

ROSSANA ACCOMAZZO

IL CORAGGIO NELLA PSICOLOGIA INDIVIDUALE AL DI LÀ DELLE TECNICHE PSICOTERAPEUTICHE DI INCORAGGIAMENTO

La psicologia individuale ha posto il concetto di coraggio e quindi di incoraggiamento come uno dei punti focali del proprio modo di procedere teorico-pratico sia nell'ottica degli studi psicologici sia nelle sue possibili applicazioni in psicopedagogia e psicoterapia.

Com'è noto Alfred Adler riteneva il coraggio un elemento importante e necessario sia per i pazienti nevrotici, per poter cessare di essere tali, sia per i soggetti in età evolutiva, per fronteggiare l'insorgenza di manifestazioni non improntate al sentimento sociale, passibili di determinare disadattamenti psicologici.

In campo psicopedagogico Dinkmayer e Dreikurs attraverso l'attenta analisi su ciò che è stato da loro definito «processo di incoraggiamento» hanno elevato una prassi educativa a metodo strutturato, ottenendone una vastissima eco.

Il loro successo è imputabile a diversi fattori, di cui alcuni di ordine storico-sociale, altri relativi al supporto teorico della psicologia del profondo cui si riferiscono.

1) Le proposte di questi Autori si pongono come valide alternative sia ai metodi educativi tradizionali, provenienti da un passato autocratico massicciamente messo in crisi (in cui la lode e la punizione erano i soli mezzi ritenuti efficaci a dirigere verso un'adesione, perlopiù forzata, ad un comportamento conforme alle richieste dell'autorità), sia all'atteggiamento apparente più liberale, ma spesso eccessivamente permissivo, responsabile dei frequenti disadattamenti sociali del «bambino viziato».

2) Dinkmeyer e Dreikurs, pur avendo sottolineato nell'analisi dell'incoraggiamento le regole che lo governerebbero sino ad individuarne i «nove punti» ritenuti base del processo, hanno altresì posto l'accento su alcuni elementi chiave:

a) «...ogni atto correttivo dipende non tanto da ciò che l'educatore fa, ma piuttosto da come il ragazzo percepisce queste azioni e reagisce ad esse...»;

b) la possibilità di incoraggiare è strettamente connessa con la fiducia dell'operatore nella capacità e volontà potenziali del bambino cui si rivolge;

c) l'osservazione del comportamento deve essere condotta nella sua complessità, attraverso una valutazione soggettiva che tiene conto che ogni atto ha un significato ed è diretto ad un fine o ad una aspettativa.

Va osservato che in campo psicopedagogico un certo margine di tipo «prescrittivo» può essere considerato coerente in quanto ci propone non tanto la maturazione di un'«autonomia soggettiva», quanto l'acquisizione di «capacità» autonome.

Mi propongo di affrontare ora il problema dell'incoraggiamento nello stretto ambito della psicoterapia analitica, sul cui versante ritengo non abbia avuto un adeguato riconoscimento, suscitando spesso polemiche od accuse di atteggiamento riduttivamente semplicistico o direttivo.

Mi preme sottolineare che nell'assunto di una psicologia del profondo, l'intervento analitico non può mirare a raggiungere nel soggetto solo il superamento del disagio psichico mediante il conseguimento di una condotta ritenuta coraggiosa, ma si propone di permettere e favorire la presa di coscienza del significato psicologico profondo del disagio (come situazione fondamentale per affrontarlo), che trova nel setting analitico la modalità privilegiata per realizzarsi.

Vorrei fare ora un breve excursus su alcune caratteristiche del setting psicoanalitico classico e del setting psicoterapeutico, in rapporto ai diversi referenti teorici.

La prima e più precisa descrizione del setting la troviamo nella esposizione di Freud sul «metodo psicoanalitico» del 1903, in cui sono illustrate le modificazioni apportate attraverso le esperienze condotte negli anni precedenti: il paziente viene fatto sdraiare su un divano, il terapeuta si dispone alle sue spalle, fuori dal suo campo visivo; il metodo delle associazioni libere è dominato dalla «regola fondamentale», vengono analizzate oltre a queste ultime, le resistenze, gli atti mancati, le azioni sintomatiche e i sogni.

