

# Teorie di apprendimento e psicologia analitica

*Alfred Plaut, Londra*

## **Introduzione**

Questo studio vuole occuparsi delle implicazioni di almeno due diverse teorie correntemente usate in psicoterapia.

Lo scopo è la rimozione di certi ostacoli che impediscono o rendono più difficile la reciproca comprensione fra gli esponenti delle diverse teorie o ideologie. Ciò è per molteplici ragioni un compito non facile. Una delle cause di tale difficoltà sta nel clima emotivo che viene a determinarsi fra i sostenitori delle differenti teorie, infatti il confronto non avviene fra teorici che sono insieme professionisti, ma riguarda personalità di idee e tendenze diverse da cui ci si attende un'influenza sui pazienti prima ancora che sui colleghi.

E' stabilito come assiomatico che non pretendiamo di aver una sola teoria che spieghi tutti gli aspetti

e le caratteristiche dei bisogni umani, dal comportamento alle esperienze, ma che ne esistono diverse cui si può riconoscere una spiegazione dei fenomeni sufficientemente adeguata. Questi tentativi di spiegazione hanno secondo me la loro origine in impressioni intuitive. Queste intuizioni attentamente e sistematicamente studiate e analizzate si trasformano infine in ipotesi capaci di essere provate. Purtroppo tre fattori complicano ulteriormente la situazione.

In primo luogo esistono molti metodi di verificare proposizioni e tesi ipotetiche, ed è a questo punto che, secondo me ci imbattiamo nel pericolo rappresentato dalla circolarità del pensiero umano: i metodi usati per provare la esattezza delle nostre intuizioni originali portano in sé tracce delle ipotesi stesse e della loro elaborazione in teorie. Non avrei difficoltà a dimostrare più dettagliatamente quanto affermo, ma per gli scopi che ci proponiamo adesso è sufficiente accennare ai mezzi di cui si servono per provare il loro caso personale gli esponenti di una teoria, quando si tratta di applicarla nella pratica terapeutica. L'uso del vocabolo «caso » è voluto; i terapisti infatti — consapevolmente o no— descrivono i loro studi ed i risultati ottenuti come se esistesse un caso specifico da risolvere. Tutto ciò sapendo che la teoria è intrinsecamente legata alle loro predisposizioni e preferenze particolari e concedendo inoltre agli altri una diversa sfera di spiegazioni preferenziali. Questa situazione di incertezza in cui ci troviamo con ragione, ma non certo a nostro agio, si contrappone a ciò che si potrebbe definire la formula classica di «prova-truffa»,

- 1) Altri, e generalmente più vecchi, metodi di terapia applicati fino ad esaurimento, si sono dimostrati inefficaci, anzi, forse hanno ulteriormente aggravato le condizioni del paziente.
- 2) Prima che la teoria da analizzare sia provata, la gravità delle condizioni cliniche del paziente (il suo stato mentale, i sintomi, le insufficienze della personalità) o descritta con particolari e dettagli meticolosi per non dire drammatici.

3) L'efficacia della terapia è dimostrata. Più è semplice, veloce, elegante ed oggettiva la prova della completa guarigione, più si ritiene convincente la teoria o l'ipotesi sottoposta a verifica. (Numeri e valutazioni statistiche rappresentano un ulteriore aiuto).

4) Non c'è stata ricaduta: il paziente, la sua famiglia, gli amici e i colleghi di lavoro non meno dei test applicati prima e dopo la cura attestano questa inoppugnabile evidenza. Naturalmente non deve neppure verificarsi una sostituzione della sintomatologia.

Malgrado tutto ciò, col trascorrere del tempo questa apparente completa guarigione appare offuscata da eccezioni, effetti collaterali, dubbi, «nuove» scoperte che finiscono per deludere. Gli esponenti di quella teoria ora sulla difensiva si chiudono in un circolo esclusivo simile ad un culto segreto, tentando di difendere la scientifica e certamente onesta convinzione della validità della loro teoria, che a questo punto si confonde facilmente con una semplice opinione. Alternativamente i sostenitori precedenti divengono i paladini della nuova teoria applicata. Se la mia descrizione suona un tantino cinica, mi affretto ad aggiungere che io stesso mi sono servito di almeno qualcuno degli ingredienti di questa «prova imbroglio» mediante la quale si risolvono i casi, ed ancora mi capiterà durante l'esposizione che ho iniziato: è una forte tentazione, che non deve però renderci ciechi davanti alle manchevolezze della teoria.

Il secondo fattore che rende difficili le cose, anche se ben noto, non si cita spesso con chiarezza e solo recentemente è stato oggetto di una indagine sistematica: esso concerne il peso e l'influenza che la personalità del terapeuta ha sui risultati terapeutici. In questo caso si è costretti a battersi con l'intangibile, abbiamo a che fare con qualcosa che non solo è difficile da misurare ma anche da descrivere. Detto in due parole se dovessi scegliere fra un analista che mi è simpatico ed uno che non mi piace, sceglierei il primo. Una caratteristica che ha un peso notevole nella mia scelta è l'umanità della persona, che si manifesta

in particolare con una visione ampia delle cose, uno spirito aperto ed una conoscenza che non si basi su un modo di vedere le cose strettamente ideologico e scientifico.

E con questo giungo alla terza e forse alla più importante complicazione, più speculativa se si vuole, ma certo non meno interessante dell'ultima. Ho il sospetto che le idee abbiano una loro influenza sulle guarigioni, allo stesso modo che talune parole hanno il potere di evocare determinate emozioni. Con questi termini descrittivi voglio indicare che secondo me noi non abbiamo ancora una teoria in grado di aiutarci quando ci troviamo alle prese con quei fenomeni generalmente classificati come suggestione, fascino ed entusiasmo. Mi riferisco però a Jung e alla sua teoria degli archetipi quando affermo che la parte essenziale di un'idea esercita necessariamente un'influenza sugli esponenti di tale idea (teorici), ed esercita un certo potere di convincimento anche su coloro che vengono a trovarsi nella sua sfera di influenza. Tale potere giunge a causare gravi abbagli quando fa perdere completamente di vista altri fattori terapeutici, portando ad una visione monistica delle situazioni, da cui la mia preferenza per quei terapisti che non parlano ispirati da sacro fuoco. D'altra parte è anche, vero che per essere un bravo terapeuta non meno che un buon venditore è necessario essere convinti del valore del proprio prodotto o della propria tecnica.

### **Descrizione di alcuni casi**

Mi occuperò in tutto di cinque casi. I primi due erano pazienti che durante il periodo della mia osservazione erano soggetti ad una terapia di decondizionamento. Il primo è ora un ragazzo che vidi alla Child Guidance Clinic, dove era ricoverato per enuresi notturna. Aveva otto anni quando lo specialista in neurologia lo inviò alla nostra clinica non avendo trovato in lui niente di anormale tranne un modo di esprimersi violento e ostile nei confronti della madre. La mia cura psicoter-

pica sul ragazzo e le esortazioni alla madre perché cercasse di avere pazienza non diedero alcun risultato. Al protrarsi dell'enuresi la madre decise per un trattamento di condizionamento, coadiuvato da un meccanismo che faceva suonare un campanello ogni volta che il ragazzo bagnava il letto; tutto ciò portò ad una rapida guarigione del sintomo. Più tardi il ragazzo divenuto un giovane di sedici anni mi venne a trovare di sua volontà, in un momento di grande depressione, dovuta apparentemente ad un amore non corrisposto per una ragazza della sua età. Egli inoltre a dispetto degli ottimi risultati scolastici si sentiva socialmente inadeguato. Per ragioni esterne non ebbi occasione di vederlo con frequenza, tuttavia per lui le sedute con me ebbero sempre grande importanza. Ebbe altri rapporti con le ragazze, pur continuando a sentirsi sessualmente inadeguato. A diciannove anni mi disse che solo due volte gli erano capitati «sogni bagnati», ed entrambe le volte stava sognando di urinare nel gabinetto. Tralascio di parlare della dinamica familiare, della sua fissazione di una madre dispotica ecc., e mi limito a chiedere se in queste circostanze è lecito parlare di «sostituzione di sintomo» che secondo i terapisti del comportamento non si verifica; se dobbiamo inoltre parlare del problema di personalità e di relazioni che già era presente nel ragazzo al tempo del suo ricovero ad otto anni e che fu, non solo lasciato insoluto, ma addirittura aggravato dalla cura praticata dalla madre con un condizionamento strumentale assolutamente negativo.

