

GASTONE CANZIANI

CHE COSA SIGNIFICA OGGI DIRSI ADLERIANI

(Alcune considerazioni sull'adlerismo moderno)

PREMESSA

Il titolo di questa relazione — che può apparire ambizioso — sintetizza in una sola domanda alcuni quesiti che mi sono stati spesso rivolti da allievi, colleghi ed amici. Formulati nel più semplice dei modi possibile, i quesiti rivoltimi possono riassumersi così: *«Che senso ha oggi, nell'ambito della psicologia scientifica e della psicoterapia, dirsi seguaci di una Scuola? Che senso ha oggi dirsi freudiani, adleriani, junghiani, rogersiani e così via? Aderire ad un sistema non significa forse rinchiudersi in una chiesuola, in una specie di sagrestia, frequentata da esseri dogmatici che credono di possedere la verità assoluta, mentre la verità, se esiste, è dispersa in un'infinità di briciole fra quella miriade di sistemi che invadono oggi la psicologia clinica?»*.

Non si può disconoscere che questi interrogativi, oltre ad essere particolarmente importanti per i complessi problemi che sollevano, sono anche attuali, perché oggi più che mai il pluralismo dei sistemi psicoterapeutici sta dilagando. I quesiti proposti meritano quindi una risposta che, entro i limiti di spazio e di tempo concessi ad una relazione congressuale, si può tentare di dare in questa sede, rispondendo dapprima ai problemi riguardanti il pluralismo e successivamente a quelli riguardanti i singoli sistemi, prendendo però in considerazione particolare come modello l'adlerismo.

1. LE RAGIONI DEL PLURALISMO E LA PROLIFERAZIONE DELLE SCUOLE

1.1. *Il pluralismo e il livello di scientificità dei sistemi.* Senza prendere per il momento in considerazione l'atteggiamento dell'epistemologia così detta anarchica di Feyerabend (1) che postula come una necessità per la scienza il pluralismo, si può ad una prima approssimazione giustificare la molteplicità delle scuole di psicologia clinica e dei sistemi psicoterapeutici che da esse derivano con due ragioni. La prima è la seguente: nessun sistema psicoterapico esistente si è dimostrato finora idoneo a soddisfare tutte le esigenze di chi sente bisogno di psicoterapia. Ogni sistema

rivela con i suoi successi e con i suoi insuccessi i limiti della sua applicabilità e del suo valore: la nascita dei nuovi indirizzi è pertanto giustificata dalla necessità di allargare il campo di applicabilità della psicoterapia e di coprire le insufficienze dei metodi esistenti. La seconda ragione che può essere addotta per giustificare il pluralismo dei sistemi risiede nella necessità che vi è di introdurre metodi psicoterapici che possano raggiungere i loro scopi entro tempi possibilmente brevi: che non abbiano, quindi, l'esasperante durata e il costo che talora presentano le cure psicoanalitiche e che siano possibilmente applicabili collettivamente in modo da poter rendere la psicoterapia accessibile a qualsiasi ceto sociale.

È certo però che, se queste due ragioni giustificano sul piano pratico la pluralità dei sistemi, la proliferazione degli indirizzi oggi esistente non solo non soddisfa le esigenze prospettate, ma è fonte di una serie di contraddizioni che creano alla loro volta disagi in sede pratica ed equivoci in sede teorica. Le Scuole di psicologia clinica e di psicoterapia si presentano, infatti, oggi come un coacervo acritico e confuso di dottrine: accanto alle Scuole di psicoterapia che possono dirsi classiche e che possiedono al loro attivo un ricco patrimonio di ricerche, studi ed esperienze, c'è stata in tempi relativamente recenti un'esplosione di indirizzi nuovi e spesso incontrollati. Chi ha messo piede al V Congresso Internazionale di Psicologia Umanistica, tenutosi recentemente a Roma (2), è rimasto certamente frastornato dalla quantità di indirizzi diagnostico-terapeutici che vi sono stati proposti. Se, negli anni cinquanta, R.A. Harper poteva recensire come allora esistenti trentasei sistemi psicoterapici, oggi, a un nuovo censimento storico-critico, il numero dei metodi psicoterapeutici, che aspirano ad assurgere al livello di un sistema, risulterebbe enormemente più alto. Il pluralismo degli orientamenti psico-clinici è, infatti, oggi tale da dare alla psicoterapia moderna un aspetto ancora meno integrato di quello che presentava la psicologia scientifica attorno agli anni trenta quando — seguendo C. Murchinson — si era arrivati al punto di non parlare più di «psicologia» al singolare, ma di «psicologie» al plurale. La psicologia scientifica — come è noto — ha oggi superato, o tentato di superare, il suo pluralismo teoretico riducendo o frammentando i contenuti delle Scuole in una serie di microteorie. Tale riduzione, però, in tanto è riuscita in quanto non aveva riflessi immediati in campo applicativo: si trattava per la psicologia generale di risolvere problemi che riguardavano soltanto gli «addetti al lavoro» e l'immagine della psicologia scientifica. Per la psicologia clinica, invece, il problema del pluralismo presenta aspetti più inquietanti. Qui i contrasti e l'estrema varietà degli orientamenti non riguardano soltanto gli operatori e la credibilità della psicoterapia: i contrasti e le divergenze di opinioni fra gli psicoterapeuti si riflettono su quelli che oggi con un orribile nome, ispirato alla nomenclatura dei servizi pubblici, vengono denominati gli «utenti» della psicologia. I quali finiscono col diventare troppo spesso i ricettori di messaggi equivoci e tali da provocare legittime preoccupazioni. È possibile così che una madre si senta dare da uno psicoanalista e da un comportamentista consigli contraddittori e incompatibili fra loro intorno all'educazione di un figlio o alla cura di un

suo disturbo. Il che, sia detto tra parentesi, non imbarazza solo il cliente, ma anche il professionista il quale ha l'esigenza di sapere nel suo esercizio pratico quale delle due diverse interpretazioni dello stesso fenomeno sia la migliore (L.J. Simon, 3).

Queste contraddizioni che si rivelano nella pratica e le ambiguità teoriche di fondo di cui sono espressione denunciano il non soddisfacente valore scientifico di molti settori della psicologia clinica e il disinteresse di troppi psicologi sperimentali che trascurano di sottoporre a controllo le proposizioni della clinica. La quale, nonostante la «potenza» che le deriva dal fatto di avere fra tutte le discipline psicologiche il maggior numero di cultori, non riesce ad acquisire il livello di «maturità» che si richiede a un sistema per dirsi «scientifico». Secondo le tesi dell'epistemologia moderna può dirsi, infatti, scientifico solo quel *sistema le cui proposizioni possono essere provate attraverso gli strumenti di accertamento che le varie discipline possiedono e che permettono di stabilire entro che livelli determinati di probabilità una data proposizione può essere definita «vera» o può venire falsificata*. Il che significa che, almeno in teoria, appare possibile portare un po' di ordine fra i vari sistemi istituendo fra gli stessi una gerarchia attraverso una scala che ne indichi la validità: scala che dovrebbe essere costituita da due livelli, uno «analitico» centrato sulla verifica delle singole proposizioni su cui le Scuole si fondono, e uno «globale», centrato sui risultati ottenuti dalle singole Scuole nel trattamento di specifiche forme morbose.

