

A. MASCETTI - F. MAIULLARI

L'ANALISI DELLO STILE DI VITA, MOMENTO CRUCIALE E UNIFICANTE DI OGNI INTERVENTO PSICOTERAPEUTICO ADLERIANO

L'originale concezione adleriana dello «stile di vita» ci mostra in maniera riconoscibile e inequivocabile, più di ogni argomentazione accademica sull'origine del suo pensiero e sui contributi a lui offerti da altri autori, come l'ideatore della Psicologia Individuale abbia brillantemente risolto i dilemmi abituali, che oppongono le modalità teoriche d'approccio a quelle pratiche d'intervento in ogni costruzione psicologica o psicoanalitica. Lo stile di vita di ognuno è visto come il punto di incontro tra le sue fantasie realizzative e le sue reali capacità di raggiungerle.

È l'insieme di tutte le tattiche sperimentate, poste al servizio della strategia di fondo ideata dal soggetto, per superare le difficoltà incontrate e per raggiungere la mèta prefissata.

Gli assunti di base della visione adleriana dell'uomo sono racchiusi nelle varie modalità espressive dello stile di vita di ognuno di noi.

Ecco allora che lo stile di vita di ciascuno appare individuale, unico, scelto, creato, collaudato, dinamico, perennemente in bilico fra il desiderio di successo nei confronti dell'altro e il bisogno dell'altro; giocato sempre in un contesto fittizio e di sogno, nella ricerca di una realtà da conquistare.

A noi sconosciuto, inconsapevolmente vissuto, dalle finalità segrete, è la nostra lama e il nostro scudo; è il nostro segnale, più avvertito dagli altri che da noi stessi.

Dove il conscio e l'inconscio, il concreto e l'astratto, il sublime e il quotidiano si fondono con incessante attività volta a uno scopo, a una mèta, che assume alla fine i caratteri e i segni della trascendenza, della metafisica. O forse religiosità tutta umana che trova le sue scaturigini nell'idea dell'uomo, che non vuole soccombere alle sue debolezze, che non vuole abdicare ai suoi compiti fondamentali, che cerca di promuovere il suo destino e di realizzare i suoi disegni di affermazione e di comunione.

La Psicologia Individuale, d'altro canto, è una psicologia pragmatica, concreta, centrata su obiettivi fondamentali per l'uomo che cerca una soluzione pratica, conveniente, utile, dei suoi problemi.

Ogni modalità, ogni tecnica psicoterapeutica, che voglia definirsi adleriana, sia essa individuale o di gruppo, di breve o di lunga durata, discretamente praticata nel chiuso di uno studio o all'aperto giocata coi modi dello psicodramma, deve fatalmente imbattersi nello stile di vita presentato

dal soggetto. Modalità essenziale, esistenzialmente pregnante, tipica di ognuno, carica di destino e di storia, semplice nella sua multiformità, chiara nella sua elusione, vigile nella sua dimenticanza. È il nodo da sciogliere, il bandolo della matassa da srotolare, il centro delle conflittualità nevrotiche.

Non è possibile gestire un rapporto psicoterapeutico di stile adleriano, senza tale qualificante ricognizione, senza dover rendere chiaro e leggibile il nostro modo relazionale, il succedersi degli eventi della nostra storia, finalizzati alla mèta, fittizia o reale che sia, da raggiungere.

Alla stessa maniera conosciuti e risolti devono essere i modi espressivi del terapeuta, che interagisce con il particolare «stile di vita» del paziente, con una capacità d'incontro ricca di solidarietà e di rispetto.

Di qui la possibilità e la necessità di un transfert positivo, che quasi sempre riesce, già dalle prime battute; momento fondamentale ed essenziale della modificazione che il soggetto dovrà operare.

Anche tale modalità di approccio è tutta permeata di «stile adleriano»: è semplice ma non semplicistica, duttile, non chiusa in rigidi orpelli, rassereneante ma non permissiva, stimolante e incoraggiante, non direttiva; il più possibile libera, sinceramente paritaria.

La particolare modalità transferale di un trattamento psicoterapeutico adleriano, viene chiarita fin dalle prime battute dell'incontro e decisamente ribadita lungo tutto l'arco della vicenda, in modo che il soggetto intuisca e assimili, senza inutili e spesso estenuanti lungaggini, quelle modalità che saranno decisive per il suo cambiamento.

Stile relazionale dunque non drammatizzato, scevro da rigide regole e consuetudini, lineare, amichevole, tendente a sciogliere le tensioni transferali invece che solleccitarle con modalità silenziosamente provocatorie, esistenzialmente paritario, solleccito, senza essere ansiogeno.

Psicoterapia allora come accettazione del diverso, del sofferente, dell'abnorme; come capacità di avvertire i segnali contraddittori e paradossali, di intuire i tortuosi sentieri che costellano l'esistenza nevrotica, le bizzarrie, i candori sconcertanti, gli intoppi e le paure delle persone psicotiche; le aperte provocazioni e le mascherature delle personalità psicopatiche.

Psicoterapia come conoscenza e come verifica esistenziale, come incontro storicamente significativa, come possibilità necessaria per il cambiamento, ma soprattutto come libertà, secondo l'intendimento adleriano, ma, forse anche oltre la Psicologia Individuale, come libertà di non cambiare, di mantenere gli affaticanti ma abituali conflitti, le costose elusioni e illusioni; psicoterapia intesa come attività ludica, cioè come rischio e possibilità, gioco naturale e sereno, alle volte tragico e fatale.