamente formalizzato da Cartesio. Chi parla, spesso anche "chi fa", è un *altro*. L'io è tutt'al più un portatore ignaro (e deformante) del linguaggio dell'altro. In ogni caso il linguaggio dell'Io, il linguaggio "cosciente" è copertura, nascondimento, velo ottenebrante, infine inganno. La grande rivoluzione "filosofica" implicita nella psicoterapia in generale (e in particolare in quella forma di psicoterapia che si definisce "analisi") sta nell'investimento di diffidenza nei confronti del pensiero e del linguaggio coscienti, anche qualora l'uno e l'altro si reputino in buona fede. Lo strano poi è che il soggetto diffidente ha per oggetto se stesso e non sapremo mai quanto il "malfido" sconfini nel "malfidato", e viceversa.

In ogni caso c'è un soggetto oscuro e dominatore in ognuno di noi che parla forse con le stesse parole dell'Io ma ordinandole secondo un diverso criterio, spesso indecifrabile. E questo è il *vero* linguaggio dell'uomo, non quello che lo stesso uomo ha sempre ritenuto attendibile e certo.

C'è poi un'altra caratteristica della psicoterapia che non può non coinvolgere la filosofia in quanto rappresenta un processo forse conaturato alla psiche umana ma mai del tutto isolato e reso oggetto di quella riflessione critica che è la sostanza stessa della filosofia: si tratta di quella che potremmo chiamare l'interattività trasformante. Indubbiamente l'essenza della psicoterapia è l'interattività psichica: la psiche stessa, in quanto è considerata strumento terapeutico della psiche, è assunta nella caratteristica fondamentale dell'interattività, la capacità di agire su un altro organismo psichico e di esserne agita.

Ma tale interattività non va confusa con una qualsiasi interazione naturale: anche due corpi celesti sufficientemente vicini o due vegetali simbiotici esercitano una mutua influenza e perciò "interagiscono". Nel mondo psichico avviene però qualcosa di più: l'interattività "trasforma" i due interagenti e li trasforma, probabilmente, secondo linee di sviluppo potenziali, talché possiamo dire che — certamente non sempre ma almeno nel migliore dei casi — nell'interattività psichica ciascun interagente diventa ciò che potenzialmente è, e perciò riesce a superare gli ostacoli di più vario genere che sia la natura che la cultura frappongono ad un suo ipotetico raggiungimento della pie-

nezza e del compimento.

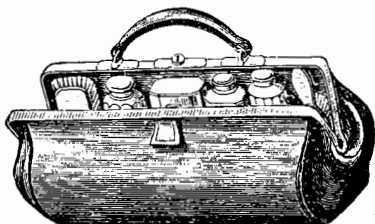
E anche qui occorre fare attenzione, ch  tale pienezza o compimento non devono essere concepiti naturalisticamente, al pari della maturit  di un frutto cui non sono mancati n  la luce, n  l'acqua, n  i necessari principi nutritivi disseminati nella terra, ma piuttosto come un tendere a quella possibilit  — mai del tutto garantita — che schiude a sua volta ogni possibilit  autentica dell'individuo.

L'interattivit  trasformante che la psicoterapia mette in luce permette a ciascun interagente di attingere (non "una volta per sempre" ma anzi *sempre* in presenza del rischio contrario) quella condizione di libert  per il proprio progetto fondamentale che fa dell'anonimo individuo umano una persona dotata di forma specifica e di senso<sup>3</sup>. E tale progetto non tiene conto soltanto delle potenzialit  interne dell'individuo — che sono molte e molto spesso in disaccordo tra di esse — ma anche della concreta, sempre diversa, imprevedibile esperienza del reale che continuamente immette nell'organismo psichico nuovi stimoli e nuove condizioni.