In qualunque modo si analizzi il problema o quasi impossibile credere che il sintomo più antico (l'enuresi) non abbia niente a che fare con le difficoltà e i problemi presentatisi in un secondo tempo. Non ho citato questo caso perché mi ha dato da pensare e non per dimostrare l'inadeguatezza del metodo di condizionamento. Come apparirà evidente più oltre le mie riflessioni si accentrano sia sugli scopi della terapia, sia sul ruolo del terapeuta in relazione all'ambiente sociale in cui viviamo e di cui, lo vogliamo o no, facciamo parte.

La seconda paziente era una giovane donna alcoolizzata, il suo era un bere coercitivo e nascosto ed essa era affetta da «perdita del controllo». Durante la prima parte dell'analisi la donna ebbe un collasso che rese necessario il suo ricovero in clinica. Fu quindi sottoposta a terapia di decondizionamento, cui rispose bene, ma gli effetti durarono solo tre settimane. Quando venne dimessa essa affermò subito che avrebbe ricominciato a bere appena ne avesse avuto voglia. Questo non era dovuto al fatto che non fosse consapevole delle conseguenze disastrose che il suo alcoolismo aveva sul suo matrimonio e sulla vita familiare in genere (c'erano cinque bambini di età che andava da 18 mesi a nove anni). In realtà ella si sentiva insultata dal trattamento, ed il suo senso di identità già notevolmente scosso, era divenuto più precario.

Il suo negativismo e le sue tendenze autodistruttive erano uguali se non peggiori dopo il trattamento, in conclusione quattro settimane dopo che era stata dimessa era di nuovo in ospedale. Il suo ricovero durò giusto il tempo della fase acuta della malattia, quindi si dimise, ma seguì a tornare per l'analisi. Durante i mesi seguenti si verificò un notevole miglioramento, sia nel suo matrimonio, sia nella sua cooperazione all'analisi; ma ancor più nella sua capacità di avere fiducia nella reciprocità dei rapporti. E' probabile che in futuro avrà ulteriori ricadute, e che ci vorranno anni e anni di paziente collaborazione prima che la donna acquisti sufficiente fiducia in se stessa così da poter vincere la costrizione del suo impulso e prendere coscienza della forza e della violenza del suo nemico.

Lo svolgersi dell'analisi è un modo di arrivare a conoscere i conflitti che si celano dietro i sintomi, ed è naturalmente anche un tipo di apprendimento per ripetizione, ma ogni volta che si ripete un insuccesso si può scoprire qualche nuovo elemento che spesso è difficile distinguere da una semplice ripetizione di esperienze, cosa che serve veramente da lezione e di conseguenza cambia effettivamente un'abitudine. Questo tipo di trattamento è l'apprendimento median-

te pratica e ripetizione e richiede da parte dell'analista un grande aiuto ed appoggio finché il conseguimento dello scopo diviene premio a se stesso.

Questo processo si può paragonare ad un tipo di conoscenza retroagente, e l'aiuto ad un risultato ottenuto con l'aiuto del terapeuta; si può inoltre appellarsi ad una classificazione di cause e valori, tutte cose che sono di aiuto nella «Tecnologia dell'istruzione», ma è mia opinione che questi termini, anche se possono essere di qualche aiuto per gli sperimentalisti, non riescano ad aggiungere molto alla speranza, fiducia e desiderio di trovare un modo di vita più felice di quella cui siamo abituati.

Sto insistendo particolarmente su «voti» per una psicoterapia che dia veramente dei risultati, perché questi casi sono una chiara dimostrazione di come una situazione possa essere aggravata da metodi violenti e rigidi, che pretendono di avere la loro giustificazione in una guarigione senza dubbio rapida, ma che spesso sono interpretati come un modo di dare una lezione non lontano dall'infliggere una punizione, ma di questo diremo più tardi.

Nel terzo caso ci troviamo di fronte ad un tipo di trattamento desensibilizzante in cui il paziente si autocontrolla: il paziente io incontrai per la prima volta quindici anni fa, quando mi si presentò con un problema di relazione che era in realtà una forma di fobia. Egli era afflitto dalla paura che degli scassinatori lo legassero ed imbavagliassero, quindi lo lasciassero lì abbandonato. Sicuramente sarebbe morto di paura prima che qualcuno potesse correre in suo aiuto. Io non potevo assumermene la cura, ed egli quindi andò da uno psicanalista di chiara fama che lo curò per cinque anni ed a giudizio dello stesso paziente lo aiutò notevolmente sotto molti punti di vista. Oltre a sedute psicoanalitiche cinque volte la settimana, egli conduceva anche contemporaneamente degli esperimenti per suo conto. Ad esempio si fece legare dalla sua ragazza per pochi minuti facendola all'inizio rimanere nella stanza. Poi allungò gli interval-

li durante i quali rimaneva legato, facendo restare la ragazza nella stanza accanto e facendola rientrare dopo un certo periodo.

La «tappa» seguente fu di lasciare acceso a tutto volume il giradischi per coprire le eventuali grida di aiuto, che potessero giungere nell'altra stanza. Infine il paziente disse alla ragazza di uscir di casa lasciandolo legato e imbavagliato e di non tornare che dopo il trascorrere del tempo stabilito, tempo che fu progressivamente allungato finché egli non ebbe raggiunto il suo scopo: aveva vinto il suo terrore ed era sopravvissuto.

Questo risultato fu accompagnato da un gran senso di trionfo da una virilità aumentata, nonché da una maggiore capacità di lavorare.

La seconda volta che incontrai il paziente egli aveva ormai quarant'anni, ed era del tutto consapevole del fatto che, malgrado avesse avuto successo nella professione, non era riuscito a sposarsi e che per superare anche questo fallimento aveva bisogno di un'ulteriore cura analitica. Non che avesse scarsità di amiche, al contrario ne aveva diverse, ma la maggior parte di esse viveva all'estero ed egli inoltre non sapeva quale scegliere.

Nel suo lavoro erano necessari frequenti viaggi all'estero, negli intervalli egli manteneva con le sue amiche una regolare corrispondenza, inoltre alcune delle ragazze erano venute a trovarlo. Quando venne da me era a corto di denaro malgrado guadagnasse bene; viveva solo e sembrava piuttosto trascurato. Accettai di prendermi cura del suo caso, però con visite meno frequenti di quello che egli desiderava, cioè solo due volte alla settimana invece di quattro ed inoltre ad un prezzo più alto di quello da lui stabilito. Quando si rese conto che ero pronto ad affidarlo ad un collega se non avesse accettato le mie condizioni, egli si dichiarò d'accordo con me. Comunque la volta seguente si ricordò che aveva combinato di andare a sciare con degli amici e che aveva affittato insieme a loro una villa, non poteva quindi piantarli in asso. Presi per buone le sue ragioni, ma insistei che doveva pagare per la seduta perduta. Egli

ritornò prima di quanto mi aspettassi ed in uno stato di grande trascuratezza, dovuto al fatto che essendosi rotto un braccio sciando, non riusciva ne a spogliarsi, ne a farsi la barba. Non si ricordava bene le circostanze dell'incidente. Durante la prima settimana sulla neve non si era sentito molto a suo agio, ma poi gradualmente era migliorato e dopo una settimana il sole splendeva forte ed egli si sentiva insolitamente bene tanto da dire ai suoi amici «oggi mi sento davvero vivo». Poi si era buttato giù per la pista ed era caduto, fratturandosi il braccio con cui aveva tentato di proteggersi. Qualcuno aveva chiamato la squadra di soccorso ed egli era stato legato ad una barella e quindi portato alla sottostante cabina elettrica dove rimase solo ad attendere l'ambulanza. A sentir lui fu completamente abbandonato a se stesso legato com'era. E' probabile che tutto ciò sia vero, dato che era metà gennaio e quindi verso mezzogiorno non c'è molta gente in giro. Ad ogni modo il panico familiare lo attanagliò e malgrado il dolore insopportabile tirando e contorcendosi riuscì a liberare l'altro braccio dalle cinghie e dalle bende e ne ebbe un tale sollievo che svenne. Questo incidente fu per lui una vera sconfitta, in quanto stava a dimostrare che non era riuscito a superare la prova. Come nelle occasioni precedenti egli sentiva che esisteva una via di scampo una qualche scappatoia; forse avrebbe potuto liberarsi dalle funi, raggiungere il telefono, prendere un tranquillante e certamente trovare un modo di persuadere la ragazza o chiunque fosse presente a liberarlo malgrado tutte le raccomandazioni al riguardo da lui fatte precedentemente. Comunque si verificò un piccolo cambiamento in questa sorta di passeggiata in equilibrio su di una corda tesa; l'amica per lui più attraente venne a trovarlo e fece in modo di venire ad abitare e lavorare a Londra. Una volta presa questa decisione da parte della ragazza, egli cominciò a sentirsi oppresso e vincolato dalla sua presenza tanto da domandarsi se un'altra ragazza non fosse stata a lui più adatta. Con tutto questo egli stabilì ugualmente di sposarsi, e me lo comunicò con tono di sfida. Era chiaro che la mia

opinione in proposito non aveva per lui la minima importanza. Questo atteggiamento come pure tutte le altre sue dichiarazioni provocatorie furono sottoposte ad analisi, mentre i preparativi per il matrimonio seguivano il loro corso.