A questo proposito va rilevato come vi siano certi settori della psicologia clinica che rifiutano totalmente o parzialmente il controllo scientifico. È questo il caso di certe correnti della psicologia umanistica e della stessa psicoanalisi. Le prime respingono i controlli empirici sotto la speciosa quanto dogmatica giustificazione che i metodi naturalistici non sono applicabili allo studio della vita interiore, mentre molti cultori della psicoanalisi ortodossa ritengono che le varie proposizioni analitiche si convalidino l'una con l'altra e che la psicoanalisi non abbia bisogno di controllo sperimentale. Ma questo criterio, che può dirsi circolare, non ha metodologicamente alcun valore in quanto una serie di indizi non verificati che si correlano fra loro non possono portare alla verifica di un dato, ma al massimo, e soltanto, alla constatazione che *certi* concetti sono legati fra loro da un *certo* legame: e questo quando si tratti di una correlazione fra entità misurabili ottenute con calcoli statistici, non quando si parli, come di solito si parla in clinica, di semplici concordanze colte a livello intuitivo.

Per questi rifiuti, oltre che per le difficoltà intrinseche inerenti alle metodologie di controllo dei sistemi costruiti su basi idiografiche, risulta che la maggior parte dei sistemi anche classici di psicoterapia sono costituiti da proposizioni solo in minima parte scientifiche, cioè più o meno provate. Si può avere un esempio di questa eterogeneità delle proposizioni delle varie Scuole, sottoponendo anche a semplice confronto «intuitivo» proposizioni diverse dello stesso sistema.

Si prendano come esempio due proposizioni della psicoanalisi che possono essere le seguenti: quella che prevede l'esistenza di due istinti, l'istinto

della vita e della morte, Eros e Thanatos, e quella che, espressa nel modo più generale possibile, afferma che «i fattori emotivi, a seconda del loro segno, possono ostacolare o favorire la rievocazione dei ricordi». La prima proposizione, nella forma in cui è stata enunciata, appare subito come non provata né provabile, qualunque sia lo stratagemma che si voglia adottare per controllarla. Essa non può perciò essere classificata che fra le proposizioni di natura filosofica, metafisica, e non scientifica, e come tali non aventi il diritto di soggiorno in una psicologia che voglia dirsi scientifica. La seconda proposizione, invece, quella che riguarda la facilitazione e l'inibizione della rievocazione dei ricordi, ha tutti i crismi richiesti da un costrutto per essere definito scientifico: essa può essere controllata anche in laboratorio con metodi sperimentali e fa parte del bagaglio di acquisizioni più o meno accettate dalla psicologia generale.

* * *

Per quanto riguarda l'atteggiamento della psicologia individuale rispetto al controllo scientifico delle proprie proposizioni, bisogna tenere distinti i due periodi storici entro i quali l'adlerismo si è sviluppato: quello delle origini, che si può far datare dalla prima decade del secolo sino alla «pausa» provocata dal nazismo e dall'ultima guerra, e quello della «ripresa», che comincia negli Stati Uniti con l'immigrazione di studiosi europei, fra cui molti adleriani, e raggiunge il momento del suo massimo sviluppo con la fondazione, nel 1952, dell'«American Society of Adlerian Psychology». Negli anni che precedettero la prima guerra mondiale, l'uso del controllo con metodi statistico-sperimentali di proposizioni scientifiche non era così diffuso come è ora, per cui l'assenza d'ogni controllo scientifico nell'adlerismo delle origini può essere giustificata: è da notare, però, che ancora nel '73, H. Mosak in quella concettuosa esposizione che fa del pensiero adleriano nel volume di psicoterapia curato da R. Corsini (4) rimproverava agli adleriani europei di essere «esageratamente diffidenti» nei riguardi delle ricerche basate sul metodo statistico e faceva rilevare come fossero stati per lo più i non adleriani a occuparsi dei controlli statistici delle proposizioni della psicologia individuale. È inutile dire come questo atteggiamento non sussiste e non sia mai sussistito fra gli psicologi statunitensi come dimostrano le ricerche sperimentali che sono state condotte sulle tematiche della «costellazione familiare», dei «primi ricordi» e persino sullo «stile di vita» globalmente considerato.

* * *

Il secondo controllo, che abbiamo definito globale, riguarda, come si è detto, la statistica dei risultati ottenuti nei soggetti sottoposti a terapia (percentuale dei casi guariti, migliorati o rimasti invariati rispetto ai curati). Su questi dati le ricerche sono più numerose e gli stessi psicoanalisti hanno pubblicato più volte statistiche del genere: ma tali ricerche per il modo in cui vengono abitualmente eseguite non rivestono alcuna

importanza scientifica in quanto mancano dei necessari controlli. Se si tiene presente che in terapia medica, per accertare l'effetto curativo d'un farmaco, si usano dei metodi sofisticati, così detti a doppio cieco, ci si può facilmente persuadere che le statistiche finora pubblicate dagli psicoterapeuti non raggiungono ancora livelli sufficienti di scientificità. Perché ricerche del genere abbiano un valore particolare dovrebbero quindi essere eseguite secondo uno schema simile, per esempio, a quello che si descrive qui appresso:

a) i soggetti esaminati a fondo da una équipe di psicologi e psichiatri vengono inviati agli psicoterapeuti che hanno scelto;

b) alla fine della cura — o almeno non prima di un tempo minimo previsto — gli stessi pazienti vengono controllati dalla stessa équipe che valuta il livello di miglioramento ottenuto da ogni singolo individuo rispetto a quello di altri pazienti curati con metodi differenti.

La difficoltà di istituire confronti del genere spiega perché oggi non si possa dire quale sia, in assoluto, il sistema psicoterapico che dà migliori risultati.

* * *

Interessanti, tuttavia, appaiono a questo proposito alcune ricerche cui chi scrive può, purtroppo, accennare solo di seconda mano prendendole di peso da H. Mosak (4). Si tratta di ricerche importanti perché comparative e perché gli effetti della psicoterapia non sono stati controllati col criterio abituale del livello globale di miglioramento ottenuto da un paziente (guarito, migliorato o invariato), ma in rapporto agli specifici vantaggi che i «curati» avevano ottenuto dal trattamento cui erano stati sottoposti. Così, da confronti comparativi eseguiti su pazienti sottoposti a terapia freudiana, rogersiana e adleriana, F. Fiedler ottenne risultati più simili per quanto riguardava la relazione terapeutica fra coloro che erano stati curati da psicoterapeuti esperti delle tre diverse Scuole che non fra i curati da terapeuti poco esperti della stessa Scuola: il che dimostrerebbe che il «valore» personale dello psicoterapeuta ha maggiore peso di quello della Scuola cui appartiene.