Nel 1905 in «Frammenti di un'analisi d'isteria» si pone l'accento sull'importanza dell'utilizzazione del transfert (il rivivere inconscio di episodi passati nei quali il terapeuta viene visto come se fosse un partecipante) come strumento terapeutico.

Freud sottolinea la neutralità dell'analista e la sua funzione «di specchio» che viene in seguito riconfermata (1919) attraverso la critica rivolta a Ferenczi, che aveva affacciato la possibilità di dare soddisfazioni emotive o comunque di tenere con il paziente un ruolo più attivo. L'analisi doveva essere condotta in un'atmosfera di «astinenza» senza assumere mai il compito di istruire il paziente o di incanalarne un processo di sublimazione.

Tutto ciò è chiaramente in relazione con l'assoluta priorità data all'indagine sull'inconscio dell'individuo, al suo passato, al suo essere diviso in parti in conflitto.

L'introduzione del concetto di pulsione di morte e le nuove teorie successive, implicano profonde modifiche delle tecniche psicoanalitiche ed ulteriori ne sono state apportate dai promotori della psicoanalisi dell'Io: l'epicentro del lavoro analitico non è più ora l'inconscio, ma l'esplorazione delle difese attraverso cui l'Io si protegge dagli impulsi inconsci sentiti come minacce. Compito dell'analista è quello di svelare cautamente tali difese e di elaborare almeno una parte dell'angoscia che ne è alla base.

Adler non ha mai dato una descrizione dettagliata della propria tecnica psicoterapeutica, se ne trovano peraltro riferimenti in tutti i suoi scritti ed in quelli dei suoi allievi: viene utilizzato il rapporto «vis à vis» tra paziente e terapeuta, senza prescrivere tuttavia regole

restrittive; la comunicazione si esplica nelle due direzioni (paziente-analista e analista-paziente) senza privilegiarne aprioristicamente un senso ed è in relazione alla finalità ed alla linea direttrice del trattamento.

La scuola adleriana sottolinea l'importanza della solidarietà e della disponibilità al confronto con il paziente e sollecita l'introduzione di un'atmosfera di incoraggiamento per favorire l'apertura delle difese.

Incoraggiamento e solidarietà hanno come referenti teorici i concetti di «volontà di potenza» e di «sentimento sociale», intesi come istanze fondamentali dell'uomo.

Riporto qui per la loro chiarezza ed esposizione sintetica le definizioni date a questi concetti da Parenti.

«La volontà di potenza è l'energia che indirizza l'uomo, a livello conscio ed inconscio, verso finalità di affermazione... di competizione o almeno di autoprotezione e di sopravvivenza...».

«Il sentimento sociale è il bisogno, insito in ogni uomo, di partecipare emotivamente con i propri simili».

L'oggetto dell'indagine è quindi l'individuo nella sua unità storica e strutturale (il suo passato e il suo presente, l'inconscio e ciò di cui è consapevole) in dinamica relazione con il mondo.

La personalità individuale è affrontata non come «oggetto a sé» ma come sistema aperto emergente nell'interrelazione tra istanze fondamentali e ambiente.

Mi preme sottolineare quanto questa concezione si distacchi da una psicologia «reattiva» in cui, come ha fatto osservare Guntrip, l'individuo è visto come organismo che «reagisce» in quanto dotato di una costituzione fissa ed immutabile ad oggetti visti come entità puramente esterne.

Il superamento della «teoria degli istinti» comporta l'abbandono del determinismo psichico e si apre ad un finalismo causale che recupera il ruolo delle motivazioni.

Da quanto sopra esposto si evince come la personalità di ogni individuo possa essere considerata come strutturantesi con il mondo che lo circonda.

Con riferimento a questa concezione, alcuni analisti italiani di scuola adleriana, hanno orientato il loro interesse sulle problematiche relative alle «modalità relazionali» che in particolare gli studi sulle dinamiche di gruppo hanno evidenziato.