Tre giorni prima della data del matrimonio, si ammalò, ma ne sapeva abbastanza di motivazioni dell'inconscio per capire che ancora una volta era sfuggito alle catene con cui questa volta pareva disposto a farsi legare. Voglio soltanto aggiungere che egli aveva pensato di offrirsi come volontario per un trattamento di condizionamento all'ospedale, ma aveva pensato che anche se i terapisti lo avessero assecondato, non avrebbe mai potuto essere sicuro di non riuscire a convincere un dottore o un'infermiera a lasciarlo andare, e seppure in ciò fosse fallito avrebbe sempre potuto convincersi che aveva a tal punto intralciato il trattamento da rendere nulli i suoi effetti.

Non sono al corrente di teorie di apprendimento che prendano in considerazione il fatto che il soggetto dell'esperimento sia così ingenuo da credere di poter modificare a suo piacimento il corso o l'esito dell'esperimento stesso. (A questo proposito c'è una storiellina raccontata da uno psicoterapista del comportamento: ci sono due topi in gabbia. Uno dice all'altro: «Lo sai? Ogni volta che spingo la zampa su di una leva, ricevo il cibo. Ho condizionato quel tizio».

D'altra parte il principio della padronanza su se stessi, il rifiutarsi di ammettere di essere per lo più indifesi, si vede riflesso negli scopi della tecnologia, compresa l'«ingegneria genetica» e la terapia di «formazione del comportamento». Un ulteriore esempio di potere di autoinganno è il fatto che il paziente infine si sposò. (Con l'eccezione di una telefonata in preda al panico quando la ragazza se ne era andata ed egli si rese conto di avere bisogno di me allo stesso modo in cui aveva avuto bisogno di sua madre).

Vorrei ora parlare di un caso completamente opposto a questo ma sempre riguardante l'imparare at-

traverso l'autoprescrizione, scaturita però da un'introspezione e da una conoscenza di se stessi dovute ad anni ed anni di analisi. Si tratta questa volta di una donna nubile di circa quarant'anni, affetta anch'essa da una fobia. Questa particolare fobia consisteva nel far del male a creature indifese; per reazione il suo lavoro consisteva proprio nella prevenzione dei maltrattamenti, dell'abbandono e della crudeltà. Era in gamba nel suo lavoro e sembrava proprio che avesse raggiunto un buon grado di adattamento e di equilibrio sociale.

Ella però si rendeva conto con molta acutezza e realismo di vivere senza una reale partecipazione e che inoltre la sua vita se ne andava senza che lei avesse un marito, dei figli o una sua vita sessuale. Quello di cui si rendeva ben conto era che tutta la conoscenza emotiva e intellettuale di se stessa che aveva raggiunto scavando nella sua fobia fino alle radici serviva a ben poco finché le sue emozioni e le sue soddisfazioni derivavano unicamente dal lavoro: l'entrare nella vita delle persone di cui si occupava, compresa sua madre, si sarebbe sempre dimostrato più forte della sua abilità nel dire di no e nel dare la priorità ai suoi bisogni di riempirsi la vita partecipandovi più direttamente. Per tutte queste ragioni decise di lasciare il suo lavoro appena fosse stato possibile, anche se era molto stimata dai colleghi con cui aveva rapporti molto amichevoli. Si concesse dunque del tempo per avere una vita che si accordasse al suo ritmo interno, per far qualcosa con le sue mani, cosa che non aveva mai saputo fare perché si vergognava di esse. Anche se adesso era libera da impegni familiari, i suoi mezzi erano limitati ed essa non sapeva che cosa le riservava il futuro, a parte il fatto che avrebbe continuato con l'analisi, le lezioni di arte e di ricamo. Ma ciò che più conta era riuscita a raggiungere la consapevolezza che tutta l'introspezione e tutto l'intuito di questo mondo non servono a nulla se non riusciamo a rivolgerli verso l'ambiente esterno. Dove l'intuito non ci sorregge o non trova modo di applicazione spesso ci troviamo ad agire automaticamente. cioè senza aver conoscenza delle nostre azio-

ni e solo una percezione successiva ci rende consapevoli della saggezza inconscia che ci ha guidati in un determinato modo. E' indubbio che questo tipo di sapere era accompagnato da una certa idealizzazione della psicanalisi, ma è anche vero che ciò le ha evitato quel che spesso appare inevitabile: una catastrofe che ci apra gli occhi e ci indichi con chiarezza come agire di conseguenza.

Un lutto, la perdita di qualcuno che ci è caro, un fallimento, o una malattia sono a volte gli unici «stimoli» capaci di insegnarci qualcosa, ai quali siamo in grado di rispondere appropriatamente come individui. Questo nostro modo di fare inoltre non si risolve in termini di reazione di fuga o evasione come generalmente intendono i terapisti del comportamento e i teorici dell'apprendimento; non si tratta semplicemente di «risolvere il problema» come affermano gli sperimentalisti, sebbene con un po' di immaginazione la risposta della persona all'avvenimento si può vedere come una ristrutturazione del proprio Io, una realizzazione sia dei limiti che degli elementi potenziali che ben di rado hanno un effetto duraturo, al contrario dell'effetto prolungato che ha il regime di condizionamento attraverso il susseguirsi di punizioni e ricompense, regime che viene così profondamente assimilato, da rendere lecito l'uso improprio del termine «Imprinting».

A questo proposito il mio pensiero è rivolto in particolare ad un paziente che rappresenta l'ultimo caso della mia esposizione. Si tratta del caso particolarmente tragico di un uomo programmato da suo padre esattamente come se fosse stato un computer. Quanto alla madre non sembrava aver mai prestato a questo bambino così solo una grande attenzione, mentre il padre dedicava la propria vita alla costruzione del successo sociale del figlio. L'uomo aveva uno sviluppatissimo «falso Io» (nell'accezione di Winnicott), il che vuol dire che il posto dell'Io è usurpato dal superlo, ed era inoltre «sintonico alla società». Fin da quando era piccolissimo veniva addestrato al conseguimento di una perfetta forma fisica e di oc-

cupazioni virili, più avanti il regime divenne addirittura spartano: sveglia alle cinque del mattino, esercizi fisici, docce fredde. La sua educazione era seguita in ogni fase con occhi di falco. Oltre alla scuola il ragazzo aveva degli insegnamenti privati, e gli erano consentite solo amicizie e relazioni sociali del giusto tipo. Ogni forma di tempo libero che non facesse parte del programma gli era vietata e si teneva un rigido controllo della masturbazione. Oltre a tutto ciò i genitori avevano detto al giovanotto che stesse bene attento a cercarsi la moglie giusta e ad evitare le trappole di donne assolutamente inadatte a lui... che certamente sarebbero state attratte da un uomo desiderabile, dotato di mille qualità, attraente e altamente qualificato come lui in quel momento si descriveva. Inutile a dirsi, finché il padre non morì non ci fu nessun matrimonio, quando poi si sposò non ebbe che delusioni; eppure aveva scelto la moglie giusta col nome giusto, con i soldi giusti, e con la giusta efficienza.

Ma la ragione principale per cui si era rivolta alla psicanalisi era che non riusciva a mantenere nessun posto di lavoro: la sua ribellione repressa per ogni tipo di autorità lo induceva a respingere dei posti per cui sarebbe stato più che qualificato. Non c'era nulla che potessi fare attraverso la psicanalisi in grado di intaccare il modello che era stato costruito con un regime a base di premi e punizioni, finché non subì un crac finanziario mentre trattava quel che avrebbe dovuto essere un grosso affare basato su prestiti. Furono necessari prima una malattia e poi una bancarotta seguite da una forte depressione perché potesse cominciare a diventare una persona vera.