In un'altra ricerca dello stesso tipo, R. Heine controllando i risultati ottenuti fra i tre gruppi costituiti da otto pazienti per ognuna delle tre Scuole ottenne a un questionario di 120 affermazioni risposte molto simili: solo nel tentativo di individuare il «fattore» cui erano legati i vantaggi ottenuti poté mettere in evidenza che i soggetti sottoposti alla terapia psicoanalitica tendevano ad attribuire il loro miglioramento alla catarsi provocata dalle associazioni libere e al transfert, mentre quelli sottoposti a terapia rogersiana od adleriana mettevano in particolare risalto la personalità del terapeuta.

In una terza ricerca, infine, eseguita in collaborazione fra l'Istituto Adler di Chicago e il Centro rogersiano della stessa città, J. Shlien, H. Mosak e R. Dreikurs ottennero correlazioni significative dell'ideale del sé

in soggetti sottoposti a venti sedute di terapia rogersiana o adleriana e tali correlazioni si mantennero a distanza di un anno.

1.2. *Le obiezioni di Feyerabend al razionalismo scientifico e la necessità di dare vita a una psicologia che sia clinica e sperimentale.* Il razionalismo scientifico, che qui si è considerato come l'unico strumento idoneo a demarcare le proposizioni scientifiche dalle non scientifiche, sembra attualmente venire posto in crisi specialmente dall'atteggiamento assunto in tempi recenti da Feyerabend con la cosiddetta «epistemologia anarchica» cui si è già accennato. Feyerabend tende a dimostrare che la scienza non progredisce seguendo un solo metodo, ma valorizza idee e metodi e intenzioni che non rientrano nell'ambito del metodo scientifico per cui il pluralismo e la coesistenza di dottrine non scientifiche accanto alle scientifiche facilita il progresso. Il che nessuno gli contesta, se non per affermare che in tutto ciò il metodo scientifico non c'entra. Fra le «leggi» che regolano il progresso e quelle che regolano l'accertamento della «verità» di una proposizione vi è una differenza di fondo: una scoperta può essere fatta nei più diversi modi, per caso, per una intuizione, per interpretazioni originate da vecchi dati e in molti altri modi che non è qui il caso di rievocare, ma la validità della ricerca può essere dimostrata solo dalla «prova». I seguaci del metodo scientifico non hanno mai affermato che la scienza progredisce solo per merito del metodo razionalista, ma che a quest'ultimo spettano due funzioni: quella di essere *l'unico* modo di verificare se una «scoperta» è vera o falsa e quella di contribuire *anche*, e non da solo, al progresso scientifico. Il valore di questo metodo va quindi non soltanto ribadito, ma va anzi affermato che mai come ora esso è stato in grado di soddisfare le esigenze della verifica in psicologia clinica.

Karl Popper, il celebre epistemologo che fu vicino ad Adler in quel luminoso periodo intorno agli anni venti in cui, dopo la caduta degli Asburgo, Vienna divenne il centro di un rinnovato sapere nell'ambito della psicopedagogia e della psicoterapia — riferendosi all'opera di Freud e di Adler — affermava che i due sistemi, il freudiano e l'adleriano, erano da considerarsi entrambi pseudoscientifici, ma possedevano contenuti che potevano essere utili all'umanità, tanto che si poteva sperare che in tempi futuri si sarebbe potuto dimostrare ciò che in essi vi era di vero. Si può ritenere che i tempi per questa dimostrazione siano ora maturi: lo sviluppo della statistica parametrica e non parametrica e l'introduzione di molteplici strumenti di laboratorio altamente sofisticati permettono, infatti, oggi, di sottoporre ad analisi sperimentale, o comunque scientifica, proposizioni che una volta non si potevano dimostrare né come vere, né come false. È necessario, perciò, mobilitare tutte le energie per dare alla psicologia clinica un nuovo corso che deve essere caratterizzato da un più stretto rapporto fra clinici e sperimentalisti e fra i seguaci delle varie scuole. Vi fu un tempo in cui si parlava di psicoanalisi sperimentale; oggi è venuto il momento di dare vita ad una psicologia che possa dirsi per il suo contenuto clinico-sperimentale.

2. IL PLURALISMO CLINICO-PSICOLOGICO E LA PSICOLOGIA INDIVIDUALE.

2.1. *Il collocamento della psicologia individuale nell'ambito dei grandi sistemi.* Si può accettare, con le riserve che si vedranno, il collocamento della psicologia adleriana fra quelle psicologie che A. Maslow denomina di «terza forza» perché si collocano fra la psicoanalisi e il comportamentismo: i due sistemi più diffusi di psicoterapia, giustamente considerati come i poli estremi dello schieramento psicoterapico in quanto seguono nell'ambito della teoria, metodologia e pratica, indirizzi radicalmente antagonisti. Il primo problema che si presenta, dunque, a chi voglia tracciare una linea di demarcazione fra la psicologia individuale e gli altri sistemi è quello di delimitare i confini fra essa e i due sistemi cui si è accennato: il che risulta facile per la psicoanalisi e notevolmente difficile per il comportamentismo, perché alcuni nuovi atteggiamenti presi da certi settori dell'adlerismo moderno e i cambiamenti avvenuti nell'ambito di quello che si può chiamare il behaviorismo della terza generazione obbligano a rivedere le rispettive posizioni.

2.2. *Psicologia individuale e psicoanalisi.* Per quanto riguarda la psicoanalisi ci si può limitare a ribadire che essere adleriani oggi, come ai tempi di Adler, significa:

a) Muoversi fuori della teoria della libido che va respinta nelle sue linee generali, nell'evoluzione specifica delle sue fasi e nella presunta influenza che queste ultime eserciterebbero sullo sviluppo della personalità normale e patologica. Essere adleriani significa, come dichiara Adler in uno dei suoi articoli scritto nell'anno stesso della sua morte: «rompere con la tradizione che assume l'esistenza di forze interne quali istinti, tendenze o l'inconscio o altri contenuti irrazionali» (5).

Il rifiuto della teoria freudiana della libido, che costituisce uno dei pochi punti di contatto fra Adler e Jung, è dunque uno dei nodi cruciali di fronte a cui si trova chiunque voglia compiere la scelta fra Adler e Freud. Adler, infatti, va considerato come il capofila di quelle Scuole dette non libidiche da cui deriva quel filone di indirizzi culturalistici che trovano in Fromm, nella Horney e Sullivan i loro massimi rappresentanti definiti abitualmente come «postfreudiani», ma che potrebbero essere denominati, come molti ritengono, a pari titolo, «post-adleriani».

b) Il secondo fattore che caratterizza «per differenza» Adler da Freud, e che è rimasto immutato nel tempo, è la concezione dell'inconscio la cui «esistenza» è ammessa da Adler ma seguendo una tradizione che sembra trovare le sue radici nelle teorie prefreudiane dell'inconscio e in particolare in Hoffman. La tripartizione della mente nelle tre istanze dell'Es, Superego ed Ego, i meccanismi connessi con queste strutture, ivi compresi i meccanismi della formazione del simbolo, vanno respinti dall'adlerismo. È ovvio che, spogliato da queste sovrastrutture, l'inconscio acquisti nella psicologia individuale un significato radicalmente differente da quello che

gli dà Freud. Esso diventa ciò che noi non conosciamo di noi stessi; ciò che agisce in noi, ma non come una forza che si oppone per sua intrinseca natura alla coscienza e che ha un contenuto essenzialmente sessuale e rimosso: l'inconscio nella concezione adleriana collabora con la coscienza e possiede una notevole potenzialità creativa.