I lavori effettuati, che riguardano particolarmente l'ambito della psicoterapia analitica, affrontano tra l'altro il problema della finalità del progetto psicoterapeutico. Sottolineo qui sinteticamente che nell'incontro tra paziente e analista si tende ad attuare un rapporto asimmetrico, che contrappone da un lato chi esprime confusi bisogni e desideri e, dall'altro, chi appare come loro ipotetico risolutore appagatore. Ciò sottende prevalentemente modalità relazionali di tipo fusionale (se prevale la richiesta di soddisfazione dei bisogni) o di tipo appropriativo (se predomina la sollecitazione all'appagamento dei desideri). In questa ottica l'avvio di un processo trasformativo, che permetta la graduale presa di coscienza della propria individualità emergente, dovrebbe comportare il raggiungimento, attraverso la risoluzione della «dipendenza» (propria delle modalità relazionali sopra esposte), di una maggiore autonomia che caratterizza una modalità «dialettica» di rapporto. Ma esiste il rischio che questo avvio non si attui o che questo processo si interrompa.

Prenderò ora in considerazione alcune eventualità.

1) L'analista distaccato, che mantiene una condotta di «astinenza», ritengo proponga più l'affermazione di una volontà di potenza che di una neutralità. Il suo potere-sapere, confrontandosi con la confusione di chi gli si rivolge, rischia di sancire una relazione talmente impari, da impedire al paziente un'affermazione autonoma di sé.

2) Ma anche l'ostentazione di disponibilità può paradossalmente dilatare la distanza di un rapporto asimmetrico, tanto da renderla apparentemente irriducibile. Infatti si vengono in questo

caso a trovare di fronte chi dimostra capacità di preoccuparsi e di aprirsi all'altro e chi, in misura maggiore o minore, vive un'esperienza di isolamento, chiuso nel proprio mondo interiore.

3) L'atteggiamento solidale ed incoraggiante nel setting psicoterapeutico, che ritengo peraltro di privilegiare, non risolve di per sé il problema della dipendenza nella relazione asimmetrica: infatti la solidarietà assunta ad ideologia può cristallizzare, in un reciproco «compiacimento», un rapporto che vede di fronte in ruoli codificati ed immutabili il «terapeuta solidale» e il «bravo paziente».

Qualsiasi tecnica o strategia rischia di essere finalizzata a raggiungere un progetto personale (dell'analista) di rendere coraggioso e capace di validi rapporti interpersonali il suo paziente, di intenzionarne lo stile di vita, piuttosto che affiancargli per scoprire il proprio.

* * *

Vorrei proporre ora una nuova lettura dei concetti di coraggio e solidarietà, affrontati nell'ambito specifico della psicoterapia analitica.

Se, come ho detto precedentemente, si privilegia l'aspetto trasformativo di questa esperienza, l'analisi si configura come l'esplorazione di situazioni sempre nuove, aperte quindi al possibile e all'incertezza. Per affrontarle ci vuole coraggio. Questo atteggiamento coraggioso si contrappone, come ha fatto rilevare Rovera, alla «condotta coraggiosa di fronte al pericolo», ma può essere intesa come «espressione di uno stile di vita dinamicamente diretto verso uno scopo e unito all'interesse sociale» che il terapeuta ha potuto sperimentare e collaudare attraverso il proprio personale training analitico.

Ma non è soltanto il coraggio di fronte al nuovo ciò con cui l'analista deve confrontarsi, quanto ancora maggiormente con la capacità di tollerare la separazione dalle sicurezze fittizie, come le ideologie assunte a verità o le tecniche e strategie assunte a metodo codificato.

Solo così l'esperienza psicoterapeutica può essere il luogo della verifica delle proprie conoscenze teoriche, dell'induzione all'abbandono delle difese del paziente e del suggerimento alla presa di coscienza di ciò di cui non è consapevole, per diventare il luogo in cui si possa attuare un reciproco riconoscimento creativo di sé.

In questo senso l'incoraggiamento si distacca dal significato di tecnica o strategia che utilizza, adattandole al soggetto, gratificazioni o frustrazioni positive per diventare «interpretazione» del fatto che chi si ha di fronte è vissuto come alla ricerca del coraggio necessario per disporsi alla scoperta di situazioni nuove. Spesso inoltre i pazienti, specialmente psicotici, ci propongono un'immagine della realtà divisa nettamente in chiarezze ed oscurità: di fronte a ciò la proposta dell'ambiguità da scoprire apre uno spazio che può essere vissuto come un baratro che, come dice Resnik, «non si può guardare perché fa venire le vertigini».

