

Editoriale

Sugli sforzi per contribuire al miglioramento della qualità della vita...

GIANSECONDO MAZZOLI

Il numero 96 della Rivista di Psicologia Individual è presentato ai lettori con temi che, come di consueto, trattano questioni orientate all'ampliamento delle conoscenze dei funzionamenti psichici e, per conseguenza, alla crescita delle capacità di intervenire nelle situazioni di sofferenza che possono colpire individui di ogni età come pure i sistemi organizzati, siano essi strutturati su vincoli affettivi come pure su quelli professionali.

A fronte delle tante complessità che agitano molte società nel tempo presente, gli sforzi di essere studiosi e professionisti che cercano strade per migliorare la qualità della vita degli individui, dei gruppi e delle collettività possono sembrare poca cosa, specie se messe a confronto con la vastità dei persistenti pregiudizi e delle scelte disumane che animano ancora molti scenari di tante parti del mondo.

Senza dimenticare, per noi adleriani, gli afflati dello stesso Adler che ha trasmesso, con la sua vita e i suoi scritti, l'urgenza di contribuire allo sviluppo delle società nella direzione del rispetto delle differenze, della cooperazione orientata alla ricerca del bene comune, della gestione del potere per favorire il benessere degli individui. I Suoi pamphlet contro la guerra e le disuguaglianze sociali fanno ancor oggi da stimolo e, al tempo stesso, sono di sconcertante attualità.

Per continuare il nostro umile cammino di crescita, presento i temi di questo numero 96. Sono temi che affrontano aspetti diversi, ma tutti orientati alla ricerca del benessere. Riguardano la ricerca dell'armonia interiore, il recupero della tranquillità nella gestione delle relazioni interpersonali e la necessità di ampliare lo sguardo di fronte alle differenti etnie che compongono la nostra società. Il tema dell'armonia interiore è declinato nella ricerca del senso di Sé, non nell'ottica narcisistica che tanto domina l'attualità, quanto per essere persone che sanno esprimere nei modi più autentici il sentimento sociale.

Il recupero della tranquillità è sviluppato in due articoli che affrontano il tema della gestione e del superamento dei traumi, siano essi subiti in età infantile siano essi incisi nel funzionamento di persone già adulte.

Infine, l'ampliare lo sguardo sulle differenti etnie è argomento trattato nel caso clinico che riguarda appunto le difficili armonizzazioni delle differenze che esistono tra culture diverse. I temi qui presentati sono di certo solo piccole porzioni, collocate sul lato utile della vita, che possono essere definite come *“sforzi per contribuire al miglioramento della qualità della vita...”*

Il primo contributo, in traduzione dal *Journal of Individual Psychology*, tratta il tema della mindfulness, tecnica di derivazione buddista che negli ultimi anni ha suscitato un crescente interesse nella clinica psicologica, sia nei protocolli di cura che nei percorsi di conoscenza di Sé. Gli autori, M. Sevi Koç e B. Uzun, ricercatori adleriani appartenenti alla NASAP, la North American Society for Adlerian Psychology, avanzano l'ipotesi che la pratica della mindfulness, finalizzata all'aumento della consapevolezza di Sé, abbia una forte relazione con la crescita del sentimento sociale che può aumentare di livello tanto nell'empatia nelle relazioni interpersonali quanto negli impegni verso la comunità.

A sostegno dell'ipotesi vengono proposti, nei due paragrafi iniziali, numerosi riferimenti presenti in letteratura che riguardano la relazione tra il sentimento sociale e la mindfulness. Vi si trovano descrizioni che segnalano le aree di contiguità e, a tratti, di sovrapposizione dei vissuti che la pratica della mindfulness sviluppa con quelli derivanti dall'esercizio del sentimento sociale. Un terzo paragrafo propone la prospettiva del *framework* della mindfulness che, nel riconoscere e alimentare la profonda interconnessione delle vite degli individui, riecheggia con chiarezza l'apertura al sociale del pensiero di Adler.

A verifica dell'ipotesi di una bi-direzionalità positiva degli effetti che la pratica della mindfulness può avere sul sentimento sociale (e viceversa), i ricercatori hanno condotto un'indagine su studenti universitari somministrando tre questionari, *La Scala Mindfulness Cognitiva e Affettiva-Revised*, *L'Inventario dell'Interesse Sociale* e *Il Mental Health Continuum-Short Form*.

I risultati emersi dall'incrocio delle variabili sono interessanti perché, pur nei limiti del campione - correttamente segnalati dagli autori -, indicano un'effettiva influenza positiva sia del sentimento sociale che della pratica della mindfulness sulla salute psicologica degli individui. La ricerca ha inoltre il valore di essere la prima indagine di matrice adleriana che *“offre prove empiriche sulla relazione, finora inesplorata, tra l'interesse sociale, la mindfulness e la salute mentale”*.

