

La psicoterapia è una pratica letteraria?

*Dialogo con Alessandro Salvini**

A. Stecca: Ho letto che i detrattori della psicoterapia sostengono che si tratta di una pratica e di un sapere poco scientifico più simile alla letteratura. Lei cosa può dire a questo proposito?

A. Salvini: Chi fosse di questa opinione non conosce i differenti modelli di psicoterapia né la relativa questione epistemologica che li distingue, li divide e li sovrasta. Si tratta di un'opinione gratuita, un po' banale e mal posta, che rende difficile una contro argomentazione. Direi invece di accettare questa opinione critica e di fare finta che chi la sostiene abbia ragione.

A. Stecca: Ossia che la psicoterapia sia un sapere e una pratica, assimilabile alla letteratura più che alla scienza?

A. Salvini: Certo, ammettiamolo. Se la psicoterapia come presunta forma di letteratura mi fa star meglio, mi sottrae all'angoscia, mi orienta nella vita, mi toglie dal rovello paranoide, mi sottrae alle compulsioni autolesive e alle tentate soluzioni fallimentari, se mi restituisce all'autostima e mi dà accesso a nuove forme di percezione e di giudizio, come a nuovi modi di essere e di agire, tutto questo mi sembra già un buon risultato. Se la psicoterapia si avvale di forme di pensiero non riducibili ai metodi delle scienze positive ed empiriche, e la sua componente relazionale e discorsiva la fa assimilare alla letteratura, ben venga questa differenza. Può essere che le forme di pensiero necessarie alla psicoterapia debbano avvalersi di altri percorsi della ragione e dell'immaginazione, a cui necessita una particolare intelligenza linguistica, sociale ed emotiva. Solo così gli psicoterapeuti possono accogliere la contraddizione, l'indimostrabilità delle cause, l'azione dei sistemi di significato, il non realismo dei costrutti ipotetici, l'estetica dei sentimenti e i suoi effetti. Il terapeuta dell'agire mentale deve confrontarsi con problemi particolari che si nutrono del futuro ricordato o del passato immaginato o di verità narrative al posto di quelle storiche e fattuali. La psicoterapia necessita di forme di pensiero in grado di capire stati mentali insoliti e transpersonali, diversi e devianti, capaci di violare la logica convenzionale per entrare nella molteplicità delle rappresentazioni di sé e delle consapevolezza, come negli intrecci generazionali complicati del sentire o del ricordare, o nelle variazioni soggettive e quotidiane dei modi di reagire. La psicoterapia ha sempre a che vedere con i giudizi di valore e i suoi artefatti comportamentali. Il terapeuta deve districare e generare modi alternativi di essere. Modi non sintomatici e funzionali a qualche criterio normativo tra i molti possibili.

A. Stecca: Quindi lo psicoterapeuta si muove e favorisce le metamorfosi di artefatti mentali che non sono sempre comprensibili al pensiero convenzionale?

* *Direttore scientifico della Scuola di specializzazione in Psicoterapia Interattivo-Cognitiva di Padova. Già Ordinario di Psicologia Clinica, Università di Padova.*

A. Salvini: Un costrutto psicologico problematico non è un costrutto logico, come ad esempio in chi alimenta le sue affezioni nevrotiche nel tentativo di risolverle. Altrettanto incomprensibile dal punto di vista del determinismo scientifico è come un pensiero simbolico condiviso con altri e tramite il linguaggio retorico e immaginativo possa agire sulle risposte somatiche e i relativi meccanismi biochimici. Tutto questo appare paradossale e va oltre il modo di pensare proprio alle scienze classiche.

A. Stecca: Quindi si tratta di forme di intelligenza, quelle della psicoterapia, che inducono chi non ha altre categorie ad assimilarle impropriamente a quelle letterarie?

A. Salvini: Le analogie non sono somiglianze. Tuttavia ben venga anche questa supposta contiguità se gli effetti sono positivi. La letteratura è attenta alla soggettività dell'esperienza come molte psicoterapie, anche se esistono indubbe differenze. A questo punto bisognerebbe precisare di che tipo di letteratura stiamo parlando e in che misura può essere necessaria e presente nell'intelligenza psicologica e sociale del terapeuta. Se qualcuno per sue esigenze di semplificazione polemica ha bisogno di legare la psicoterapia alla letteratura per sottrarla a una collocazione tecnico-scientifica, in fondo fa credito alla psicoterapia di qualcosa di cui necessita. Ovvero di una forma di sapere psicologicamente importante, quella cosiddetta idiografica, che completa quella nomotetica. Un utile complemento per una migliore comprensione, un miglior dialogo con certi problemi umani, non sempre riducibili al tipo di intelligenza e di sapere propri ai metodi delle scienze della natura.