La solidarietà dell'analista ritengo debba essere intesa come il sentirsi partecipe al progetto terapeutico, considerato come cammino comune di ricerca attraverso i suoi vari momenti: esplorativo, trasformativo e prospettico.

Questa solidarietà nel progetto si distacca nettamente da un'empatia spontaneistica, in quanto il terapeuta si riferisce nella propria condotta ad un complesso di auto-prescrizioni che intenzionano il proprio ruolo e finalizzano il proprio operare.

Mi riferisco, a questo proposito, non soltanto all'attenzione volta alla decodificazione delle comunicazioni verbali e non del paziente e ad ogni suo comportamento agito o mancato, ma ancora di più all'analisi dell'atteggiamento controtrasferale ed in particolare all'interrogarsi circa le proprie aspettative, timori, vissuti di attenzione e distrazione, di gradevolezza o antipatia, evocati nel rapporto psicoterapeutico.

Finalizzare l'intervento psicoterapeutico non significa prefiggersi di ottenere uno scopo specifico, quanto il disporsi a perseguire una meta che si va definendo nel cammino verso di essa.

La maggiore consapevolezza del paziente può essere vista quindi in relazione a questa attribuzione di senso, inteso non come significato, ma come direzione.

BIBLIOGRAFIA

- ACCOMAZZO R., FULCHERI M.: «La psicoterapia analitica come indagine e revisione di modalità relazionali nella prospettiva del recupero del sentimento sociale» in «Finalità della psicoterapia», Patron Editore, Bologna, 1981.
- ADLER A.: «Psicologia individuale e conoscenza dell'uomo», Newton Compton, Roma, 1975; «Psicologia del bambino difficile», Newton Compton, Roma, 1973.
- ANSBACHER H.L., ANSBACHER R.R.: «The individual psychology of Alfred Adler», Basic Books, New York, 1956.
- COFFANO L.: «Psicopatologia e psicoterapia», Atti del 5° Convegno europeo di Gruppo analisi, Roma, 1981.
- DINKMAYER D., DREIKURS R.: «Il processo di incoraggiamento», Giunti e Barbera, Firenze, 1974.
- FAIRBAIRN W.R.D.: «Una completa teoria delle relazioni oggettuali della personalità» in «Struttura della personalità e interazione umana» di Guntrip H., Boringhieri, Torino, 1977.
- FEDERN P.: «Psicosi e psicologia dell'io», Boringhieri, Torino, 1976.
- FERENCZI S.: «Scritti sulla terapia attiva ed altri saggi», Guaraldi Editore, Rimini, 1973.
- FREUD S.: «Tecnica della psicoanalisi»; «Frammenti di un'analisi d'isteria»; «Analisi terminabile ed interminabile. Costruzioni nell'analisi», Boringhieri, Torino, 1977.
- FROMM REICHMANN F.: «Principi di psicoterapia», Feltrinelli, Milano, 1962.
- FULCHERI M., ACCOMAZZO R.: «Il progetto trasformativo nella Psicoterapia analitica: confronto tra la Psicologia Individuale, la Psicoanalisi e le altre principali psicoterapie dinamiche del profondo», Rivista di Psicologia Individuale (Anno 11) n. 19, novembre 1983.
- NAPOLITANI D.: «Gruppi interni e modelli relazionali nel Reale, nell'Immaginario e nel Simbolico», Psicologia Clinica 2, 1982; «Il paradosso del sapere negato e la disobbedienza», Quaderni del Gruppo di Ricerca in Scienze Umane, Torino, 1973.
- PARENTI F.: «La Psicologia Individuale dopo Adler», Astrolabio, Roma, 1983.
- RESNIK S.: «Il teatro del sogno», Boringhieri, Torino.
- ROVERA G.G.: «Il sistema aperto della Individual Psicologia», Quaderni della rivista di Psicologia Individuale n. 4, Cortina, Torino, 1979.