Non   facile — e lo si deve riconoscere subito — intendere questo processo connesso al concetto generale di psicoterapia. Occorre mobilitare non solo il pensiero riflessivo ma anche l'intuizione e l'immaginazione. L'importante comunque —   bene ripeterlo —   non pensare il processo stesso come un processo naturalistico, fondato sulla categoria della necessit , ch  in tal caso assimileremmo la psicoterapia al processo di guarigione da un qualsiasi morbo d'ordine organico o al processo di rimarginamento di una ferita. Ci  che "avviene" nell'interattivit  trasformante della psicoterapia   decisamente fondato sulla categoria della possibilit : due (o pi ) soggetti umani prestano l'un l'altro il proprio universo psichico — secondo determinate regole di "giusta distanza" e di "tempo giusto"<sup>4</sup> — affin  ciascun soggetto si muova liberamente verso il proprio nucleo di possibilit  specifiche ("convergenndo", per cos  dire, su di esso) o, in termini decisamente filosofici, verso la propria "possibilit  trascendentale"<sup>5</sup>. Che tale possibilit  trascendentale, al di fuori del tecnicismo linguistico, non sia poi nulla di assolutamente difficile o incomprensibile dipende dalla sensibilit  occultata in ognuno di noi di sapersi cogliere come *possibile* libert  di essere per la propria forma specifica. Dopotutto anche il linguaggio popolare parla con molta saggezza di "persona vera"

o di “persona falsa”, di “aborto” (in senso psicologico) o di “personalità genuina” o “compiuta”.

In ogni caso queste due caratteristiche della psicoterapia in generale — il sospetto nei confronti del linguaggio, pur considerato come il mezzo specifico della psicoterapia stessa, e l'interattività trasformante — non possono non interessare la filosofia. L'uno e l'altro questi elementi erano ben conosciuti nella tradizione del pensiero filosofico (chi non ricorda, ad esempio, la diffidenza sofistica e scettica nei confronti del linguaggio? Come si può ignorare l'attenzione della Fenomenologia, del pragmatismo, della filosofia dell'esistenza e della filosofia del dialogo rivolta all'interattività come aspetto fondamentale del soggetto umano?) ma sembrerebbe che la psicoterapia, questa moda talora scandalosa e in ogni caso diffusissima del nostro secolo, riproponga con la forza di un massiccio fenomeno sociale questi problemi alla filosofia. Spetta a quest'ultima una meditazione critica, attenta, spregiudicata, rinnovata dall'urgere dei nostri tempi, sui problemi stessi.



### *3. Psicoterapia e analisi*

Il lettore che abbia seguito fin qui il discorso si sarà domandato con quale diritto chi scrive si permette di accostare o addirittura confondere due concetti e due operazioni così diversi come “psicoterapia” e “analisi”. Se infatti, tradizionalmente, la diffidenza nei confronti del linguaggio egoico sembra essere propria di quest'ultima, l'interattività trasformante sembra essere propria della prima fin dai tempi

che precedono la stessa formazione del termine "psicoterapia". Per di più è legittimo asserire che se nell'analisi lo smascheramento del linguaggio e del pensiero cosciente è considerato come condizione necessaria e talora sufficiente della metanoia, nella psicoterapia in generale tale condizione non sembra essere presa in considerazione, almeno in modo assoluto.

Sappiamo d'altra parte che proprio la nascita dell'analisi comportò un'opposizione irriducibile tra analisi e psicoterapia e Freud fu in questo un separatore severo e irrimovibile <sup>6</sup>. Per lui la metafora dell'"analisi", nella sua provenienza chimica, deve essere presa rigorosamente sul serio. Fare "analisi" (*analysis, ana-lyo*) significa sciogliere, separare e di conseguenza *mettere in luce* i componenti nascosti nel composto <sup>7</sup>. Il "composto" è la psiche stessa quale si dà a noi quotidianamente e ingenuamente, con tutti i suoi infingimenti involontari o inganni consapevoli. Il "componente" è ciò che solitamente, per le abitudini della società o cultura in cui siamo immersi, è nascosto (fuor di metafora represso o rimosso). E ciò che è nascosto sono le pulsioni, o meglio, i loro rappresentanti.

Fare "analisi" dunque significa scomporre, "sciogliere" il composto nascondente e mettere in luce i componenti occultati nella compagine apparente. Essi sono presenti ma sono stati resi invisibili. Il loro "linguaggio" — che è il *vero* linguaggio dell'uomo — è stato conculcato e obliato, nascosto appunto sotto il linguaggio spurio di un "composto" che ha il privilegio dell'appariscenza (o sotto il linguaggio di un solo componente che detiene una fittizia egemonia). Occorre mettere in luce i componenti nascosti e imparare ad ascoltare il loro linguaggio. Questo solo è *analisi*, che è bensì "terapia", anzi l'unica terapia causale (perché il suo processo percorre classicamente la strada contraria a quella della formazione del sintomo) ma non generica "psicoterapia".

