

FEDERICA MORMANDO

IL TEST DELLA GIOIA

Sto mettendo a punto un test proiettivo fondato su principi analoghi a quelli del TAT ed applicabile nello stesso modo, ma riproducente situazioni gioiose.

Questa idea è venuta dal mio interesse ad indagare sulla gioia intesa sia come uno degli obiettivi psicoterapeutici, sia come uno spunto proiettivo ed anche dal disagio che provo talora, somministrando il TAT, nel vedersi smuovere angosce che nella immediata situazione del test non c'è modo né di analizzare, né di compensare. Mi sono spesso chiesta se sia utile avere il risultato del test o più dannoso contribuire a smuovere uno stato d'animo negativo senza poter intervenire.

Per ora ho elaborato 12 tavole in cui sono disegnate, come illustrazioni di una storia, delle situazioni gioiose.

Le ipotesi che volevo verificare sono:

- che l'identificazione e la proiezione diretta di risposte generali vengano stimulate dalla vista di situazioni gioiose;
- che la visione di queste stesse situazioni possa favorire anche l'evidenziarsi di conflitti, non risolti, di compensazioni sia negative, sia positive;
- che la presentazione di questi test dia immediatamente il messaggio incoraggiante e finalizzante positivo, quindi già terapeutico;
- che queste stesse immagini possano essere usate anche durante la psicoterapia per favorire la creazione di progetti e compensazioni positive.

Per progettare l'illustrazione di situazioni gioiose ho seguito questi criteri:

1. *colori* luminosi (molto giallo solare);
2. *spazi* abbastanza ampi da consentire di immaginare il libero movimento ed abbastanza delimitati da non indurre smarrimento (strade luminose, vallate);
3. frequente inserimento delle figure umane nella *natura*, in rapporto di equilibrio con essa, con spesso la presenza di un animale amico;
4. prevalenza di situazioni di buona *comunicazione* interpersonale, anche attraverso la raffigurazione di *oggetti* che la facciano ipotizzare (doni, lettera, ecc.);
5. presentazione del conseguimento di un risultato positivo da parte dei protagonisti (pagella, applausi, ecc.).

Sono state in questa prima stesura eseguite 12 tavole, non distinte per ora a seconda del sesso e dell'età; le figure sono state fatte in modo da permettere identificazione sia di bambini, sia di adulti.

È inserita come nel TAT una tavola bianca con l'intento anche di verificare se la visione delle immagini gioiose stimoli la produzione di immagini positive e se inibisca la produzione di immagini negative.

Queste tavole sono state presentate a 40 pazienti già in psicoterapia a diversi stadi, circa 50% uomini e circa 50% donne, di età tra i 25 ed i 35 anni.

DESCRIZIONE DELLE TAVOLE E PRESENTAZIONE DEI PIU' FREQUENTI SPUNTI INTERPRETATIVI

I tavola

Ragazzino che corre a braccia aperte in uno scenario luminoso, accanto un cagnolino, dietro si intravede una porta socchiusa.

I temi sviluppati sono:

- rivalsa aggressiva
- fuga da situazioni familiari oppressive
- incontro con diversi personaggi.

I temi persecutori e tristi sono confinati dietro alla porta. Emerge il desiderio di protezione (alcuni dicono: ci vorrebbe una persona fuori dalla porta, seduta, calma).

I depressi sviluppano al 50% il tema di fuga, al 50% l'incontro, ma mentre definiscono la situazione triste da cui fuggono, non riescono a dar forma a quella gioiosa cui vanno incontro, rivelando così il loro scoraggiamento nella poca capacità di progettazione.

I pazienti con personalità molto dipendenti vedono, dopo la fuga, il ritorno nella casa, generalmente seguito da punizione.

II tavola

Bambino che sventola qualcosa correndo.

Evidenzia:

- situazioni abbandoniche
 - lettera di parente lontano
- atteggiamento di fronte al successo e sentimento di inferiorità
 - pagella
 - portata a casa e non festeggiata adeguatamente
 - sventolata a se stesso perché nessun altro apprezza
 - a casa non apprezzano, va dagli amici.