L'accettazione da parte di Adler dell'inconscio, sia pure in una accezione tutta particolare, ha fatto sì che molti studiosi, adleriani e no, tendessero a considerare la psicologia individuale come una psicologia del profondo: cosa assai discutibile almeno finché si intenderà per psicologia del profondo una psicologia che pone l'origine del comportamento umano in conflitti che si svolgono nelle tenebre della coscienza e in sovrastrutture di tipo metafisico. Va piuttosto inserito, secondo chi scrive, fra i meriti di Adler quello di aver rivalutato la coscienza in un momento in cui l'Io era considerato un fantoccio mosso da una serie invisibile di fili che partivano dall'inconscio.

c) La dottrina dell'autonomia dell'Io, seguita dagli psicoanalisti moderni, avvicina la psicoanalisi alla psicologia individuale, ma è un avvicinamento da parte della psicoanalisi verso Adler e non di Adler verso la psicoanalisi. La dottrina dell'autonomia dell'Io non comporta, infatti, alcuna negazione della struttura tripartita dell'inconscio. Gli stessi meccanismi di difesa dell'Io, che possono essere accettati dal più ortodosso adleriano, vanno intesi in un senso assai libero, cioè totalmente svincolati dalle sovrastrutture freudiane. Essi possono, infatti, trovare assai facilmente un loro specifico collocamento fra le più moderne concezioni della così detta «psicologia proiettiva» che trova nelle tecniche testologiche, dette appunto proiettive, la sua più eclettica espressione.

Dati questi rapporti essenzialmente negativi che intercorrono fra la psicologia individuale e la psicoanalisi, sarebbe utile rivedere e ridefinire anche il significato di certi termini freudiani come «resistenza» e «transfert», per esempio, assai usati anche da non freudiani.

2.3. *Psicologia individuale e comportamentismo.* È noto come tradizionalmente sia stata sempre ritenuta incompatibile una relazione tra questi due orientamenti, sia in sede teoretica che clinico-operativa. Il che era senz'altro giustificato ai tempi in cui il behaviorismo balbettava e la psicologia individuale riduceva la sua attività, da un lato, a una psicoterapia di tipo duale e, dall'altro, ad una psicologia dell'educazione. Ma oggi non è più così. La psicologia adleriana ha allargato i suoi confini ed invasa quasi ogni settore della psicologia applicata: i programmi degli Istituti Adler degli Stati Uniti che preparano alla professione di psicologo individuale prevedono corsi che abilitano all'esercizio di un notevole numero di attività pratiche. Allo stesso progresso è andata incontro la psicologia del comportamento: ai tempi di Adler, Pavlov aveva già scoperto il riflesso condizionato, oggi definito come classico; Watson e la Rayner avevano già sino dal 1920, fatto i primi esperimenti sul piccolo Albert con cui dimostravano la possibilità di interpretare la genesi delle fobie attraverso un condizionamento classico e la Jones, quattro anni dopo, aveva già fatto

primi tentativi di terapia delle fobie per condizionamento sul piccolo Peter. Ma si trattava allora di esperimenti il cui avvenire non era possibile prevedere. Ora, dopo la scoperta del condizionamento operante da parte di Skinner e gli sviluppi imposti alla teoria dai comportamenti della seconda generazione, il comportamentismo è arrivato alla sua terza fase e ha dato alla psicologia clinica con Eysenck, per non citare che lui, un impulso tale da imporre un riesame dei rapporti tra le due dottrine. Si noti inoltre che il comportamentismo oggi si presenta come una tecnica che permette non solo un'analisi del comportamento umano, ma anche e soprattutto una sua possibile modificazione. E non può essere sottovalutato il fatto che il behaviorismo moderno rappresenta una dottrina che non solo affonda le sue radici nei laboratori di psicologia sperimentale, ma che è in grado di dare più facilmente di altre dottrine la prova della sua efficacia. Il confronto fra i due sistemi va dunque fatto: e fatto tanto a livello operativo che a livello teoretico.

Sul più semplice piano operativo — sul quale chi scrive ha da sempre ritenuto possibile applicare metodi behavioristici — il confronto appare facile. Si può, cioè, sostenere che: a) *l'incoraggiamento adleriano può essere assimilato a un rinforzo positivo*; b) *che molte tecniche di incoraggiamento elaborate da R. Dreikurs contengono intuizioni ed assumono la forma d'un procedimento behaviorista riportabile a principi che stanno alla base dell'apprendimento*; c) *che, indipendentemente da ogni divario che possa sussistere fra le due teorie, vi sono un «momento» e un «modo» in cui una tecnica behaviorista può essere introdotta in un progetto terapeutico adleriano, senza sconvolgerne la coerenza*. Il «momento» è quello in cui l'analisi dello stile di vita è stata portata a termine e al paziente è stata data l'interpretazione del suo comportamento; il «modo» è quello di introdurre, accanto alle tecniche classiche d'incoraggiamento, o al loro posto, tecniche comportamentali. Personalmente chi scrive, in certi casi di agorafobia, ha costantemente applicato, come tecniche di incoraggiamento, tecniche behavioriste, costituite da esercizi di allontanamento dalla casa eseguiti in modo graduale, sistematico, ripetitivo, e con tutti i crismi richiesti dalle tecniche comportamentali. Forse, a questo proposito, non è inutile ricordare qui, per inciso, che Adler, quando da fanciullo era turbato dalla paura di attraversare una via che riteneva passasse accanto a un cimitero, prendendo il coraggio a quattro mani, decise di rifare più volte avanti e indietro il tragitto incriminato finché la paura non si dileguò. Egli adottò quindi, ante litteram, una tecnica di incoraggiamento che realizzava nella sua rudimentale semplicità un metodo comportamentale il cui significato era quello di dimostrare che *il coraggio può essere appreso e che la ripetizione di un atto che ha avuto successo consolida un risultato*.

* * *

Se nel settore operativo non si scorgono ostacoli particolari nell'uso di determinate tecniche comportamentali, non così si può dire delle proposte fatte da F. Schulz von Thun (6) sulla «Zeitschrift für Psychologie» del 1978 e che mettono in evidenza analogie più profonde fra le due Scuole: il che obbliga ad un confronto col comportamentismo a livelli più alti di quelli finora considerati. Non è possibile in questa sede analizzare le tesi sostenute da Schulz: si andrebbe troppo oltre i limiti entro i quali deve essere contenuta questa relazione. Qui ci si limita, perciò, ad accennare solamente, e di sfuggita, ad alcuni punti la cui importanza sembra fondamentale per scoprire quelle che si potrebbero chiamare le «analogie nascoste» fra i due sistemi.