Il secondo contributo, a firma di Claudio Ghidoni, presenta le riflessioni sul tema della complessità del tempo presente e dei rischi che la cultura dominante offuschi o porti a smarrire l'autenticità della ricerca del senso della nostra vita. Interessante la prospettiva che Ghidoni adotta per portare l'attenzione sugli effetti dei progressi tecnologici che, nei loro sviluppi, configurano il rischio di sostituire con la logica degli algoritmi, molte funzioni che, da sempre, sono ad esclusivo appannaggio della mente umana.

Sviluppi che, tramite l'intelligenza artificiale, vanno rapidamente colonizzando le procedure esecutive e quelle creative e concorrono a dare vita a pericolosi atteggiamenti che alimentano una impropria cultura che immagina possibile anche il superamento degli invalicabili limiti a cui tutti gli umani non possono che essere sottoposti.

Pur accogliendo la positività del progresso, il contributo è un intelligente percorso che contrappone al potere tecnologico che, mal usato, rinforza l'individualismo in maniera esasperata, quelle dimensioni che valorizzano l'uomo, che può trovare la sua autenticità entro i limiti posti dalla realtà dell'esistenza. Nel titolo dato al contributo *Curare, Guarire e Formare nel XXI secolo e il pensiero adleriano psicodinamico* sono ben delineati i percorsi che, ispirati al pensiero di Adler, permettono all'uomo, ben collocato nella collettività e nella natura, di appropriarsi del potere di costruire le personali dimensioni di senso per Sé e per gli altri.

Curare richiama la prospettiva di agire guidati nella convinzione che la malattia o il disagio psichico sia espressione dell'unicità dell'uomo. I suoi sintomi parlano di linee inconsapevoli, celate nelle zone dell'inconscio che, per essere svelato, richiede l'esercizio dell'attesa, dell'accoglienza, della capacità creativa di leggere i simboli che prendono forma dalla cultura personale e da quella comunitaria.

Guarire è percorre la strada della ricerca, del percorso creativo che può portare a ritrovare significati sempre nuovi all'interno delle relazioni che si concretizzano nell'esprire il sentimento di comunità.

Formare rimanda a tutto ciò che può portare i futuri operatori che si occuperanno della salute psichica a non restare irretiti dal fascino di formule cliniche predefinite e quindi sicure, ma capaci di problematizzare, di indagare, di affidarsi al dubbio creativo, di accogliere l'inquietudine dell'incertezza e non cercare la rassicurante sicurezza di risposte predefinite.

Il terzo articolo ha per titolo “*Il terapeuta, l'incontro, la relazione e la fatica nella terapia del Disturbo Borderline di Personalità (DBP)*” ed è proposto da Sergio Laguzzi. Si tratta di un lavoro che sintetizza, con grande lucidità, le complesse questioni che si attivano nella relazione con pazienti complessi che, per sintomatologia e struttura psichica, rientrano nel quadro del Disturbo Borderline di Personalità.

Il testo è ben organizzato; il discorso si sviluppa in modo da condurre il lettore all'esplorazione dei diversi tasselli concettuali che compongono il quadro dei rapporti con tali pazienti e fino a focalizzare le possibili reazioni emotive inconsce del terapeuta e del paziente che prendono forma nella relazione terapeutica.

Laguzzi ha scelto una tripartizione per dare struttura al discorso che presenta; ciascuna delle parti è ricca di riferimenti sia nel testo che in dettagliate note a piè di pagina che qui è solo possibile segnalare. Inizia con considerazioni generali riguardanti quanto viene abitualmente condiviso dai clinici sulla faticosità della relazione nel trattamento di pazienti borderline che richiede sia un elevato coinvolgimento emotivo, sia l'alternanza delle rotture e delle riparazioni.

Considerazioni che introducono il paragrafo denominato “*Circostanze difficili*” dove troviamo descritte le complesse articolazioni del sentire di questi pazienti e di quanto suscitano nel terapeuta. Laguzzi le esprime così: *un disagio sottile...* un sentire *la possibilità di rapidi rivolgimenti, di espressioni emozionali estreme...* un intuire *la possibilità di esplosive escalation del paziente, fino all'odio e a espressività paranoidee...*

La seconda parte è dedicata al “*Contesto sociale. Neurobiologia interpersonale*”. Il richiamo al contesto sociale, ben espressa con la lapidaria espressione “*siamo dipendenti dal contesto*” di cui Adler è convinto assertore, è articolato da Laguzzi con il richiamo alle esperienze primarie del rapporto madre – bambino, nucleo del potenziale sviluppo della fiducia di base.

Il richiamo apre alla lunga dissertazione sulla neurobiologia interpersonale e sulle conseguenti ricadute sulla relazione terapeutica. Le ispirazioni sono tratte dall'importante lavoro di Allan Schore, autore che ha messo in dialogo gli importanti contributi della ricerca scientifica degli ultimi anni con i concetti psicodinamici della teoria dell'attaccamento e dall'Infant Research.