### **Teoria e pratica hanno elementi comuni?**

Nel trattare questo problema così ampio mi servirò delle descrizioni degli specifici casi, tenendo inoltre presenti alcuni principi generali di psicanalisi e facendo riferimento ad alcuni termini di teoria dell'apprendimento e di scoperte sperimentali più o meno conosciuti. Tanto la psicanalisi quanto la teoria del-

l'apprendimento per quanto concerne lo sviluppo mentale sono portate ad attribuire importanza preponderante alle esperienze del passato, causa prima del comportamento nel presente sia esso normale o ben adattato oppure anormale o disattato o nevrotico. Entrambe le teorie implicano che esista una spinta originaria e quindi un motivo per imparare ed inoltre che si verifichino modifiche strutturali progressive; quelle che Freud chiama fasi di sviluppo mentale psicosessuali, e Lorenz «Imprinting», come pure i «periodi sensitivi» e lo schema evolutivo del nervo sensorio motore di Piaget, possono essere presi come esempi.

Nei fenomeni clinici di regressione può capitare che riappaiano alcune delle strutture primarie oppure un modo di rispondere agli stimoli anch'esso risalente al passato. Le teorie di apprendimento hanno posto l'accento sulla fame, la sete, e il rifiuto del dolore ben più della psicanalisi che si basa invece sulle spinte istintive del sesso e dell'aggressione. La più antica teoria di Freud sul «principio del piacere» e delle fantasie di soddisfazione del desiderio hanno in sé elementi di somiglianza con la teoria dell'apprendimento e con la terapia di comportamento.

Ciò che interessa gli psicologi analisti è che nella maturità si continua ad imparare, ma in modo diverso che in gioventù, secondo la teoria di Vince (uccelli, Sluckin, p. 19): gli uccelli più piccoli imparavano più alla svelta le risposte giuste, mentre gli uccelli adulti erano più abili nell'azzeccare le risposte errate ed inibenti. Luria nei suoi studi sui bambini fra i due e i sette anni notò inoltre che malgrado fossero in grado di dare risposte corrette non erano capaci di eliminare quelle inutili o non richieste. Tanto la teoria dell'apprendimento quanto la psicanalisi sono anche teorie di **sviluppo della personalità**: vengono ricompensate nel fanciullo il controllo degli impulsi, la tolleranza dovuta a frustrazione nell'attendere una ricompensa ritardata e la pazienza (vedere Sluckin, p.98). Anche noi siamo a conoscenza dell'importanza dell'educazione abituale e dello sviluppo del superego, ma ne attribuiamo la causa alla carica dina-

mica ed emotiva dei rapporti con, la famiglia molto più di quanto non facciano i teorici dell'apprendimento.

E' inoltre vero che entrambe le teorie tengono in debito conto l'elemento dell'ansietà, ma con una differenza: nella psicanalisi l'ansietà è una risposta irrazionale ad una paura che non si vuoi riconoscere e può essere causata dalla «rimozione», mentre nella teoria dell'apprendimento è direttamente associata al fatto di imparare o aver imparato come evitare gli stimoli della paura. Mi accorgo di essere entrato nel campo delle somiglianze incerte, forse addirittura soltanto semantiche, così sentiamo parlare di intuito a proposito di esperimenti e compiti di soluzione di un problema, come nel caso della scimmia di Kohler e poi ancora di intuito nel significato che ad esso dà la psicanalisi, di motivi del passato dell'inconscio.

**Imitazione.** Segue, secondo la teoria dell'apprendimento, ad un periodo durante il quale «si ha un tipo di apprendimento mediante osservazione». L'imitazione si ricollega anche all'identificazione e all'apprendimento sostitutivo mediante il cosiddetto «contagio da comportamento», che è una specie di facilitazione sociale che si può osservare negli zoo (ma del resto anche negli animali allo stato libero), dove gli animali imparano l'uno dall'altro i diversi tipi di nutrizione. Si può notare che questi termini si moltiplicano con facilità ed io nutro forti sospetti che la teoria della «Facilitazione sociale» abbia un suo proprio posto appunto perché si richiama molta da vicino alla fisiologia. Comunque la ragione per cui ho parlato di ciò è per dimostrare quanto facilmente una confusione semantica possa causare un'apparente concordanza.

**Identificazione** nella terminologia freudiana non ha niente a che vedere con l'imitazione o con l'apprendimento mediante osservazione: può essere tanto primaria, se si verifica prima che ci possa essere una distinzione degli oggetti o una differenziazione fra

l'« IO » e il « TU », quanto secondaria, e allora in questo caso si tratta di una forma di difesa/come avviene nel caso di Anna Freud, che si identifica col suo aggressore. Ad ogni modo, come si sostiene nella teoria del ruolo. (Musson e Disler in «Freud e la psicologia») un individuo generalmente è molto più portato ad assumere il ruolo della persona secondo lui più forte e più potente. Così in pratica il processo di identificazione può essere lo stesso, anche se il modo in cui sono state condotte le indagini, è completamente diverso (cosa questa molto importante), inoltre alcuni psicologi accademici come Hilgard (p. 475) ritengono che i teorici dell'apprendimento (come ad esempio Whiting e Child) non avrebbero scelto un terreno di indagini come il nutrimento, l'educazione ai bisogni corporali, il comportamento sessuale, l'istinto di aggressività e di dipendenza se non avessero voluto tradurre la teoria di Freud in termini di apprendimento e di socializzazione.

Dobbiamo ora occuparci della distinzione più marcata che esiste fra le due scuole e le rispettive filosofie; mentre l'analisi ed in particolare la psicologia analitica si soffermano più che altro sull'immaginazione e sulla ricchezza della rappresentazione mentale, i sostenitori della teoria dell'apprendimento che pure sono interessati alla «motivazione», non si sentono a loro agio se non possono dimostrare al termine delle loro indagini, il rapporto esistente fra le loro scoperte e la fisiologia, come fece Pavlov.

Particolarmente interessante è il tentativo di Eysenck di creare un anello di congiunzione che legghi i processi di condizionamento all'estroversione e all'introversione. Gli individui estroversi sono difficili da condizionare, portati ai rapporti sociali e inclini all'isteria.

Gli introversi invece sono facilmente condizionabili, molto influenzati dalla società, con pesanti problemi di coscienza, ed inclini alla distimia. Ma ciò che più ci interessa è la tipologia in relazione alle **differenze neurofisiologiche** e conseguentemente la prevalenza delle influenze di inibizione o di facilitazione.

Giungiamo così alla neurofisiologia dell'apprendimen-

to e alla disposizione dei centri di premio e punizione nella mente del mammifero seguiti dalla neurochimica (R.N.A.) dell'esperienza e della memoria. E perché no? La risposta non è affatto una conclusione inevitabile. Alcune delle ipotesi neurofisiologiche presentate come spiegazioni di questo sofisticato meccanismo mi appaiono forzate come del resto alcune delle nostre ipotesi analitiche debbono sembrarlo ai non iniziati.

Sono quasi certo che i livelli di astrazione in base ai quali noi operiamo così lontani da una realtà misurabile e sotto il controllo dei sensi, sono in gran parte dovuti alla preferenza dimostrata da gran parte degli studiosi per la teoria dell'apprendimento e per lo sforzo di dimostrarne la base neurofisiologica. Non c'è nessun elemento dannoso nella ricerca di ogni tipo di indagine che riesca a spiegare la meccanica dei nostri processi mentali e del nostro comportamento. Le vere obiezioni all'applicazione della teoria dell'apprendimento sotto forma di terapia del comportamento sono prima di tutto la preparazione inadeguata al lavoro che deve svolgere, del terapeuta del comportamento e ancor più importante i possibili abusi cui può prestarsi per il suo stesso contenuto la «conformazione del comportamento», cioè la contestabilità morale. Ma prima di analizzare più particolarmente queste obiezioni, occupiamoci del problema che ho posto precedentemente.