Partendo dall'ormai classico schema comportamentale che interpreta i disturbi neurotici come provocati da un condizionamento classico di tipo pavloviano e mantenuti da un condizionamento operante di tipo skinneriano, Schulz rileva l'analogia che vi è tra la *ricerca del rinforzo* che mantiene il sintomo, problema basilare per i comportamentisti, e la *ricerca dello scopo*, che persegue il sintomo, problema altrettanto basilare per gli adleriani. Giustamente Schulz nota come la profonda differenza che vi è fra la concezione teoretica del sintomo propria della psicologia individuale e la concezione antimentalistica propria del comportamentismo perda di valore di fronte a una simile analogia. Entrambe le Scuole vanno, infatti, alla ricerca della stessa cosa: cioè delle conseguenze provocate dal comportamento e temono che esse «aggravino» il comportamento stesso. Il che sul piano teorico sembra ridursi a una differenza di linguaggio: il behaviorista teme che le conseguenze rinforzino il comportamento stesso, l'adleriano teme che esse adeguino il comportamento alla «finalità» che persegue il sintomo. Si noti ancora come per entrambe le Scuole il rapporto fra il sintomo e la sua conseguenza non sia noto al paziente: sia, cioè, inconscio.

Non meno importante sembra il valore che Schulz dà a quella che per gli adleriani classici è la «Domanda» per antonomasia («Che desiderio esprimerebbe lei se con una bacchetta magica una fata potesse esaudirla?»). La risposta utile nell'analisi adleriana non è meno utile per il comportamentista; si può, infatti, dedurre da essa quali sono gli avvenimenti esistenziali che il paziente tende ad evitare coi suoi sintomi. Anche qui, nota Schulz, è irrilevante, o può apparire irrilevante, il fatto che i comportamentisti interpretino la «fuga» dalla realtà come conseguenza di insufficienze dell'apprendimento, di ansie condizionate, di aspettative deluse, mentre Adler parli di sentimento di inferiorità in quanto vede nella neurosi un «arrangiamento» che permette al soggetto di evitare i compiti della vita senza apparire un fallito o un essere che si colloca al di sotto della media. Due interpretazioni diverse, quindi, ma che secondo Schulz rappresentano, sia pure come caso particolare, un punto di contatto fra i due sistemi in quanto in entrambi i casi *non si considera il disturbo neurotico come espressione di una dinamica conflittuale profonda*.

Un terzo punto che Schulz discute e che permette di rilevare altre somiglianze e dissomiglianze tra i due sistemi riguarda il trattamento. Le somiglianze riguardano lo sforzo comune insito nei due sistemi nel volere

eliminare i sintomi che «rafforzano» il disturbo neurotico: il comportamentista, infatti, consiglia ai parenti del paziente di non rinforzare con compassione, aiuto, dedizione le problematiche comportamentali del congiunto e il terapeuta adleriano fa lo stesso. Dreikurs consiglia all'insegnante di non rispondere in base ai sentimenti che il soggetto suscita in lui, ma in modo opposto. Inoltre sussiste un accordo tra i due sistemi nell'ammettere che lo smantellamento puro e semplice del sintomo non ha significato. Il sintomo smantellato lascia, infatti, una lacuna che viene sostituita da un altro sintomo che in genere è costituito da un precedente comportamento. Entrambi i sistemi ritengono, perciò, che allo smantellamento del sintomo deve seguire una ricostruzione della personalità. E qui si rilevano le dissomiglianze, in quanto la ricostruzione è vista in modo differente dalle due Scuole: il comportamentista tende a stabilizzare il deficit con un training circoscritto e specifico, lo psicologo individuale invece tenta di ristrutturare la personalità nel suo insieme.

Con queste ed altre esemplificazioni che qui si omettono, Schulz tende a dimostrare — non senza ragione secondo chi scrive — che fra comportamentismo e psicologia individuale le differenze sono meno radicali di quanto appaiono a prima vista, tanto che lo psicologo tedesco arriva a porre il problema di una possibile integrazione reciproca di certi contenuti dei due sistemi.

Si è dato così largo spazio al discorso di Schulz perché si è ritenuto che esso fosse poco noto da noi e che non avesse avuto né da parte nostra né da parte dei comportamentisti quell'attenzione che merita. Le tesi di Schulz pongono il problema dei rapporti tra psicologia individuale e behaviorismo ad un livello differente da quello che si è precedentemente discusso in rapporto all'introduzione delle tecniche di incoraggiamento di tipo comportamentale nella terapia: in quest'ultima situazione, infatti, il modo e il momento in cui era prevista l'introduzione delle tecniche comportamentali non disturbavano la coerenza del sistema: nelle situazioni prospettate da Schulz, invece, vengono investiti direttamente i fondamenti della teoria. Si tratta quindi di un grosso problema che può trovare la sua soluzione soltanto dopo ricerche particolari che tengano presenti nello studio clinico dei casi entrambe le ipotesi, confrontandole a ogni livello della ricerca. È una indagine del genere, che metta provvisoriamente «fra parentesi» causalismo e finalismo, unigenesi e plurigenesi delle neurosi, origine interpersonale e intrapsichica delle stesse, che permetterà di stabilire se, e entro quali limiti, sia possibile un'integrazione reciproca di certi contenuti dei due sistemi.

2.4. *Psicologia individuale e psicologia umanistica.* Esplicitati i rapporti che sussistono fra i due «massimi sistemi» e la psicologia individuale, rimane da rettificare il collocamento dell'adlerismo nell'ambito della psicologia umanistica: problema che non sembra difficile risolvere. La psicologia adleriana, infatti, nella sua struttura è una psicologia umanista e tale rimane nell'ambito del classico trattamento «duale», ma i compiti che la psicologia individuale assolve vanno tanto al di là dei rapporti

duali, specie nell'ambito della psicologia di gruppo e applicativa, che essa finisce col trascendere l'impegno umanistico. L'adlerismo è, quindi, qualcosa di più d'un sistema umanista, esso è un sistema che ha una propria via, un proprio schema teoretico e un proprio modo di operare. Senza voler fare del «patriottismo di Scuola», sembra possibile affermare che Adler, come Freud e Jung, è il capofila d'una Scuola e che la psicologia individuale va considerata come la matrice che sta alla base di un modo particolare di concepire la natura dell'uomo e dei suoi problemi.

