

PRESUPPOSTI FINITI CHE RENDONO LE TERAPIE INFINITE

Domandarono a Confucio: “ Dove cominceresti se dovessi governare il popolo?”. “*Migliorerai l'uso del linguaggio*”, rispose il Maestro. Gli ascoltatori rimasero sorpresi: “ Ma non c'entra con la nostra domanda” - dissero - “che significa migliorare l'uso del linguaggio?”. E Confucio rispose: “*Se il linguaggio non è preciso, ciò che si dice non è ciò che si pensa; e se ciò che si dice non è ciò che si pensa, le opere rimangono irrealizzate; ma se non si realizzano le opere, non progredirà né la morale né l'arte; e se arte e morale non progrediscono, la giustizia non sarà giusta; ma se la giustizia non sarà giusta, la nazione non conoscerà il fondamento su cui si fonda e il fine a cui tende. Non si tolleri perciò alcun arbitrio nelle parole. Ecco il problema primo e fondamentale*”.

Alcuni autori (Dell, 1980; Goolishian e coll., 1986) sottolineano come il linguaggio e i principi euristici utilizzati da alcuni terapeuti possano essere alla base non solo dei processi di costruzione sociale della psicopatologia ma possono anche rendere interminabili le terapie.

Piuttosto frequente nel variegato campo delle terapie della mente è l'uso di presupposti ed ingiunzioni che complicano i problemi, invece di risolverli: “*Devi trovare il tuo vero Io*”, “*C'è bisogno di una ricostruzione della tua personalità*”, “*Dobbiamo recuperare e rinforzare il tuo Io*”, “*Esprimi spontaneamente il tuo essere*”, “*Sii te stesso*”, “*Hai delle resistenze verso la terapia*”, “*In realtà hai delle proiezioni negative , che non sono vere*” ... ed altre amenità affini.

Questi terapeuti propongono al malcapitato paziente la necessità del recupero, della realizzazione o del rinforzo del suo “vero IO”, come se l'IO fosse una realtà tangibile, concreta e costante interna ad ogni individuo. E come se fosse possibile divenire volontariamente spontanei (Watzlawick 1971, 1974, 1976, 1977, 1988; Nardone e Watzlawick, 1990). Ammesso per assurdo che l'IO sia una realtà tangibile e concreta e che sia possibile divenire volontariamente spontanei, chi direbbe al paziente qual è il suo “vero IO” e la sua autentica spontaneità? Forse il terapeuta? E se sì, su quali basi conoscitive e con quali strumenti egli condurrebbe il paziente alla scoperta di tale verità?

Cartesio e Pascal, già qualche secolo fa, invitavano a riflettere sul concetto di spontaneità e sul cosiddetto “vero IO” degli esseri umani. Con argomentazioni diverse, più raziocinanti quelle di Cartesio, più suggestive quelle di Pascal, giunsero entrambi a definire il comportamento spontaneo di un individuo come il frutto della ripetizione, fino all’automatismo, di certe azioni e atteggiamenti.

L’argomentazione più forte contro la credenza nell’esistenza dell’IO come realtà concreta, tangibile e costante nella sua autentica spontaneità è offerta dagli studi di Henry Laborit (1982), Premio Nobel per la Biologia, che dimostrano come la spontaneità sia solo l’ultimo apprendimento divenuto acquisizione, quindi repertorio di azione automatica. Pertanto il “vero IO” risulta essere un concetto molto astratto con cui il terapeuta pretende di circoscrivere le caratteristiche di una realtà mutevole quale è quella dell’organismo umano, già a livello cellulare, inteso come complesso di interazioni organiche e psicologiche.

Gordon Allport, uno dei più grandi psicologi-ricercatori mai vissuti, trovò che già un secolo fa esistevano oltre sessanta definizioni diverse relative ai concetti di IO e di Sé.

Il nostro Alessandro Salvini (1988) afferma che persino l’abusato concetto di “personalità” abbia un valore puramente ontologico che non corrisponde ad alcuna realtà concreta e tangibile.

Quali disastrosi effetti vengono a prodursi quando un terapeuta utilizza nei confronti del paziente simili espressioni, per esempio invitando il paziente a trovare ed esprimere il proprio “vero IO”? Stranamente tale tipologia di terapeuta considera la terapia riuscita quando il “vero IO” del paziente combacia con le credenze e le ideologie del terapeuta. Se questo crede che la realizzazione del “vero IO” preveda l’outing, la liberalizzazione sessuale e l’emancipazione da ogni limite in ogni direzione, consapevolmente o no, spingerà i suoi pazienti in quella direzione. Se il terapeuta crede fermamente in regole sociali rigide, con il suo indottrinamento indurrà all’acquiescenza verso le medesime.

Assumendo come obiettivo della terapia la realizzazione di questo ipotetico “IO” interno al paziente, tutto quello che contrasta con esso viene vissuto come conflittuale o come realtà da distruggere. L’ignaro paziente, disinformato, seguendo le tracce indicate dal suo terapeuta circa il suo “vero IO”, si troverà nella condizione di aggredire e rompere con tutto quello che impedisce ciò. E si assiste alla rottura di legami di coppia, allo scoppiare di crisi familiari, ecc. (Nardone, 2002). La terapia dei disagi presentati da un paziente basata sul costrutto del “vero IO” diventa una complicazione dei problemi piuttosto che un veicolo per la loro soluzione.

Come è ben noto agli studiosi del paradosso nelle relazioni interpersonali (Frankl, 1960; Weeks & L'Abate, 1984), l'ingiunzione di divenire spontanei è di per se stessa un limite alla spontaneità. Il paziente del terapeuta che utilizza espressioni come *“non essere triste”*, *“rilassati”*, *“non preoccuparti”*, *“sii felice, calmo e tranquillo”* si trova ripetutamente sottoposto a messaggi paradossali che lo mettono in uno stato costante di frustrazione ed incapacità. Nel momento in cui il paziente riceve dal terapeuta l'invito a comportarsi in maniera spontanea, entra nella trappola di chi volontariamente si sforza di essere spontaneo. Ma questo significa già non esserlo: ordinare a qualcuno un atto spontaneo, per es. *“ se mi ami davvero, non amarmi più”*, significa già impedirgli di metterlo in atto mentre, molto spesso, proibirlo significa provocarlo.

Relazioni terapeutiche di questo tipo, se non vengono interrotte dal paziente bruscamente, mandando all'aria messaggio e messaggero, procedono di solito per anni, incidendo pesantemente sulle scelte di vita e sul benessere psicofisico ed economico delle persone.