Perché la psicoterapia può forse anche guarire ma mai sarà disvelamento, messa in luce dell'inganno, spietato e austero denudamento, infine liberazione del linguaggio originario. In questo senso l'analisi è una sorta di *opus contra culturam* (se ci è concesso questo neologismo latino tuttavia contemplato nel linguaggio ecclesiastico). È dissoluzione della superfetazione culturale per mettere in luce la base naturale dell'uomo.

La psicoterapia, almeno nella prospettiva di Freud, è tutt'altro. La linea di demarcazione è fissata una volta per sempre in una famosa pagina <sup>8</sup>: il vero analista si distingue dallo psicoterapeuta mediante la teoria dei sogni dogmaticamente formalizzata. Il sogno è il linguaggio sia pure mascherato del desiderio e il desiderio è a sua volta l'aspetto fenomenico delle pulsioni. L'analista, mediante l'interpretazione del sogno, mette in luce la lingua universale delle pulsioni nascosta sotto i dialetti regionali della cultura.

Ma le cose non stanno in modo così semplice: l'analisi punta ben presto sull'elemento squisitamente interpersonale del transfert in cui il coinvolgimento duale (o plurale) non sempre è risolvibile e del tutto comprensibile. Più tardi entra in gioco il fenomeno innegabile del controtransfert <sup>9</sup> (dapprima considerato solo un elemento di disturbo) e col controtransfert siamo vicini a quella "figura" complessa e mai del tutto esplorabile dell'interattività trasformatrice che spetterebbe di diritto alla sola psicoterapia genericamente intesa. La limpida linea di demarcazione stabilita da Freud si confonde, si complessifica o forse addirittura scompare.

D'altra parte quella psicoterapia che originariamente è "cura della psiche mediante la psiche" si scontra di necessità con il problema del linguaggio e dei suoi inganni apparenti o fondanti. Sotto l'urgere dell'"analisi" classica (l'analisi dei componenti pulsionali) la psicoterapia generica è costretta ad adottare, in gran parte, i metodi e i sospetti di questa.

Un esempio basterà a illustrare il problema storico. Nel quarto decennio del nostro secolo la fenomenologia husserliana (in cui compare spesso il termine "analisi", sia pure in senso generico, vale a dire non "etimologico" come in Freud) e l'analitica heideggeriana conducono alla fondazione di una corrente psicologico-psichiatrica che, sul piano pratico, impiega pur essa il termine "analisi" (*Daseinsanalyse*). L'analisi fenomenologica ed esistenziale è anch'essa un tentativo di mettere in luce ciò che, nella visione comune della realtà interna ed esterna, resta usualmente nascosto. Ma tale "nascosto" non è tale per un processo di repressione-rimozione dovuto alla forte istanza del principio di piacere, bensì perché soffocato e, per così dire, "offeso" da quella visione comune delle cose che altro non è se non inganno provocato dalla pigrizia mentale e dagli stereotipi culturali correnti



(o dai più sottili e paludati stereotipi scientifici).

Un'analisi di questo tipo "mette in luce" le strutture profonde di una condizione antropologica bensì alla portata della comprensione di tutti ma sottratta all'intendimento comune dall'incapacità costitutiva dell'uomo a vedere le "cose stesse", a guardare e a guardarsi con spregiudicatezza. L'analisi esige allora il coraggio di sottrarre al nascondimento abituale ciò che appartiene di diritto al fondamento della natura umana.

In ogni caso anche questo tipo di "analisi", che la dogmatica freudiana relegherebbe tra le generiche psicoterapie, deve fare i conti con il linguaggio e smascherarne gli inganni che inevitabilmente veicola. Questo genere di psicoterapia, che sembrerebbe puntare decisamente su quell'interattività trasformatrice che soprattutto l'analitica esistenziale vede come "conversione per il proprio fondo" mediante l'incondizionata apertura all'altro, attinge pur essa — e non può non farlo — alla critica sistematica del linguaggio egoico o comune in quanto veicolatore di fraintendimenti e di autentici inganni.