3. I FONDAMENTI DELLA PSICOLOGIA INDIVIDUALE

3.1. *Le principali proposizioni dell'adlerismo.* Le proposizioni fondamentali che caratterizzano l'adlerismo sono state riassunte da Adler nel già citato articolo scritto nel 1937, l'anno stesso della sua morte, e ripubblicato a cura degli Ansbacher in «Superiority and Social interest» (5). Le proposizioni che Adler pone alla base del suo sistema e che gli Ansbacher sintetizzano in sei, riguardano fondamentalmente la teoria della personalità, da cui la psicoterapia deriva. È questo scarso nucleo di idee esposte in poche righe che costituisce l'adlerismo e che qui si considera di vitale importanza. Si potrebbe partire da altri presupposti quali quelli riassunti da Ellenberger (7) nella magistrale esposizione della psicologia individuale che fa nella sua «Scoperta dell'inconscio»: ma i presupposti, chiamati assiomi, con cui Ellenberger sintetizza l'adlerismo vanno al di là della teoria della personalità di cui ci si vuole occupare qui ed investono l'adlerismo in ogni suo aspetto storico, teoretico ed applicativo. Ci si limiterà pertanto, nelle brevi considerazioni che seguono, a riferirsi soltanto allo scritto adleriano.

* * *

Il primo principio enunciato da Adler riguarda l'unità e la coerenza interna della personalità (self-consistency): principio, riteneva Adler, contro il quale non può essere sollevata alcuna obiezione e che abitualmente viene reso con il termine di «globalismo» o di «olismo», secondo una nomenclatura introdotta successivamente da Smuts con cui Adler era in rapporto. È questo principio che ha dato il nome al sistema quando, nel 1913, gli adleriani vollero designare il loro gruppo con un nome che esprimesse l'idea centrale della loro dottrina che, come nota Furtmüller (8), «era quella che» le varie azioni ed idee di un individuo non potevano essere spiegate come causate da forze psichiche isolate come pulsioni o motivate da certe esperienze isolate come i traumi, ma solamente in connessione con la globalità della personalità dell'individuo (whole of individual's psychic picture).

Il primo principio — che è derivato, in «parallelo», dall'anatomo-patologo Aschoff — trova il suo riscontro, secondo quanto lo stesso Adler sostiene, nella teoria della Gestalt. Il che a livello di un'intuizione clinica appare corretto ed è ribadito da due corollari su cui Adler spesso insiste

e cioè: che un «sintomo considerato fuori dal contesto globale della personalità che lo esprime ha lo stesso valore di una nota isolata da una melodia» e che «lo stesso sintomo assume significati diversi a seconda del contesto in cui si presenta». Clinicamente i due corollari appaiono ineccepibili, ma la teoria del globalismo acquisterebbe certamente una maggiore omogeneità e precisione, anche per quanto riguarda i suoi collegamenti con la Gestalt, se si precisassero con un terzo corollario quale sia il principio organizzatore che presiede alla unificazione dei contenuti e quali siano i limiti dell'unità e della coerenza. Il corollario dovrebbe suonare così: *«Le varie azioni e le idee di un individuo in tanto sono unite e coerenti in quanto collegate con un principio organizzatore che è l'attività diretta verso una meta»*. È ovvio che l'accettazione di un corollario formulato in questo modo non avrebbe un valore meramente formale, ma implicherebbe la esplicita ammissione che possono sussistere nella personalità delle zone autonome indipendenti dal principio organizzatore.

L'unità e la coerenza della personalità, sono, secondo Adler, riconoscibili all'esame clinico tanto sul piano «orizzontale» che su quello «longitudinale». La coerenza, cioè, fra il sentire, il pensare e l'agire che si riscontra in un individuo in un momento dato si rivelerebbe anche quando si ricerca il filo storico che congiunge le manifestazioni attuali di un soggetto con quelle passate. Come è noto, è in base all'applicazione di questo principio che Adler ha scoperto l'importanza dei primi ricordi. È legittimo chiedersi quale sia la validità di questi due assunti. Per quanto riguarda il primo assunto, si può raggiungere la sua prova, sul piano clinico, quando nell'analisi di un caso si applichi quel procedimento diagnostico per inferenze successive che Adler usava e che gli permetteva di commentare in pubblico con successo storie cliniche di casi da lui mai visti e conosciuti. Le opere di Adler contengono molteplici esempi del genere e il «caso di Mrs. A» ne è un esempio tipico. Sembra che questo metodo non venga più applicato oggi nella dimostrazione di casi clinici e che si preferisca illustrare i casi attraverso l'analisi dello stile di vita, come ha fatto Shulman negli ultimi Congressi internazionali: è opinione di chi scrive però che chiunque voglia usare il metodo che usava Adler in lezioni, se ha una sufficiente esperienza della tecnica e della pratica della psicologia individuale, otterrebbe la prova della validità degli assunti che stanno alla base della dimostrazione.

Per quanto riguarda la costanza che certi atteggiamenti avrebbero dall'infanzia all'età adulta, essi sono almeno in parte dimostrabili attraverso l'analisi abituale dello stile di vita: sarebbe opportuno però che fossero raccolte delle psicografie per dimostrare entro quali limiti l'assunto sia valido.

* * *

Il secondo principio riguarda il modo in cui l'individuo si comporta di fronte ai problemi della vita che vanno cambiando. «È decisiva — da questo punto di vista per Adler — l'opinione che l'individuo si è formata

di se stesso e dell'ambiente con cui si confronta». Questo assunto che sta alla base dello stile di vita e che, in un certo senso, si identifica con esso, permette di inquadrare la teoria di Adler nell'ambito di quelle concezioni che pongono nella variabile intermedia fra lo stimolo e la risposta il significato del comportamento umano. Il fatto che l'uomo non risponda agli stimoli o alle situazioni con riferimento alle caratteristiche obiettive con cui si presentano è ormai acquisito alla psicologia. Ed è un principio che è importante mettere in evidenza in sede di revisione dei rapporti tra adlerismo e psicologia comportamentale. Se un tempo, infatti, questa variabile intermedia rappresentava un ostacolo invalicabile che divideva la psicologia adleriana dalla comportamentale, oggi, dopo l'introduzione della variabile intermedia in alcuni settori della psicologia S-R e certi timidi studi che stanno nascendo intorno alla psicologia del sé fra comportamentisti della terza generazione, questo tipico concetto adleriano non ostacola più una possibile mediazione fra behaviorismo e adlerismo.

* * *

Il terzo principio è formulato da Adler in modo che, da un certo punto di vista almeno, può apparire insolito. Esso è definito come la tendenza che spinge l'uomo a *lottare per il successo*. Può meravigliare in questo enunciato la dizione di lotta per il successo al posto della «formula» classica e più universale di un'attività diretta verso una meta («goal directed activity»), ma la dizione è meno equivoca di quanto non sia stato a suo tempo il termine infelicissimo di «volontà di potenza» che aveva fatto apparire Adler come un niciano. Si sa infatti dagli espliciti interventi dello stesso Adler e di suo figlio Kurt che la forza dinamica che guida gli uomini verso un fine va vista come un movimento che sale dal basso verso l'alto; che la meta, «oggetto» dell'aspirazione, si può esprimere in una miriade di modi e che l'aspirazione al potere non è che uno di questi modi. Tenendo conto di questi chiarimenti, l'uso della dizione «successo» non diventa che un modo generico, non certo felice, di definire la meta puntando più sul sentimento che provoca il suo raggiungimento che non sul suo contenuto obiettivo.