### **Che cosa possono imparare l'uno dall'altro gli analisti e i teorici dell'apprendimento?**

Mi fa piacere vedere che i precedenti di ciò che consideriamo le forme più evolute di vita le espressioni più caratteristiche del pensiero e del comportamento umano si possono trovare anche osservando gli altri ordini di animali, come i mammiferi ed altre forme inferiori di vita, che servono al ricercatore ingenuo per frantumare le nostre attività mentali in unità sufficientemente piccole e che assecondano il suo desiderio di ottenere tali risultati con l'aiuto di tutto un apparato basato su complicatissimi sche-

mi. Per quanto riguarda i bambini egli può scegliere fra un tipo di studi strettamente tecnici e teorici, basati su un apparato di laboratorio in grado di creare stimoli artificiali, oppure un metodo di pura osservazione, che come rileva Sluckin finisce per fare il giuoco dei sostenitori di teorie opposte. Uno sviluppo caratteristico a questo riguardo si può osservare negli esperimenti di condizionamento dei bambini mediante l'uso di latte o semplicemente con la poppata con cui si provvede alla loro crescita. Prima dei dieci giorni non si è potuto riscontrare nessun condizionamento chiaro e certo. Però col progredire delle tecniche si sono ottenute delle risposte di condizionamento, facendo ascoltare al bambino di tre o quattro giorni un suono a bassa frequenza durante la poppata. In altri esperimenti si è riusciti a condizionare il bambino da uno a quattro giorni di età, a volgere il capo (Lipsitt 1963). A questo punto ci si domanda se non ci sia una specie di gara fra i ricercatori per impressionare il mondo con queste scoperte fatte in età sempre più precoci. Recentemente abbiamo avuto la dimostrazione del sonno REM in bambini prematuri di nove settimane. Tutto questo ricorda la «predatazione» che ha fornito in psicoanalisi ipotesi esplicative, illustrate particolarmente bene dall'opera della Klein. Eppure nessuno ancora è riuscito a battere il record del libro tibetano di Bardo Thodol «Libro dei morti» in cui si avanza l'ipotesi che l'inizio del complesso di Edipo risalga addirittura al momento del concepimento. Tutto ciò può servire come esempio di quella diversità che non solo nel nostro campo sembra per ora insormontabile: le introspezioni intuitive basate sul materiale collettivo inconscio espresse dalla letteratura e dall'arte si possono applicare ad una situazione specificamente umana dell'analisi, ma incontrano la diffidenza degli sperimentaiisti che esigono il rigore di situazioni controllate sperimentalmente. Le polemiche sono inutili e non c'è dubbio che i terapisti del comportamento fanno presto ad imparare dalla psicoanalisi. «Un dato ricco di promesse — scrive Marks — è

lo scambio di idee che si verifica fra laboratorio e clinica». La sua lista dei metodi comprende la **desensibilizzazione** dei pazienti affetti da fobie nel modo seguente:

- 1) esposizione graduale allo stimolo della fobia;
- 2) esperienze simultanee contrastanti;
- 3) rafforzamento verbale;
- 4) relazione col terapeuta.

Ci si rende conto che dopo aver cominciato coi metodi estremamente elementari che ci ricordano molto da vicino quelli usati nei circhi dai domatori di leoni o dagli ammaestratori delle foche, i terapisti del comportamento ben presto giungeranno a scoprire il transfert. Inoltre l'uso delle droghe e dei placebi, come pure la suggestione e l'ipnosi migliorano i risultati della desensibilizzazione.

Inevitabilmente fintanto che gli uomini sono condizionati dai bisogni dei loro simili si scopre un terreno in comune. Le teorie possono variare come variano quelle del comportamento e dell'apprendimento basate sulla fisiologia e quelle degli analisti che si occupano invece dei motivi provocati dall'inconscio. Uno sperimentista (il Prof. H. F. Hunt, Ciba pg. 270) così risponde ad un'analista nel discutere un suo lavoro: «Noi, come psicologi del comportamento, non potremo occuparci di stimoli discriminativi e di rafforzatori simbolici più complessi, prima di essere riusciti ad ammettere, organizzare ed affrontare i processi psichici interni in noi stessi come nei nostri pazienti». Anche se le parole usate sono molto diverse si può notare in esse quel particolare rapporto interpersonale e il riconoscimento di quegli avvenimenti psichici che così a lungo sono stati ignorati dai terapisti del comportamento. Ma quanto a noi analisti, che cosa abbiamo da imparare? La mia risposta è incompleta ed è divisa in punti di vista generali e particolari.

In linea **generale** vorrei ricordare a noi stessi che nell'analisi la desensibilizzazione porta ovviamente ad esperienze dolorose e ad abreazioni. Non altret-

tanto ovvia è l'influenza della suggestione. Anche se tentiamo di evitarlo, sono convinto che i nostri pazienti dal nostro comportamento possono capire se siamo o no soddisfatti, e così involontariamente noi dispensiamo loro un elemento di condizionamento («ricompensa o punizione») negativo o positivo. Allo stesso modo può sorgere il dubbio che l'analisi **sia un processo educativo che si trasforma in abitudine**. Nel più rigoroso significato pavloviano ciò significa che si è imparato qualcosa dal rapporto fra due avvenimenti verificatisi e che sono rispettivamente lo stimolo e la risposta ad esso, e che prima non esistevano.

Conscguentemente all'apprendimento associativo si possono distinguere due categorie: quella della «discriminazione» e quella opposta della «generalizzazione». (Presumo che entrambi i termini si spieghino da soli). Mancando il principio della generalizzazione non può verificarsi quel « transfert didattico» su cui si basa implicitamente la psicoanalisi. Lo stesso vale per l'educazione. Sia la generalizzazione che la discriminazione sono principi facilmente deducibili dal condizionamento (rafforzamento selettivo ed estinzione).

Non è difficile capire inoltre, come gli aggettivi bipolari di Osgood e la differenziazione semantica, la percezione del mondo che ci circonda in termini di opposti, bianco-nero, buono-cattivo, alto-basso, siano facilmente condizionati ed influenzati dai preconcetti e dai pregiudizi che nutriamo nei loro confronti. Questo tipo di atteggiamento mentale pigro, tendente a semplificare, forse chiuso in se stesso è molto diffuso, e lo si può notare anche e forse meglio senza l'aiuto della conoscenza degli aspetti positivi e negativi, una specie di Giano bifronte, che risale agli archetipi. Ma anche se siamo al corrente di tutto ciò ci resta da imparare **quali sono le condizioni che ci fanno regredire** ad un modo di pensare così primitivo, che ci impedisce di imparare tutto ciò che c'è di nuovo. Questo si verifica soprattutto quando si scontrano scuole o gruppi di analisti in rivalità tra di loro.

E non solo le opinioni, ma delle forme sbagliate di lealtà possono essere sufficienti per portare a generalizzazioni e a discriminazioni, per muoversi su posizioni primitive. Fra questi punti di vista di ordine generale, è necessario ricordare che parole come «condizionamento» e «condizionato» fanno ormai parte del vocabolario di tutti i giorni e quindi dal punto di vista dell'esperto sono divenute espressioni di gergo. Ogni volta che ciò accade, cioè ogni volta che una parola di significato puramente psicologico diviene di moda, si può ragionevolmente dedurre che essa viene ad occupare un posto che era vacante, e che adesso viene riempito da una espressione.

È davvero impressionante pensare a fenomeni ben noti, ad esempio di persone che vivendo o lavorando in comune finiscono per comunicare e reagire l'uno all'altro in forma completamente stereotipata, e ciò ha un forte ascendente sul nostro modo di comportarci, come afferma Eric Berne in un suo lavoro dal titolo «I giuochi che piacciono alla gente». Il particolare tipo di complementarità che nasce in una coppia (nel bene e nel male) è un chiaro esempio di «condizionamento» nella sua accezione corrente. Non basta dire che le persone si abituano l'una all'altra per esaurire l'argomento, la formula Stimolo-Risposta interviene comicamente ad accentuare l'autonomia delle risposte.