Così è legittimo supporre che se l'analisi, fondata sullo smascheramento del linguaggio e del pensiero, è costretta ad attingere sempre più all'interattività, la psicoterapia, fondata prevalentemente appunto sul principio dell'interattività, è di necessità condotta a fare i conti con il linguaggio dell'Io e con il suo smascheramento, o quanto meno con il linguaggio comune irretito negli stereotipi correnti.

In tal modo l'analisi in quanto *opposto* della psicoterapia deve cedere sempre più al generico impianto logico-lessicale per cui l'analisi è *parte* della psicoterapia, "specie" all'interno di un "genere". Le categorie discriminatorie dell'opposizione sembrano venir meno per lasciar posto alla semplice configurazione logica dell'inclusione della parte rispetto ad un tutto.

#### 4. Il problema della pluralità delle psicoterapie

In quanto "terapia" la psicoterapia fa parte dell'universo medico che i Greci riassunsero miticamente sotto le grandi figure di Apollo e di Asclepio. Occorre però osservare subito un'eccezione del tutto particolare relativa alla psicoterapia. Le terapie del soma sono anch'esse

moltissime e tali rimangono anche quando riguardano un solo organo del grande e complesso sistema del corpo. Tali terapie si sono innanzitutto succedute nel corso della storia man mano che procedevano i grandi impianti dottrinari dell'anatomia, della fisiologia e della patologia. E su questo non possono sussistere né dubbi né stupori.

È anche vero che, nello stesso lasso di tempo, possono esistere più terapie, tutte apparentemente "efficaci", relative alla patologia di uno stesso organo corporeo. Il tempo per solito farà giustizia di alcune di esse, ma il principio della pluralità possibile delle terapie deve essere mantenuto in una considerazione critica della medicina sia in quanto scienza sia in quanto "arte".

Senonché quel che stupisce nella categoria "medica" della psicoterapia è la sussistenza e la permanenza storica di un numero straordinario di terapie, del tutto inconfondibile col numero delle terapie relative ad un qualsiasi organo somatico o al "soma" globalmente inteso. Si direbbe che, nell'ambito della psicoterapia, non esistano né storia né storicità. La medicina del corpo ha fatto giustizia di molte terapie considerate valide entro discreti lassi di tempo: nessun medico curerebbe più oggi la colite ulcerosa con polveri di smeraldi e rubini accuratamente triturate come sembra fosse in uso nel XV secolo.

Non così avviene nella psicoterapia. Si può dire, senza tema di sbagliare troppo, che nessuna forma di psicoterapia escogitata nella storia (e ben prima dell'avvento del termine) sia del tutto caduta in disuso. È ben vero che, di decennio in decennio, forse di anno in anno, alcune forme di psicoterapia "tengono lo campo" rispetto ad altre, ma ciò può assegnarsi al grande fenomeno sociologico-antropologico della "moda", mai del tutto studiato e approfondito, e oggi straordinariamente virulento. Insomma noi dobbiamo fare i conti con la pluralità delle psicoterapie, tutte in qualche modo efficaci e legittime e tutte collocabili nell'accezione generale di "terapia della psiche mediante la psiche".

Come muoversi con dignità e con prudenza logica di fronte a questo problema? Due sembrano essere gli approcci possibili, ognuno dei quali esattamente riportabile ad un particolare impianto mentale. O si è condotti a cercare quel *fattore* terapeutico (spesso nascosto) *comune* a tutte le psicoterapie e si riconosce in esso il vero strumento di miglioramento o di guarigione del paziente, oppure si ammette che,

essendo l'oggetto dell'intenzione psicoterapeutica appunto la "psiche", quest'entità indefinita, per ora indefinibile e in ogni caso straordinariamente complessa, ognuna delle molte forme di psicoterapia si costituisce come fattore valido in sé (pur nel rispetto delle diversità individuali del paziente e del terapeuta) perché, pur agendo su di una sola piccola parte del complesso sistema psichico, ne arriva tuttavia al supposto centro dinamico da cui dipende, in ultima analisi, sia il mutamento che la guarigione.