Le varie modalità di tendere verso un fine sono tutte vissute ad un livello variabile di inconscienza per cui uno degli scopi dell'analisi adleriana è quello di rendere l'individuo consapevole del fine cui tende. Scoprire il contenuto della meta e le strategie che il soggetto usa per raggiungerla è dunque il primo obiettivo che l'analisi adleriana si deve porre ed è in questo senso che appare come particolarmente pertinente la definizione di «teleanalisi» che dà Dreikurs dell'adlerismo.

La finalità cui tendono gli esseri umani — che seguendo le leggi aristoteliche della causalità si può considerare una «causa finalis» — interviene, secondo Adler, non solo come una chiave di lettura che permette di interpretare nel suo complesso la personalità umana normale, ma anche come una chiave che permette di interpretare il senso dei singoli sintomi: cosa che può suscitare qualche perplessità. Per quanto in questa relazione non

si vogliano affrontare problemi strettamente psicopatologici, non ci si può esimere dal mettere in evidenza che questo assunto non può essere accettato in assoluto: vi sono lavori come quelli di B. Shulman e H. Mosak (9) che dimostrano la possibile interpretazione teleologica dei sintomi, ma i limiti entro cui il finalismo giustifica i sintomi ed esclude l'intervento di fattori causali non è chiaro. È certo che la pubblicazione di storie cliniche con l'interpretazione dei singoli sintomi e del loro intrecciarsi ed influenzarsi reciprocamente sarebbe di grande giovamento per la pratica e di chiarimento per la teoria.

* * *

Il *quarto principio* è costituito dal *sentimento comunitario*, detto dagli anglosassoni, con l'approvazione dello stesso Adler, «social interest», termine che male rende, secondo chi scrive, il senso di Geheimnisheitsgefühl.

Il sentimento comunitario è stato studiato nel modo più completo da H.L. Ansbacher, il quale ne riconosce la natura composita e ne distingue due aspetti, uno «oggettuale» e l'altro «processuale». Il primo aspetto si riferisce alla dimensione del sentimento che può essere inteso come «cosmico» — e riferirsi ad ogni aspetto della realtà — o «circostritto» e riferirsi al solo mondo sociale e costituire quello che viene abitualmente definito come «sentimento di appartenenza». Nel suo aspetto detto «processuale», invece, il sentimento comunitario può essere considerato come una attitudine potenziale che si esprime a sua volta in due modi: come sentimento di collaborazione («comprendere gli altri ed entrare con essi in un rapporto empatico») e di valutazione («distinguere ciò che sta dalla parte utile da ciò che sta dalla parte non utile della vita»).

Quando si parla di sentimento comunitario non si deve dimenticare l'importanza storica che ha questo sentimento per l'adlerismo e più in generale per la psicoterapia. Con l'introduzione del sentimento comunitario, infatti, Adler impone alla psicoterapia il più grosso mutamento della sua storia: il passaggio dal «naturalistico» al «sociologico», dal «medico» al «culturalistico». Cronologicamente, il sentimento comunitario è stato introdotto da Adler alla fine della prima guerra mondiale, quasi una decade dopo la pubblicazione del suo primo capolavoro, «Il temperamento nervoso». La rivoluzione che ha causato l'introduzione di questa nuova dimensione in medicina è nota. Quando Adler ritornando dalla guerra, trasformato dalla esperienza vissuta come ufficiale medico dell'esercito austriaco, parlò ai suoi seguaci del sentimento comunitario provocò un fermento. Molti di essi si ribellarono perché sentivano che la barriera della medicina era stata superata e che si stava entrando in un mondo nuovo in cui un sentimento che si ispirava anche all'amore per l'altro veniva introdotto come un caposaldo della psicoterapia. A tale sentimento, infatti, a parte la funzione che gli si attribuiva come correttivo della aspirazione neurotica al potere veniva data la stessa dignità dell'attività diretta verso una meta. Il sentimento sociale va considerato, infatti, come uno dei due parametri su cui si fonda la psicologia individuale e che dà alla psicoterapia una

finalità etica. Va rilevato dunque che storicamente è Adler e non la Scuola culturalista americana che ha introdotto in psicologia clinica quelle variabili che vedono nella interazione tra gli esseri sociali uno dei fattori — se non il principale — che provoca la neurosi.

L'esistenza di un sentimento comunitario sfugge al criterio del vero e del falso. Esso non può essere dimostrato. Non ha bisogno della giustificazione naturalistica che Adler tentava di dargli facendolo derivare dalle condizioni in cui viene al mondo l'essere umano, che sono quelle del più debole degli esseri viventi. Esso è o non è: chi non ce l'ha non può fare lo psicoterapista.

I due ultimi principi, il quinto e il sesto, riguardano la *unicità* della persona umana e la *creatività* che sono intimamente connesse al concetto di stile di vita che oggi, nell'adlerismo moderno, assume la duplice veste di una sintesi teoretica del sistema e di uno strumento clinico-diagnostico.

L'unicità della persona umana, nel senso di irripetibilità della stessa, non ha bisogno di commenti: è un dato di fatto ammesso persino dai comportamentisti moderni. Della creatività invece va rilevato l'intrinseco carattere filosofico che possiede e che rivela il determinismo parziale dell'adlerismo (il *soft determinism* degli anglosassoni). Essendo lo stile di vita elaborato dall'individuo attraverso il modo in cui vive gli stimoli e vi risponde, l'uomo diventa, per usare un termine tipicamente adleriano, il creatore di se stesso, l'artefice e l'opera d'arte, un «actor» e non un «reactor».

3.3. *Significato dell'esclusione del sentimento di inferiorità dal contesto dei principi fondamentali dell'adlerismo.* Va notato come nello scritto in cui Adler elenca i principi fondamentali della psicologia individuale non sia nemmeno nominato il sentimento di inferiorità: sentimento la cui scoperta ha reso Adler famoso nel mondo e che è penetrato ormai nel linguaggio della vita quotidiana. Ma il fatto non deve destare sorpresa perché il collocamento del sentimento di inferiorità nell'ambito della dinamica intrapsichica della personalità è stato sempre incerto in Adler. È noto, infatti, come Adler avesse dato al sentimento di inferiorità collocamenti contrastanti: esso è stato considerato, ora, come una fondamentale dimensione della natura umana («Essere uomini significa sentirsi inferiori»), ora come facente parte di un binomio in cui sentimento di inferiorità e di superiorità si presentano come una coppia inseparabile, o, infine, come il risultato di un confronto fra sé e gli altri. Sembra, quindi, che Adler in questo scritto faccia una scelta non espressa che può essere questa: il sentimento di inferiorità è una *variabile dipendente che è latente negli esseri umani, ma che si manifesta solo quando si subisce o si teme un insuccesso*: solo quindi quando l'attività diretta verso una meta fallisce il suo scopo.