Per quanto riguarda i punti di vista particolari della teoria dell'apprendimento accennerò agli argomenti di cui ho intenzione di parlare sia pure in modo non approfondito:

- 1) Entrambi siamo interessati alle trasformazioni che avvengono nell'individuo. Ma mentre gli analisti posseggono in proposito una conoscenza in termini più che altro metaforici, i teorici dell'apprendimento si sono occupati con mezzi più meccanici e dettagliati di come dalle spinte primarie scaturiscano i motivi secondari. I rafforzatori cosiddetti primari sono direttamente interessati alla riduzione

della spinta: la tensione fisiologica della fame è diminuita dal cibo. Lo stimolo secondario cioè la luce che si accende contemporaneamente al tono che ha prodotto il riflesso condizionato— la salivazione — può servire a rafforzare il primo per associazione, ma può allo stesso modo ridurre la spinta proprio in virtù della associazione precedente con il rafforzatore primario. E il punto importante è che questi additivi secondari dell'elemento rafforzatore aiutano il topo ad attendere e durante questa pausa è possibile l'apprendimento; ad esempio può riuscire a trovare la via d'uscita di un labirinto. I topi riescono a sopportare un ritardo di 15/20 secondi, mentre generalmente l'apprendimento diviene impossibile dopo un ritardo di soli due secondi. Si può tracciare un parallelo fra l'apprendimento che si verifica alla presenza dell'elemento secondario di rinforzo e la somma delle cose imparate, della concentrazione, e delle ripetizioni che fanno parte di una seduta analitica o quando si sa che si rivedrà l'analista il giorno dopo? E in che tipo di occasioni si può richiedere una riduzione diretta della spinta, senza pericolo di causare delle esigenze a circolo chiuso? Mi viene in mente un caso descritto da Jung in uno dei suoi primi lavori, quando gli sembrò che il paziente avesse avuto una ricaduta, Jung scoprì che il suo paziente si era dimenticato di mangiare ed aveva fame. Gli diede allora un po' di pane e latte che ristabilirono le buone condizioni antecedenti.

2) Il secondo punto riguardaci rafforzamento parziale o «intermittente». Ciò appartiene al tipo di condizionamento conosciuto come operativo: la ricompensa (il cibo) viene dopo che si è compiuto il proprio dovere. Il comportamento in questo caso diviene operativo proprio perché opera sull'ambiente, come nel caso in cui si fa tacere un telefono staccando il ricevitore o si apre una porta con la chiave.

Il condizionamento operativo è anche conosciuto come condizionamento strumentale.

La scoperta importante è che se la ricompensa non è regolare, ma intermittente il rafforzamento si verifica ad intervalli piuttosto rari — il piccione becca il cibo ogni cinque minuti (solo di rado l'analista lascia capire al paziente che è d'accordo) — quindi la risposta condizionata stabilita è assai più difficile da estinguersi di quanto lo sia una risposta causata da continui e regolari rafforzamenti o premi. Skinner arriva ad attribuire a questi rafforzamenti discontinui la causa di superstizioni e dell'abitudine di giocare d'azzardo. (Lo, stesso vale per le punizioni, quelle saltuarie sono più efficaci). La ragione è forse la costruzione di una rappresentazione mentale di ansietà o di soddisfazione, una qualche anticipazione o aspettativa di ciò che deve accadere e che finisce per diventare più forte dell'avvenimento reale? Se per quanto concerne l'uomo ritengo la risposta sia affermativa, da ciò nascono problemi pratici di questo genere: se cioè si aiutino di più i pazienti con sedute molto frequenti (che portano a rafforzamenti continuati) oppure se un programma flessibile di sedute relativamente distanti l'una dall'altra porti migliori risultati. Ad ogni modo quale è lo scopo che ci proponiamo? Le risposte che conosciamo sono nei termini della nostra materia, e cioè comprensione di noi stessi, consapevolezza, rafforzamento dell'Io attraverso la differenziazione dalle proiezioni archetipali, integrazione e individualizzazione. Ma la nostra chiarezza diminuisce quando dobbiamo stabilire quale è o quale dovrebbe essere il fattore terapeutico in situazioni individuali particolari. Ciò di cui siamo sicuri è che una volta che il paziente ha iniziato un trattamento psicoanalitico è quasi costretto a proseguirlo, anzi come del resto lo stesso analista, può assuefarsi ad esso e restarvi agganciato per il resto della sua vita. In altre parole l'analisi è uno strumento molto potente, come potente è per gli sperimentalisti «la formazione del comportamento», che è lo strumento del terapeuta del comportamento. È per tutte queste ragioni che è necessario essere oltre-

modo chiari sui nostri scopi e sulle nostre valutazioni.

3) Il terzo esempio di come si debba fare attenzione a ciò che si sta facendo riguarda la sfera che va sotto il nome di apprendimento viscerale. Neal E. Miller della Rockefeller University riuscì a condizionare i cani in modo da ridurre la loro salivazione mediante premi positivi e Carmona riuscì a premiare i gatti mediante onde E.E.G. a bassa frequenza di alto voltaggio che partivano dal cervello, ottenendo così che essi stessero seduti immobili come sfingi fissando il vuoto, o invece a premiarli mostrando loro onde di basso voltaggio ad alta frequenza, cosicché essi impararono ad essere insolitamente attivi e vigili. In questo caso, desidero menzionare un esperimento nel quale io fui il soggetto. Lo scopo era di vedere se entro un dato tempo breve potevo imparare a produrre e ad aumentare il ritmo che il cervello produce quando è a riposo, ma non addormentato. (Gli elettrofisiologi si riferiscono ad esso come al ritmo alfa). Fui chiuso in una stanza piccola, oscura e completamente a prova di suono, illuminata soltanto da una debole luce. Ero seduto su una sedia perpendicolare, avevo gli elettrodi attaccati al cuoio capelluto, le istruzioni erano di tenere gli occhi aperti, ma di escludere le immagini il più possibile dalla mia mente. Nella stanza una scatola faceva un ticchettio, quando il mio cervello produceva il ritmo desiderato (alfa). Durante l'esperimento tentai in vari modi di avere pensieri e sentimenti privi di immagini, con maggiore o minor successo, finché, alla fine, scoprii che il modo di gran lunga migliore era di entrare in una specie di associazione con la scatola che produceva rumore. Ciò si dimostrò vero perché la percentuale di ritmo alfa prodotto era costantemente aumentata dal 9% durante i primi cinque minuti al 38% durante gli ultimi cinque. Dopo, lo sperimentatore incaricato mi disse che di solito si trovava che il metodo di produrre il ritmo desiderato — sebbene descritto con varie parole dai

soggetti — era il più efficace. Aggiunse che gli psicoterapeuti, nel complesso, erano abbastanza bravi con esso. Mi chiesi se ciò era in connessione con la costante pratica di empatia che il nostro lavoro richiede.

Ho visto recentemente un film in cui Miller insegnava ad un volontario di robusta costituzione ad abbassare il suo B.P. Non si può fare a meno di paragonare questo tipo di apprendimento con quello del metodo yoga, che insegna a controllare il proprio respiro ed anche i battiti del cuore. Questo controllo delle nostre funzioni fisiologiche per mezzo della volontà, nonché la conoscenza di ciò che Jung come Bleuler, chiama «lo psicoide», sono presumibilmente associati con i gangli posti sotto la corteccia cerebrale e possono aprire una nuova strada per accostarsi ai sintomi secondo i metodi psicosomatici.

4) Tenendo presente da una parte quanto ho detto analizzando i punti generali applicabili ad una gamma molto vasta di processi psicoterapeutici e allo apprendimento così detto viscerale, che le nostre menti eminentemente razionali considerano «primitivo», ed esaminando d'altro canto l'enorme edificio che abbiamo messo su secondo criteri puramente razionali, di pensieri e di azioni che sono l'espressione della tecnologia, della scienza dei computers e dell'analisi del comportamento umano secondo metodi meccanicistici e fisiologici, noi analisti ci interessiamo molto al fatto che i terapisti del comportamento sono divisi fra la classica teoria **dell'apprendimento secondo l'abitudine motosensoria** e le teorie più recenti che formano il gruppo di quelle che sostengono l'apprendimento mediante la comprensione e il raggiungimento di un determinato scopo. A questo proposito sono esempi rilevanti l'esperimento di Tolman nel quale si sostiene che il topo è in grado di imparare qualcosa come una mappa o dei riferimenti di tipo spaziale piuttosto che prendere delle abitudini, e la scimmia di Kohler, il famoso Sultano.

Non mi pare di esagerare affermando che questo ultimo tipo di apprendimento si avvicina molto a ciò che chiamiamo intuito. Cade a questo proposito l'apprendimento così detto latente a bassi livelli di spinta o in assenza della componente del premio.

Hilgard e Atkinson (p. 305) citano questo esempio: quando siamo in un grande magazzino notiamo la disposizione degli oggetti che ci interessano anche se non dobbiamo acquistarli, in questo modo il giorno che decidiamo di comprarli sappiamo immediatamente dove trovarli.