Questa seconda interpretazione non può non ricevere il sussidio di un paragone efficace. Esistono in natura sistemi complessi (come ad esempio tutti gli ecosistemi) che vengono mantenuti nel loro stato ottimale da un intricato insieme di retroazioni di natura cibernetica. Tuttavia, in caso di condizione "patologica" del sistema, è sufficiente per lo più attivare o potenziare o ridurre una sola di queste retroazioni perché il sistema stesso rientri nella norma fisiologica. Talché si può dire che ogni psicoterapia, per quanto peregrina possa essere la sua impostazione teorica, "tocca", per così dire, una parte del sistema e, nel far questo, se ben condotta, agisce sul sistema nella sua interezza. Unico errore teorico, allora, di ogni psicoterapia è l'errore della *pars pro toto*, della "parte per il tutto" e la conseguente presunzione di essere la "vera" psicoterapia o l'unica terapia possibile.

Il paragone deve essere assunto con molta prudenza non solo perché il "sistema" psiche non sopporta facili similitudini ma anche perché ogni analogia di ordine naturalistico non si addice — e per assunto definitorio — alla psiche, "sistema" che ha sempre un doppio versante, quello della natura e quello della cultura. Tuttavia il paragone stesso può essere efficace entro i limiti di quella cautela con cui ogni metafora ed ogni analogia possono essere impiegate ai fini della comprensione intuitiva di un fenomeno complesso.

Le due "interpretazioni" della pluralità delle psicoterapie e della relativa efficacia di ognuna di esse fanno capo, come si è detto, a due approcci mentali diversi. Per l'uno occorre "mettere tra parentesi" tutte le tecniche specifiche, presuntivamente efficaci, e cercare il "fattore" nascosto e comune a tutte le strategie terapeutiche messe in atto. Per l'altro ogni specifica e magari "periferica" tecnica è valida purché riesca ad inserirsi efficacemente nel sistema "psiche" e, ovviamente, nei suoi stati patologici.

L'uno appartiene ancora, se vogliamo, all'impianto interpretativo del "sospetto": lo psicoterapeuta "crede" di essere efficace con una determinata tecnica o strategia o specifica capacità, ma in realtà ciò che è efficace è un fattore in tutto o in parte a lui sconosciuto. L'altro appartiene, se vogliamo, all'impianto interpretativo della "complessità": ogni strategia è valida in sé ma solo in quanto si inserisce in un sistema estremamente complesso che utilizza uno stimolo periferico al fine della trasformazione di tutto l'organismo.

Occorrerà aggiungere che nella prima interpretazione (quella che invoca un fattore più o meno sconosciuto comune a tutte le psicoterapie) l'elemento terapeutico attivo non viene precisato ed è localizzabile in un vasto ambito che va dalla semplice suggestione a quella interattività trasformatrice di cui sopra si è detto.

Probabilmente non vige un'opposizione assoluta tra le due interpretazioni e sarebbe forse legittimo studiare la possibilità di una circolarità integratrice tra di esse. Ma per ora è bene tenerle distinte perché solo in tal modo possono alimentare una coerente ricerca ermeneutica e una discussione che promette di diventare feconda.



##### *5. La declinazione personale dell'interattività*

L'ipotesi che la pluralità delle psicoterapie (ivi comprese quelle aristocratiche forme di terapie che si dicono "analisi" <sup>10</sup>) e la relativa efficacia di tutte debbano essere ricondotte ad un comune ed universale fattore, benché contestabile, è decisamente congeniale a chi scrive perché può alimentare quel modello dell'interattività trasformatrice

ce che, fondato sulla stessa natura profonda della psiche, può a sua volta rendere conto della inconsapevole terapeuticità di tutti quegli incontri umani che esulano fortunatamente da ogni formalismo, da ogni tecnica, da ogni *setting*. Più di uno psicoterapeuta riconosce, al termine della vita (sperabilmente onestamente operosa), che via via che si accumulava in loro la silenziosa ricchezza dell'esperienza, sempre più si rendeva chiara l'analogia tra l'operare psicoterapeutico e l'anonimo ma autentico incontro interpersonale in situazioni di crisi <sup>11</sup>.

Certo, noi siamo ben lungi dal sapere, a tutt'oggi, che cosa "accade" veramente nell'interazione psichica <sup>12</sup>. Possiamo solo legittimamente supporre che si verificano in essa e per essa intensi e delicatissimi processi trasformativi indirizzati ad una supposta ma non arbitraria completezza o maturità e che tale completezza maturativa è la condizione più atta a contenere o a superare il disagio psichico di qualsiasi natura o entità esso sia, dal momento che il sintomo è sempre espressione di un arresto o immaturità o di una "sfida" dalla realtà esterna cui l'individuo immaturo non ha saputo rispondere.