Nella terza e ultima parte, che ha per titolo “*Controtransfert problematici*”, si completa il quadro concettuale proposto dal titolo dato all'articolo. Si trovano qui eccellenti descrizioni della dinamica della relazione psicoterapeutica, espresse con diverse espressioni tra cui cito: “*una delle maggiori difficoltà nella relazione interpersonale con il paziente con DBP è la reciproca difficoltà di comprensione*”. L'affermazione è particolarmente utile perché le parole “*reciproca difficoltà*” condensano l'invito ad analisti e psicoterapeuti a studiare con attenzione la complessa articolazione del rapporto con i pazienti borderline.

Il quarto contributo tratta l'importante questione dei traumi che nell'infanzia compromettono il normale sviluppo psichico dei bambini. Gian Sandro Lerda ed Enrica Cavalli propongono il lavoro che ha per titolo: “*Gli effetti profondi del trauma precoce nella costruzione del senso di sé: una introduzione alla dissociazione in età evolutiva*”.

L'articolo muove da un opportuno inquadramento dello sviluppo delle conoscenze sugli effetti dei traumi nell'infanzia, conoscenze che sono cresciute sia nella ricerca scientifica nell'ambito della neurobiologia interpersonale sia nelle psicoterapie di molti clinici che hanno curato bambini disturbati, cresciuti in ambienti problematici, segnati da relazioni impostate su attaccamenti disorganizzati. È anche richiamata l'importante questione della poca attenzione dei curatori del DSM 5 che non hanno colto la proposta di inserire nel Manuale il Disturbo Traumatico dello Sviluppo (DTS); un mancato riconoscimento che avrebbe dato una opportuna cornice al già ben delineato quadro psicopatologico.

Segue un richiamo alla teoria dell'attaccamento che sottolinea la pregnanza delle esperienze originarie traumatiche sulla strutturazione dello Stile di Vita che può svilupparsi sul versante disadattivo quando le problematiche relazionali tra caregiver e bambino danneggiano i processi di integrazione del Sé e la formazione delle rappresentazioni interne di sé, degli altri e del mondo. Un caso clinico di un bimbo di otto anni seguito in psicoterapia, esemplifica bene le conseguenze di un attaccamento altamente contraddittorio e disorganizzato. Il caso apre la strada ai successivi paragrafi che introducono la teoria della dissociazione strutturale della personalità.

Interessante il richiamo alla prospettiva storica sulla questione della dissociazione ricordando i "sistemi di idee" di Pierre Janet, autore geniale, ma dimenticato per quasi un secolo e "riscoperto" per le sue intuizioni intorno ai funzionamenti dissociati. Da questo richiamo segue una lineare, quanto sintetica, presentazione dei cardini della teoria strutturale ben chiarita nell'articolazione dei *sistemi di azione per la vita quotidiana e i sistemi di azione per la difesa*.

Ciò che segue è la rappresentazione della dinamica di come le parti dissociate possono rivelarsi nella vita reale e possono essere comprese, nelle sedute terapeutiche, attraverso i giochi simbolici, le fantasie o da occasionali verbalizzazioni che i bambini stessi riescono a dare. Il secondo caso clinico presentato, di un bambino di 7 anni accolto in affidamento da una giovane coppia, chiarisce con vivide descrizioni la logica dissociativa e il suo funzionamento.

Il case study proposto da Alberto Malfatti riguarda una ragazza adolescente di origini filippine, nata e cresciuta in Italia (a parte la parentesi dei primi anni di vita passati dai nonni nelle Filippine come in uso fare da molte famiglie di immigrati, specie se orientali) che giunge al Pronto Soccorso per forti crisi di ansia e successivamente al servizio di Psichiatria e Psicologia dell'Età Evolutiva.

Trattandosi di un approccio a una adolescente "di seconda generazione", Malfatti fa precedere la descrizione del caso da riflessioni sugli assetti mentali dello psicoterapeuta adleriano che, nel relazionarsi con gli adolescenti, deve conoscere non solo le culture giovanili dei contesti locali ma anche le culture altre, vista la realtà sempre più

multietnica delle nostre società. La ragazza filippina si trovava infatti nella difficoltà di conciliare le due culture, l'una vissuta in famiglia e l'altra nel contatto con la scuola, con i coetanei e con la società.

La realtà di un doppio binario si ritrova spesso negli adolescenti “di seconda generazione”; ragazzi e ragazze che sono di fronte a modelli di vita diversi, che fanno fatica a conciliare. Si pone quindi la necessità di affrontare le psicoterapie con cautela e con una giusta attitudine: gli psicoterapeuti, argomenta Malfatti, hanno bisogno di approfondire le culture d'origine dei diversi ragazzi per trovare assieme a loro gli elementi di valorizzazione delle loro origini offrendo uno spazio che consenta la scoperta di percorsi che possano armonizzare le differenze attraverso la ricerca dei valori comuni.

L'unica recensione di nuovi testi che presentiamo in questo fascicolo riguarda il volume di Schwartz, R.C. (2021) *Come allearsi con le parti “cattive” di Sé*, tr. it. Raffaello Cortina, Milano 2023. Si tratta di un libro che, pur illustrando contenuti con un differente taglio epistemologico, affronta le immagini interiorizzate dei contesti familiari e i percorsi di cura per sanare le parti disfunzionali, rimanda all'uso di modalità psicodinamiche.