Se aggiungiamo a tutto questo i diversi stadi del risveglio da un sonno senza sogni alla piena coscienza, possiamo vedere come sia possibile giungere all'oggetto analogo a quello usato costantemente, cioè la divisione ipotetica fra apprendimento conscio ed inconscio.

#### 5) Scopi della terapia alla luce del background sociale.

Qualunque esso sia non possiamo fare a meno di notare che stiamo vivendo (forse siamo alla fine di essa) in un'era che conferisce gloria soltanto a conquiste ben misurabili di successo accademico. ed a precise qualificazioni.

La nostra è l'epoca del «laureato» ed i soli altri successi riconosciuti sono quelli del capitalista e dell'«entertainer» originale. Sta rapidamente scomparendo dalla scena la figura dell'abile artigiano, la cui capacità è sviluppata non solo da un tipo di apprendimento motosensorio —come quando si impara ad andare in bicicletta — ma anche dall'aggiungere a ciò una passione quasi devota per il lavoro incluso una specie di affinità col materiale che tratta e con i suoi arnesi.

Il problema che nasce da questa constatazione, cioè di ciò che possiamo imparare dai teorici dell'apprendimento, forma la materia dell'ultima parte della mia esposizione.

## **Punti di disaccordo superabili e insuperabili.**

La prova dell'enorme supervalutazione di ciò che si può ottenere solo per mezzo dell'insegnamento teorico e degli esami, è che fino al 1970 sia in Inghilterra che in America i terapisti del comportamento non erano sottoposti a nessun tipo di esercitazione sotto controllo. Il sistema del tirocinio, fattore di grande importanza nel training degli analisti e un po' meno in quello dei medici — tranne in Gran Bretagna dove è più importante il tipo di università frequentato e in quale ospedale si è stati, piuttosto che sotto chi si è compiuto il periodo di tirocinio —, appare completamente assente dal training dei terapisti del comportamento che ha un indirizzo più accademico che clinico.

La psicologia di S-R, la paura dello stimolo, lo spinoso problema delle variabili intercorrenti, le aspirazioni neurofisiologiche, tutto si riduce a vedere nel paziente una persona come noi. Ma si deve pur vedere questo fenomeno nel suo ambito culturale, e con questo intendo la svalutazione del rapporto maestro-allievo in un'epoca in cui corsi accelerati e macchine capaci di insegnare dominano il campo dell'apprendimento. Perfino l'atteggiamento liberale di Jung verso le altre scuole psicodinamiche non è riuscito a superare la difficoltà di spiegare ai non iniziati che cosa sia la psicanalisi. La esperienza come lo sviluppo non possono essere spiegate (Eriebniss).

Come nel caso dei drogati rimane un baratro invalicabile fra quelli che hanno preso la droga e quelli che non l'hanno presa. Se non la si è provata non se ne può discutere, se si, è quasi impossibile non esserne influenzati, e da qui alla formazione di un culto esclusivo o di una sottocultura il passo è breve. Quello che sto cercando di dire è questo: nel tipo di educazione occidentale noi riconosciamo ufficialmente solo due categorie di conoscenza acquistata mediante l'apprendimento, incluso un training professionale e l'esperienza, quello del dilettante e quello del professionista o dell'esperto.

**Ciò che non abbiamo è un tipo di conoscenza che sia il risultato della coltivazione di esercizi fisici e spirituali.** Negli «Insegnamenti di Don Juan: un metodo Yaki per arrivare alla conoscenza», Carlos Castaneda racconta i suoi tentativi durati cinque anni di seguire il suo maestro, un indio messicano, nei suoi esperimenti per mezzo di droga preparata con grande attenzione, allo scopo di divenire un uomo sapiente, e come alla fine fu costretto ad arrendersi al primo nemico naturale dell'uomo, la paura. (Il secondo nemico o la visione chiara delle cose, il terzo è il potere «il più forte di tutti i nemici», il quarto è invincibile, può essere respinto, ma non sconfitto: è la vecchiaia). La grande fioritura di esperienze di tipo mistico, come lo yoga, lo zen, si può considerare come una ricerca della conoscenza attraverso vie diverse da quelle che si seguono nelle scuole e nelle università. Questi tipi di sviluppo progressivo che - così spesso avvengono nell'uomo al termine della sua maturazione fisica, sono ben noti agli psicologi analitici.

La teoria dell'apprendimento non dà abbastanza importanza al fatto che quando si è imparato qualcosa non avviene in noi soltanto un cambiamento motosensorio o una ristrutturazione della conoscenza o ancora la soluzione di un problema, ma è proprio la persona che dopo aver imparato non è più la stessa di prima, cioè l'insieme dei concetti imparati influenza direttamente il recipiente che li accoglie, la nostra mente. In modo più prosaico la persona scopre nella sua vita nuovi scopi che non sono conquiste, ma esperienze capaci o no di arricchire. Dicendo questo sono giunto al tallone di Achille della dottrina del comportamento, che si manifesta nel modo di porre ogni questione, che è sempre in prima persona e al tempo presente. Generalmente noi non giungiamo alla conclusione che siamo eccitati perché le nostre mani stanno tremando. Questo aneddoto lo racconta Norbert Wiener, che dopo aver parlato ad un collega nei campus gli chiese: «Dove ero diretto quando ci siamo

incontrati?» «Da quella parte». «Bene, questo vuol dire che ho già mangiato». Certamente pochi di noi riescono ad arrivare a tali conclusioni attraverso mezzi oggettivi. Ma bisogna fare attenzione a non cadere nell'errore opposto, cioè nell'introspezione spinta a tal punto da farci considerare quello che abbiamo notato valido per noi stessi, come valido per tutti: questo modo di agire se non facciamo in modo da rendere esplicito il nostro modo di pensare ci porta il rischio di divenire soggetti di idiosincrasie, di narcisismo, di autismo ecc., (anche se non vogliono ammetterlo, gli analisti hanno anche loro le proprie parole sacre). Eccoci adesso giunti a quello che io considero il vuoto incolmabile che divide l'applicazione psicoterapeutica della teoria dell'apprendimento e quella della psicoterapia analitica (con l'eccezione della così detta terapia focale). Il fatto è che i loro scopi hanno un carattere diverso. La cosa in breve sta in questi termini: i metodi psicoterapeutici diretti all'estinzione dei sintomi, al raggiungimento di un adattamento e alla eliminazione di abitudini disadattate, sono politicamente compatibili con i regimi totalitari; invece le psicoterapie ad orientamento analitico che danno la precedenza allo sviluppo della personalità sono compatibili con l'anarchia. Uso questa parola facendo riferimento a due definizioni trovate in S.O.D. a) assenza e non riconoscimento di nessun tipo di autorità in nessun campo; b) anarchia del pensiero o continua rivoluzione mentale. Naturalmente queste sono definizioni portate all'estremo ma sono la logica conseguenza di quanto affermano i teorici da ambo le parti.

Occupiamoci prima della terapia del comportamento. Di continuo incontriamo nei libri parole come adattamento sociale, comportamento ben adattato, comportamento indesiderabile, controllo del comportamento, è acquisizione di ruoli socialmente desiderabili. Tutto questo è dato dall'adattamento e dalla formazione del comportamento. I metodi sono chiari, ma la strategia non è materia di discussione. Se si insiste a chiedere quale sia un comportamento

oggettivamente desiderabile, il problema si rimanda alla volontà del paziente e alla possibilità della sua attuazione. «Per un terapeuta il problema di accettare o meno la scala di valori e gli scopi di un paziente, dipende soltanto dalla possibilità di attuazione di essi e dalla felicità che da questa attuazione può venire al paziente». (Marks in Ciba p. 265). In contrasto con questo è il fine cui tendono psicologia analitica e psicanalisi, che è la ricerca della propria individualità e la realizzazione di se stessi. L'essere accettati dalla società non costituisce l'elemento più importante della cura psicopatologica. «Il nostro scopo non è creare dei conformisti» così afferma uno psicanalista trattando il problema. «Il superlo è un sostituto necessario ed inevitabile nella esperienza del soggetto» scrive Jung in «Il simbolismo di trasformazione nella Messa» (C. W. 11,260) e ancora «l'individualità personale non può essere messa sullo stesso piano della moralità collettiva o dell'istinto naturale, ma deve essere considerata un fattore determinante, laddove la natura è unica e individuale». In teoria almeno, gli analisti concorderebbero con un'anarchia di pensiero o per dirla in linguaggio biblico «lo spirito soffia dove vuole». Ma in pratica è proprio vero che essi si ispirano a tali principi o piuttosto non sono inclini a mostrare risultati che consistono nell'adattamento sociale e in fini e scopi socialmente desiderabili? Esiste forse uno psicanalista che non desidera che i suoi giovani pazienti lascino la loro casa e sviluppino tendenze eterosessuali?