Nell'umile riconoscimento del "non sapere" circa l'accadimento dell'incontro sta il segreto del procedere di ogni indagine onesta sulla natura della psicoterapia. Ogni pretesa "spiegazione" esaustiva non solo è destinata allo scacco ma rappresenta un arresto sulla stessa strada di una conoscenza consapevole dei propri limiti.

Ciò posto, occorre riconoscere innanzitutto l'irriducibile declinazione personale dell'interattività trasformatrice. Se onestamente concepita, in essa non vigono né regole preformate né modelli normativi. Vigono solo la ricerca sempre rinnovata della possibilità di comunicazione e l'insegnamento preziosissimo dell'esperienza criticamente assunta.

Sembrerebbe che l'interattività trasformatrice possa attivarsi solo a patto di una costante ricerca della peculiarità dell'incontro. Ma non basta — e anzi sarebbe falso — pensare ad una pur auspicabile duttilità del terapeuta che via via "si declina" in relazione al paziente e, nell'ambito di uno stesso rapporto, all'insopprimibile varietà e alla costante variazione del paziente stesso. Nel rapporto genuino non è né l'Io né il Tu a tenere le fila del rapporto stesso ma la coppia inscindibile Io-Tu. Per quanto stranamente tautologico questo asserto possa apparire, esso ha il carattere di ogni verità che non può essere espressa se non con l'ambigua apparenza del paradosso.

## 6. Valori di personalità e valori di tecnica

La focalizzazione del problema della molteplicità delle psicoterapie e della loro relativa efficacia sull'interattività trasformatrice pone necessariamente in luce una polarità che sembrerebbe implicita in ogni psicoterapia. Indubbiamente le "tecniche" non possono essere obliate ed esse detengono anzi un insopprimibile valore differenziante rispetto ad ogni forma di psicoterapia. A parte questo, ogni tecnica invoca un apparato teorico che, per quanto relativo, deve essere sempre preso in debita considerazione in ogni riflessione critica sulla natura della psicoterapia.

Le tecniche sono bensì duttili o flessibili e, come tali, tendono a trasformarsi (e a ibridarsi) da generazione a generazione degli psicoterapeuti di ogni "scuola", ma permangono tuttavia in una loro "generica" specificità. Le infinite varianti non intaccano del tutto la natura della specie, esattamente come nella tassonomia naturale. Il giovane psicoterapeuta è per solito assetato di tecniche e confida tenacemente in esse. Ed è anche vero che le tecniche esercitano uno straordinario potere suggestivo sul paziente ignaro o sprovveduto. In ogni caso le tecniche non possono non essere tenute in debito rispetto perché quasi sempre rimandano ad un fondamentale bisogno psichico nell'ambito del rapporto, e la soddisfazione dei bisogni impliciti è una delle principali vie della trasformazione, persino quando si maschera da frustrazione.

Al polo opposto delle tecniche si situa tuttavia quell'indefinibile conglomerato di elementi e di strutture che chiamiamo "personalità". A differenza delle tecniche le personalità difficilmente si assoggettano alla categorizzazione che le assume in "specie". Se gli "elementi" di ogni personalità sono forse universali, le "strutture" che organizzano tali elementi sono inconfondibilmente individuali.

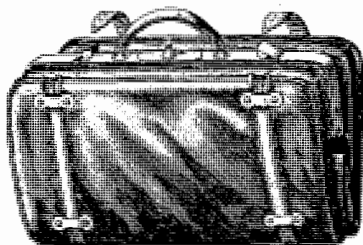
Così, vicino ai valori di tecnica, più o meno descrivibili e trasmissibili, vigono valori di personalità difficilmente descrivibili e sostanzialmente intrasmissibili.

Le innumerevoli psicoterapie oscillano, consapevoli o no, tra questi due poli. Quando il polo delle tecniche viene esaltato sorge — relativistico e contestabile — l'ideale della neutralizzazione della personalità. Quando viene esaltato il polo della personalità sorge — anch'es-

so relativistico e contestabile — l'ideale della "messa tra parentesi" di ogni tecnica e dell'abbandono al fluire della spontaneità del rapporto.

