

EDITORIALE

Lo psicoterapeuta è un teoreta?

«Psicoterapeuti e ricercatori di psicologia clinica sembrano subire, da alcuni anni, un costante e prolungato assedio intellettuale» (Slife, 2004, p. 44). Gli interessi conoscitivi di coloro che studiano e praticano le psicoterapie si sono infatti spostati da quella che era una riflessione scrupolosa e approfondita delle prime tradizioni delle teorie di personalità, a ciò che Allen Bergin (1997, p. 83) ha definito essere una *bottom line mentality*. Una mentalità dal 'pensiero corto' che ha reso, sempre più, la pratica delle psicoterapie emule dei crismi della scienza 'positivista' e della medicina in particolare. In questo quadro di riferimento, il soggettivo viene spesso equiparato all'oggettivo e lo psicologico al biologico. Dal momento che la medicina si occupa dell'organismo, e dal momento che la psicoterapia viene ad essa assimilata, allora le 'difficoltà psicologiche' vengono trattate come mal funzionamenti di un 'organismo psichico'. Configurando le persone come degli 'oggetti rotti', molti psicoterapeuti si sono allora interrogati sulle cause del guasto, o su come sia possibile ripararlo. Senza considerare come siano soprattutto le premesse conoscitive dalle quali partono a meritare un'attenta disamina e modificazione. Detto per inciso: si comincia ad essere terapeutici solo iniziando a 'vedere' qualcosa di diverso là dove tutti notano un 'oggetto rotto'.

A tal riguardo, sembra tuttavia che diverse agende economiche, istituzioni ed imprese 'scientiste' abbiano indotto lo sguardo degli psicoterapeuti a subire proprio questa particolare forma di miopia, disincentivando l'abitudine ad un pensiero critico e teoricamente illuminato quale invece sarebbe opportuno per la loro professione. Per essere chiari, occorre comunque specificare come alcuni addetti ai lavori abbiano ravvisato, in questo, un segnale globalmente positivo: l'enfasi posta sulle tecniche manualizzate di psicoterapia, sulle diagnosi standardizzate e sulla validazione empirica di trattamenti clinici, viene assunta da alcuni come indicatore di progresso disciplinare. Inoltre, altri ritengono che tale impostazione tecnocentrica possa meglio legittimare il ruolo della psicoterapia entro l'alveo delle pratiche 'scientificamente' accreditate. Ad ogni modo, se questo è vero, molti osservatori continuano a riconoscere, nella combinazione di fattori economici, politici, ideologici e corporativi, un'impalcatura normativa che vincola le potenzialità euristiche e di sviluppo intrinseche allo studio e alla pratica delle psicoterapie.

Centrale, in questa riduzione di complessità, è la filosofia del 'naturalismo', i cui principi hanno precluso per molti anni l'esplorazione di opzioni cliniche e concettuali alternative e più efficaci. Nella filosofia naturalista, infatti, la teoria viene spesso utilizzata al servizio del tradizionale metodo scientifico. Questa è tipicamente assunta come parte costitutiva del metodo (empirismo), piuttosto che essere riconosciuta come una speculazione atta a guidare l'osservazione nella produzione di argomentazioni sistematiche.

Da questa prospettiva, la teoria non può svolgere - e di fatto non svolge - quel ruolo critico che invece sarebbe necessario in psicoterapia. Senza un adeguato monitoraggio concettuale, infatti, accade ad esempio che le relazioni, i significati o i giudizi sociali vengano trasformati in cose, utilizzando semplicemente un sostantivo al posto di un aggettivo, o di un verbo. Così, un agire comunicativo e dotato di senso, come quello di un ragazzo che spintona un compagno di classe, può essere decontestualizzato e utilizzato quale indicatore di un attributo personale di aggressività. Ma l'aggressività non esiste in sé, come se fosse una 'secrezione del corpo'. E *mutatis mutandis*, non può esistere per essa nemmeno una terapia, se questa viene paragonata a qualcosa di simile alla cura della gotta o della gola irritata. Una riflessione teorica porterebbe invece a riconoscere come una condotta, per poter essere definita (da un osservatore) come aggressiva, richieda di essere colta su uno sfondo contestuale più ampio, dove ad esempio le regole implicite di interazione o le modalità del pubblico di reagirvi, divengono parte 'costitutiva' del fenomeno che si vuole indagare come 'aggressività'.

Fortunatamente, diversi autori - compresi i proponenti dei contributi che compaiono in questo numero di Scienze dell'Interazione - hanno inteso la teoria proprio in questa accezione più dilatata. Essi ad esempio riconoscono come la teoria costituisca, almeno per la psicoterapia, ben più che una semplice 'protesi' del metodo: la teoria, cioè, si configura come il riferimento paradigmatico della disciplina. E' cioè in funzione di essa che vengono ritagliati i fenomeni da studiare e sui quali intervenire. L'inconscio, ad esempio, non ha statuto indipendente dalla teoria psicoanalitica o dai contributi prescientifici del mesmerismo che lo hanno generato. Così come l'autostima può essere considerata un costrutto valido solo a patto di condividere una serie di premesse teoriche, come quella dell'individualismo, o di valori culturali, come la realizzazione personale e la competizione.