4. LO STILE DI VITA COME SINTESI DELL'ADLERISMO MODERNO E STRUMENTO DIAGNOSTICO

4.1. *Lo stile di vita come definizione.* Lo stile di vita è la concezione centrale dell'adlerismo moderno. Esso è stato descritto da Adler nel corso della sua vita con varie denominazioni che Ansbacher ha elencato, ma le più importanti delle quali, e che meglio ne chiariscono il significato, sono senza dubbio il «metodo di affrontare i problemi» e «la opinione che ha uno di se stesso e dei problemi della vita». Il concetto dello stile di vita dopo la scomparsa di Adler è stato approfondito e sviluppato, fra gli altri, da Ansbacher, Dreikurs, Mosak e Shulman. Lo stile di vita si presenta oggi, sul piano teorico, come una struttura che può considerarsi omologa per importanza e valore a quella che per i freudiani è la tripartizione della mente nelle istanze dell'Io, del Super-Io e dell'Es. Sul piano metodologico, invece, lo stile di vita assume la funzione di uno strumento diagnostico che permette un esame sistematico della personalità secondo schemi preordinati (10).

In pratica lo stile di vita è «scomponibile» artificialmente in uno schema appercettivo e in uno schema comportamentale. Come schema appercettivo, esso è centrato sulla visione di se stesso e del mondo: visione che l'individuo ha cominciato a elaborare sino dall'infanzia, secondo Adler, sino dall'età di quattro-sei anni, e che ha in seguito rafforzato con le successive esperienze esistenziali, vissute in genere sotto l'influenza delle sue prime convinzioni o pregiudizi. Queste convinzioni riguardano tutti gli aspetti della vita, che B. Shulman ha classificato, nel migliore dei modi possibile, in convinzioni che riguardano il sé corporeo, la propria identità sociale (in senso quasi anagrafico), l'immagine di sé, la visione cosmica e sociale del mondo, gli ideali e i principi etici.

L'aspetto comportamentale dello stile di vita riguarda il *modo* col quale l'individuo reagisce agli stimoli appercetti e le strategie che segue per raggiungere la meta cui aspira (il cosa fare e il come fare).

4.2. *Lo stile di vita come problema.* La concezione dello stile di vita presenta molti problemi di cui due — che riguardano rispettivamente la nomenclatura e il giudizio morale — sembrano i più importanti.

Il problema della nomenclatura concerne l'estensione del concetto di stile di vita. Secondo alcuni adleriani per stile di vita va inteso solo il *modus vivendi* (lo schema appercettivo), mentre il *modus operandi* (lo schema comportamentale) andrebbe scisso dal *vivendi* e denominato «piano di vita». Questa scissione sarebbe giustificata dal fatto che due soggetti possono avere la stessa visione di se stessi e del mondo ma comportarsi in modo differente: avere cioè lo stesso *modus vivendi*, ma non lo stesso *modus operandi*.

B. Shulman, invece, considera lo stile di vita come un insieme di convinzioni che l'individuo si è formato e che riguardano non solo le opinioni su se stesso e la vita, ma anche le opinioni sul cosa fare e come fare. Il *modus operandi* diventa quindi, secondo la concezione di Shulman, il

risultato di una conclusione che l'individuo trae dalle riflessioni che ha fatto su se stesso e la vita. È *come se* l'individuo pensasse: «io sono fatto così, la vita è fatta così, *perciò* io devo comportarmi così». Il «*perciò*» rappresenta il legame tra le due parti dello stile di vita: trasforma lo stile di vita in un'unità coerente esprimibile in proposizioni che si potrebbero tradurre in formule. Shulman dà degli esempi di queste formule, una delle quali è la seguente: «Io sono debole, la vita è dei forti, *perciò* io devo seguire sempre il più forte». Non vi è chi non veda come lo stesso schema appercettivo («Io sono debole, la vita è dei forti...») possa condurre a conclusioni comportamentali differenti (a «*perciò*» differenti), ma senza che la struttura unitaria dello stile di vita ne venga modificata. Si possono così immaginare, fra le tante varianti possibili dello schema comportamentale, modificazioni come le seguenti: «Io sono debole e la vita è dei forti, *perciò* io posso riuscire soltanto usando l'astuzia, la spregiudicatezza, l'inganno». Oppure ancora: «Io sono debole, la vita è dei forti, *perciò* devo studiare, lavorare di più per raggiungere una posizione che mi dia di per se stessa il potere».

Il secondo problema che pone lo stile di vita riguarda gli errori che l'individuo commette nelle decisioni che prende. Siccome le concezioni che stanno alla base dello stile di vita si sono formate sino dall'infanzia, esse contengono molti «errori» nel modo di valutare se stessi e la vita e nel decidere sul cosa fare e come fare. Si tratta di «errori» che la terapia ha il compito di identificare, ridurre o eliminare. Shulman riesce a dare una prima classificazione di questi errori. Ma si tratta di un argomento troppo complesso; discutere su una classificazione del genere, tanto affascinante quanto problematica, ci porterebbe troppo in là, ai limiti della filosofia morale e alle basi stesse della psicoterapia. L'argomento va discusso quindi in altra sede e in altre occasioni.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI E NOTE

- 1) P.K. FEYERABEND: « Contro il metodo », Feltrinelli, 1979.
- 2) Il Congresso non è stato molto ortodosso in senso umanistico e vi sono state proposte di metodi che uscivano dalla pur ampia cerchia dei metodi umanistici.
- 3) L.J. SIMON: « The political Unconscious of Psychology: Clinical Psychology and Social Change », « Professional Psychology », 1970, 1, 331.
- 4) H.H. MOSAK e R. DREIKURSG « Adlerian Psychotherapy » in R. CORSINI: « Current Psychotherapies ». F.E. Peacock Publishers, Itasca, 1973.
- 5) A. ADLER: « Superiority and Social Interest. A Collection of Later Writings ». A cura di H.L. Ansbacher e R. Ansbacher, W.W. Norton, N. York, 1979.
- 6) F. SCHULZ VON THUN: « Dialog zwischen der individualpsychologie Alfred Adlers und der modernen Verhaltenstherapie », « Zeitschrift für Individualpsychologie », 1978, 3, 1-13.
- 7) H.F. ELLENBERGER: « La scoperta dell'inconscio », Boringhieri, 1980.
- 8) C. FURTMÜLLER: « Alfred Adler. A Biographical Essay ». Parte VI di « Superiority and Social Interest » (Vedi n. 5 di questo elenco).
- 9) B. SHULMAN e H. MOSAK: « Various Purposes of Symptoms », in B. SHULMAN: « Contributions to Individual Psychology, Selected Papers », Alfred Adler Institute, Chicago.
- 10) Nella relazione si accenna soltanto allo schema di Shulman che si trova descritto nei « Selected Papers » sopra citati. Qualche informazione sullo stile di vita si trova anche nelle introduzioni a due opere di Adler pubblicate dalla Newton Compton (« Psicologia dell'educazione » e « La psicologia individuale nella Scuola »). Interessante è anche una monografia distribuita dall'Istituto Adler di Chicago: D. Eckstein - L. Baruth - D. Mahrer (« Life Style: What it is and how to do it »).