Quando Jung asserisce<sup>13</sup> che l'unico vero metodo della psicoterapeuta è la sua personalità propone certamente una verità che non solo spinge a meditare, ma responsabilizza in alto grado sia il terapeuta sia la *sua scelta* professionale. Una grave personalità psicopatica che abbia raggiunto pienamente il sapere specialistico dell'epatologo può guarire in modo irreprensibile un fegato gravemente malato. Non così, sembrerebbe, nell'ambito di quella terapia *sui generis* che — per definizione — fa uso della psiche per guarire la psiche.

Con questo — sappiamo bene — non si vuol porre come precondizione dell'esercizio della psicoterapia né un'"anima bella" schilleriana, né una personalità angelica. Ogni uomo porta inevitabilmente il peso di un grave *defectus* (che in realtà è un "insieme" di manchevolezze e di imperfezioni). Il problema non sta in questa condizione inalienabile ma piuttosto nello sforzarsi di essere e di rimanere coscienti delle proprie ristrettezze psichiche e nel saperle utilizzare come elementi concretamente dinamici all'interno dell'alveo costantemente operoso della personalità totale. Per di più non dimenticando mai che, al di là dell'indefinibilità della natura ultima della personalità, *conviene* pur sempre concepire quest'ultima non propriamente come *ente* ma piuttosto come *evento* aperto all'interazione con altri eventi che il caso o il destino permettono di incontrare.



1. TUKE D.H., *A Dictionary of Psychological Medicine*. J. e A. Churchill, Londra, 1892. Veggasi B. RITA, A. GASTON, A. RUBERTO, "Origine del concetto di psicoterapia nella cultura occidentale", *Psichiatria e psicoterapia analitica*, 7, I, 1988, pp. 83-95.
2. S. FREUD, *Nuova serie di lezioni di introduzione alla psicoanalisi*. Tr. it. in *Opere*, vol. II, Boringhieri, Torino 1979, p. 262 e sgg.
3. N. ABBAGNANO, *Esistenzialismo positivo*. Taylor, Torino 1948, p. 36 e sgg.; M. TREVI, *Per uno junguismo critico*, Bompiani, Milano 1987, p. 82.
4. M. TREVI, "Forme e limiti dell'empatia nell'esperienza psicoterapeutica", *Rivista sperimentale di freniatria*, vol. CXII, fas. VI, 1988, pp. 1101-1103.
5. N. ABBAGNANO, *Ibidem*.
6. S. FREUD, *Ivi*, p. 123.
7. M. TREVI, "Configurazioni e metafore della psicoterapia e dell'analisi". *Atque*, n. 1, 1990, p. 36 e sgg.
8. S. FREUD, *Ibidem*.
9. Occorrerà attendere l'anno 1950 perché il concetto di "controtransfert" cominci ad essere considerato un fenomeno positivo dell'analisi.
10. Si può discutere quanto sia legittimo conservare il termine "analisi" per la parte pratica degli impianti dottrinari di Adler, di Jung, della corrente neofreudiana ecc. È legittimo tuttavia affermare che la metafora "chimica" di Freud possa in qualche modo sussistere, sia pure indirizzata ad altri componenti nascosti. In ogni caso sembra legittimo far uso del termine "analisi" ogniqualevolta una psicoterapia si riferisce ad un impianto dottrinario che ricorre alla nozione di "inconscio".
11. Esempio, in questo senso, la testimonianza di uno psicoterapeuta senz'altro valido come Cesare Musatti.
12. Indicativo, a questo proposito, è il fatto che Jung, indubbiamente valido come psicoterapeuta, quando volle chiarire la natura della coppia transfert-controtransfert, si ridusse ad un prudente procedimento analogico-allegorico (Veggasi *Psicologia del transfert*, 1946). La metafora e l'allegoria, nel loro versante più ricco e misterioso, sono espedienti compensatori dell'impotenza del pensiero. Ben s'intende, il pensiero razionale si riconosce impotente quando non è né banale né parziale. È in queste condizioni che la sua impotenza diventa uno stimolo a procedere.
13. C.G. JUNG, *Medicina e psicoterapia* (1945). Tr. it. in *Opere*, vol. 16, p. 98.