III tavola

Scena campestre con gruppi diversi in situazioni di relazione, un bambino solo dal viso sereno è seduto in primo piano.

Sullo sfondo una casa colonica.

- Livello di sentimento sociale, l'inadeguatezza a comunicare
- Personalità dipendente: le mamme sorvegliano, hanno portato lí i bambini
- Frequente l'identificazione con il bambino solo che quasi sempre propone situazione abbandonica, sia affermativa (emarginato), sia negativa (non è triste) evidenziando reazioni compensatorie diverse (sta solo perché ha avuto tutti i giochi ed è stanco).

IV tavola

Bimbo di fronte ad un pacco dono con biglietto.

Mentre in tutti c'è l'evocazione della sorpresa e dell'attesa e speranza, pochissimi riescono ad aprire il pacco, alcuni dicono «è una cosa bella» ma non riescono a definirla. Mi sembra un indice di scoraggiamento e depressione.

Questa tavola evidenzia la gelosia e la competizione con i fratelli (il regalo non è il suo, è del fratello).

V tavola

Fiabesca. È la meno proiettiva; da notare che nessuno inventa un matrimonio fra i due bambini.

VI tavola

Disposizione verso la religione.

Come il regalo della tavola precedente i depressi non sanno definire la grazia ricevuta; molti non formulano neppure la «speranza», ma dicono che l'ex voto è solo un segno di fede. Sono i più dipendenti. Quelli che formulano la grazia la vedono quasi come guarigione della mamma e di sé.

VII tavola

Applausi.

Questa tavola rivela soprattutto:

- 1) la disposizione di fronte al successo
 - 2) il rapporto con l'autorità.
1. La prima si ha se l'identificazione avviene con la persona in primo piano.

Le linee interpretative seguite sono state:

- lui è applaudito
- guarda qualcuno che è applaudito
- teme la folla.

2. La seconda si evidenzia quando l'identificazione avviene con la folla
- la folla si ribella al protagonista
 - il protagonista rassicura la folla
 - il protagonista inganna la folla.

VIII tavola

Un giovane uomo ed una giovane donna seduti con qualcosa in mano, a colloquio sereno.

Paura dell'abbandono (prima parte).

Anche qui, come in ogni figura con coppia giovane, non è mai prospettato il matrimonio o l'unione duratura.

IX tavola

La tavola che ha suscitato più emozione.

Indice del sentimento sociale, dell'aspirazione all'accordo ed alla pace di tutti, alla solidarietà fra gente di tutto il mondo.

N.B. Chi non riesce ad esprimere validamente il sentimento sociale vede in questa fila di persone una sola persona in diversi momenti della propria vita.

X tavola: bianca

Il bianco, dopo i colori, dà spesso molta angoscia e senso di vuoto, di caduta. Proverò con una tavola colorata.

Chi riesce ad immaginare una storia la immagina positiva. Quasi sempre la persona amata.

XI tavola. Nascita

Donna incinta, prepara una culla con un bimbo accanto.

Tema:

- *gelosia* negata o affermata
tavola da modificare perché induce troppo il tema
- l'atteggiamento di fronte all'avere bambini
- protesta virile: il padre non c'è mai.

CONCLUSIONI

Utilità diagnostica:

Evidenzia bene soprattutto le situazioni depressive, caratterizzate dalla «perdita» e dalla difficoltà a desiderare, progettare, comunicare, muoversi con curiosità e dall'elaborazione punitiva di speranze deluse.

Questo test mette molto in luce le linee compensatorie scelte dal paziente, il livello di sentimento sociale; mentre evidenzia bene le proiezioni di compensazione aggressiva tipo «fuga», non rivela quelle di tipo violento.

Può essere utilizzato in terapia, come incoraggiamento a progettare e ricordare esperienze positive, sia durante le prime fasi, sia durante lo sforzo di mutare lo stile di vita.

Può diventare anche un piccolo contributo ad inventare una cultura più valorizzante la gioia, l'educazione ad essa, proporre progetti e la loro realizzazione, la comunicazione tra persone, l'equilibrio e l'armonia con la natura.