La 'scienza' psicologica, quindi, così come una buona pratica professionale, dovrebbe includere, per sopravvivere, sia l'indagine che la riflessione sistematica in tutte le sue forme. Non avendo a che fare con 'oggetti', cioè, un professionista della psicologia ha l'obbligo di non fermarsi alla sola investigazione 'empirica'. Se le strumentazioni concettuali di cui dispone risultano inadeguate per il problema che tenta di risolvere, allora è necessario interrogarsi proprio sulle modalità conoscitive di cui si avvale per interpretare la realtà della quale si dichiara 'esperto'. Nessun sistema teorico, infatti, può esimersi dal condividere una matrice latente di assunti e, come Jaspers (1954, p. 12) ha sottolineato, «non c'è modo per fuggire alla filosofia. La questione è unicamente se una filosofia è buona o cattiva, disordinata oppure chiara. Chiunque rifiuti la filosofia sta inconsciamente praticando una filosofia».

Le osservazioni di Karl Jaspers ci portano dunque a considerare come i modelli correnti di psicoterapia veicolino mondi concettuali che meritano un'attenta disamina e riflessione. Infatti, se l'attività psicoterapeutica è stata valutata, da alcuni, come libera da concetti *a priori*, altri rivendicano la necessità di riconoscere e dibattere proprio i quadri di riferimento

concettuale dei professionisti. Questo perché ciascuna prassi clinica è intrisa di una particolare logica e corrisponde alla replica di una specifica organizzazione epistemologica. Investigare i pensieri inconsci, ad esempio, non può essere scambiata per un'azione fondata 'empiricamente', alla stregua del collezionare conchiglie raccolte sul bagnasciuga. Questa risulta invece essere un'attività semiotica coerente entro una particolare realtà di significato, la stessa che viene configurata dalla teoria psicoanalitica. Cambiando la teoria, potremmo dire, anche i pensieri inconsci cessano di esistere.

A questo proposito, ogni professionista della psicoterapia dovrebbe allora considerare come ogni assunto epistemologico non riconosciuto abbia il potere di costruire la realtà al di fuori della nostra consapevolezza. Le premesse da cui partiamo, cioè, risultano per noi talmente familiari da indurci ad assumerle in modo automatico e a scambiarle per una parte costitutiva del mondo. Siamo talmente abituati a 'vedere' il mondo attraverso queste griglie interpretative da dimenticarci che queste costituiscono solo una semplice organizzazione concettuale, di per sé modificabile. Gli assunti epistemologici diventano, col tempo, costruzioni reificate che si sedimentano alla base del nostro modo di percepire ed esperire, proprio perché vengono istituzionalizzati da quelle stesse discipline che ci informano. Diventa allora sterile un'impresa scientifica che si interroga su come curare 'malattie' di fresco conio, come la sindrome di Otello o il disturbo dell'ipersessualità, senza che venga colta *in primis* la matrice di premesse teoriche e socio-culturali che, da un lato, rende significative e viabili tali espressioni e, dall'altro, le sanziona come patologiche. Come ammonisce il titolo di un'acquaforte del pittore spagnolo Francisco Goya, 'il sonno della ragione genera mostri'.

Se è dunque imprescindibile che l'attività psicoterapeutica sia legittimata dal riferimento ad una rete tacita di assunti, allora un professionista teoricamente informato dovrebbe essere in grado, metaforicamente, di poter compiere un passo indietro, al fine di esaminare e rivedere quelle stesse significazioni che si trova ad applicare. Sono queste pertinenti, coerenti e 'utili' per il mandato preposto alla sua pratica professionale? Lo psicoterapeuta necessita, lo ribadiamo, di attuare una riflessione teorica in questo senso allargato, proprio perché le sue stesse premesse potrebbero delimitare i sentieri (concettualmente) possibili per svolgere efficacemente la sua professione.

Diego Romaioli

Riferimenti bibliografici

Bergin, A.E. (1997). Neglect of the Therapist and the Human Dimension of Change: A Commentary. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 4(1), 83-89.

Jaspers, K. (1954). *Way to Wisdom: An Introduction to Philosophy*, Yale University Press, New Haven.

Slife, B.D. (2004). Theoretical Challenges to Therapy Practice and Research: The constraint of naturalism. In M. Lambert (eds.) *Handbook of Psychotherapy and Behaviour Change*, Wiley, New York, 44-83.