E più tardi che si sposino e se è possibile che rimangano sposati ed abbiano dei bambini. E che sviluppino le loro potenzialità trovando lavori ben retribuiti, facendo buone amicizie; senza accusare nessun sintomo e senza divenire schiavi dell'alcool o di altre droghe, ed infine senza adottare nuove dottrine durante l'analisi. In base a tutto ciò sostengo che nessuno di questi principi coincide necessariamente con la realizzazione di se stessi, intesa nel senso di Jung. In linea di principio dunque gli analisti e i terapeuti del comportamento si discostano

chiaramente l'uno dall'altro, ma dato che vivono in una stessa epoca ed in una stessa società vengono inevitabilmente a trovarsi in rivalità, poiché in pratica essi hanno gli stessi scopi concreti conseguenti a ciò che richiede l'ambiente sociale.

Quando dico che da tutti i bambini ci si attende che imparino a leggere ed a scrivere e a far di conto ed inoltre ad abituarsi a riflettere prima di agire (il famoso detour di Freud), affermo una cosa ovvia, per mettere in evidenza che le necessità culturali e la realizzazione di se stessi possono essere estremamente difficili da distinguere.

### **Osservazioni generali sui casi illustrati.**

A questo punto siamo pronti a tornare sui casi illustrati precedentemente.

Il ragazzo la cui madre volle a tutti i costi servirsi di un apparecchio di condizionamento per la cura della sua enuresi, la giovane che fu sottoposta ad una terapia di decondizionamento per l'alcoolismo, l'uomo che si autoprescrisse un trattamento di desensibilizzazione, la nubile affetta da fobia che smise di lavorare per un anno, ed infine l'uomo di mezza età che dovette fallire per riuscire a diventare qualcosa di più che il figlio di suo padre. Malgrado le profonde differenze che dividono questi casi, essi, secondo me, hanno un elemento comune: il bisogno assoluto di dire di no. Il ragazzo aveva la necessità di non arrendersi, per resistere alla madre era necessaria più forza che per il trattamento condizionatore, e il suo conflitto a questo proposito si manifestò nella tarda adolescenza, quando egli divenne uno studente in preda ad esaurimenti e depressioni, pur frequentando il miglior college e poi la migliore università del paese.

La donna alcoolizzata aveva sofferto per la mancanza d'affetto da parte della madre. Lei e suo fratello avevano adottato una forma di accondiscendenza esteriore che contrastava con la ribellione che li divorava internamente e che la donna aveva trasferito nell'ambito della sua vita familiare. Il caso

dell'uomo che dovette diventare un fallito, perché come simbolo del successo del padre si sarebbe disprezzato è anch'esso molto chiaro. La donna che lasciò il proprio lavoro per un anno divenne capace di rifiutare un adattamento socialmente considerato di pieno successo. L'uomo che desiderava essere allo stesso tempo sposato e celibe, legato e libero, nutriva nei confronti del successo lo stesso atteggiamento ambivalente, e ancora gli stessi sentimenti egli provava verso la madre che lo aveva voluto come sostituto di una carriera che lei aveva dovuto abbandonare a causa del matrimonio.

Ciò che desidero mettere in evidenza è l'abilità e allo stesso tempo la necessità dell'uomo di respingere e rifiutare perfino il trattamento dettato dalle migliori intenzioni. Egli o costretto a vivere in preda al conflitto di adattarsi alla società e al tempo stesso al desiderio di difendere il suo diritto alla propria individualità; Aristotele ha detto: «dove siamo liberi di agire, là siamo anche liberi di rifiutare l'azione, e se siamo liberi di dire di no siamo anche liberi di dire di sì». Da notare che il no viene prima del sì. D'altronde Rene Spitz ha scritto un libro sullo sviluppo del bambino intitolato appunto «Sì e no». Per quanto ne so ne gli etologi e i teorici dell'apprendimento si sono mai occupati di questa spinta ad affermare la nostra individualità.

La chiamo spinta perché essa può essere forte ed insopprimibile come il sesso o la fame o ciò che dice Jung chiama istinto creativo. Forse è addirittura una manifestazione di questo istinto. Jung conosceva bene la difficoltà di definire il concetto di «istinto» che egli considerava «un fenomeno biologico di tremenda difficoltà». Ma espresse chiaramente il suo pensiero quando scrisse: «Per quanto si possa provare che l'lo è dipendente e condizionato, non lo si può convincere che non è libero ».

Nietzsche disse: «L'uomo è l'animale capace di dire di no».

Pare che le teorie dell'apprendimento non siano d'accordo su questa caratteristica umana che si può

dedurre dalle esperienze cliniche come dalle osservazioni di tutti i giorni.

### **Riepilogo**

Il problema di cui gli analisti dovrebbero tenere conto è che anche se essi ammettono uno sviluppo dell'individualità completamente libero, hanno una conoscenza poco approfondita, da riprodurre, basata più che altro su metafore e analogie, che non basta a spiegare come avviene questo sviluppo. Naturalmente abbiamo le nostre teorie sullo sviluppo, e possediamo delle tecniche per far riaffiorare nel presente ciò che appartiene al passato, e per la trasformazione dell'energia psichica. Esistono anche degli elementi comuni alla psicanalisi ed alla etologia, in gara fra loro per un riconoscimento teorico. Ma i teorici dell'apprendimento possono dimostrare gran parte dei meccanismi di apprendimento a diversi livelli ed in diverse situazioni. Essi però possono soltanto applicare la loro conoscenza riconoscendo che lo scopo della loro terapia può avere un'unica conclusione la cui etica non può venir messa in discussione. La mia conclusione è che entrambe le teorie hanno qualcosa di imparare l'una dall'altra, cosa che in effetti fanno. C'è un bisogno continuo di rivedere le proprie teorie alla luce dei risultati ottenuti e per non isolare l'analisi dalla psicologia e dalla sociologia.

(Trad. di CATERINA BALLARATI)

### **BIBLIOGRAFIA**

- 1) R. A. Hinde, *Animal Behaviour: a synthesis of ethology and comparative psychology*. New York, McGraw-Hill, 1966.
- 2) J. Sluckin, *Early learning in man and animal*. London, Allen & Unwin, 1970.
- 3) E. R. Hilgard & R. C. Atkinson, *Introduction to psychology*. New York, Harcourt Brace & World, 1967.
- 4) J. W. M. Whiting & L. L. Child, *Child training and personality: a cross-culture study*. Yale University Press, 1953.

- 5) H. J. Eysenck, *Sense and nonsense in psychology*. Pelican Original. England, 1958.
- 6) E. R. Hilgard & G. Bower, *Theories of learning*. New York, Appleton Century-Crofts. 1966.
- 7) E. R. Siqueland & L. P. Lipsitt, *J. Exp. Child Psychol.*, 1966. 3, pp. 356-376.
- 8) H. F. Hunt, *The role of learning in psychotherapy*. London, Ciba Foundation. 1968.
- 9) C. G. Jung, *Collected Works Vol. 5 (Symbols of Transformation)*, London. Routledge & Kegan Paul, 1956.
- 10) N. E. Miller, *Visceral learning and other additional facts potentially applicable to psychotherapy*. London, Ciba Foundation, 1968.
- 11) C. Castenada, *The teachings of Don Juan: a Yaki way of knowledge*. London, Penguin Books, Ltd., 1970.
- 12) I. M. Marks, In discussion of ref. 9).
- 13) C. G. Jung, *Collected Works Vol. II (The transformation symbolism of the Mass)*. London, Routledge & Kegan Paul. 1956.
- 14) C. G. Jung. *ibid.* (Psychotherapists and the clergy).
- 15) C. G. Jung, *ibid.* (Transformation symbolism of the Mass). C. G. Jung, *Psychogenege ber geisteskrankheitm*, Geggammette Werke 3 Bd., Zurich. 1968.