

1



L'INCERTO EMERGERE DI UNA CULTURA PSICOLOGICA

Rispetto a cinquant'anni fa la percezione del malessere psicologico e delle psicoterapie è largamente mutata, in una maniera pervasiva e capillare. Cinquant'anni fa in Italia non esisteva un albo professionale degli psicologi, con relativo codice deontologico, né esisteva una facoltà di psicologia, né era normativizzato in maniera particolarmente seria e attendibile l'accesso alle scuole di specializzazione e l'itinerario didattico che queste dovessero prevedere. Adriano Ossicini infatti, dopo una lunga e penosa battaglia non solo parlamentare ma anche culturale, riuscì a ottenere nel 1989 l'istituzione dell'Albo. Parallelamente, si può dire negli stessi decenni, Ernesto Valentini aveva lottato per l'istituzione prima di un corso autonomo di studi psicologici, e poi per la creazione di una vera e propria facoltà di psicologia distaccata dalle altre – un progetto politico e accademico che avrebbe ottenuto il suo scopo nel 1991.

Nel mondo che Ossicini e Valentini cambiarono, e di cui ancora avvertiamo qualche strascico, la psicoterapia era da una parte un affare da ricchi, un problema che affliggeva signore borghesi troppo lamentose e sfaccendati aristocratici in disarmo, dall'altra un giocattolo per intellettuali annoiati e con scarso senso pratico.

In alternativa a tutto questo c'erano i trattamenti, ma non ancora psicoterapici, soprattutto farmacologici per tutti i titolari di psicopatologie gravi, che la Legge 180 aveva liberato dai manicomi ma la cui parziale realizzazione aveva qualche volta lasciato in mezzo alla strada. Nel mondo di allora cioè, un rigido classismo, condiviso dall'alto e dal basso, non riconosceva ai ceti meno abbienti, al mondo operaio o contadino, sufficiente complessità mentale per toccare gli alati vertici della tristezza, della malinconia, della depressione, e le uniche visibilità concepite erano concesse agli uccelli del paradiso alto-borghese, o in alternativa ai paria di tutte le comunità – quelli che un tempo venivano segregati nei manicomi e che dopo, con alterne vicende, sarebbero stati seguiti dai servizi territoriali. Di conseguenza, il mondo delle psicopatologie si divideva in due grandi gruppi: da una parte le avvilenti quanto incomprensibili depressioni e dall'altra le romantiche schizofrenie, che ancora oggi seducono scrittori. In questa mappatura così rigida del funzionamento psicologico allora, la psicoterapia aveva un margine modesto per svilupparsi ed emanciparsi, un campo applicativo troppo ristretto, per tipo di utenti e per oggetti di cura; buoni modelli teorici facevano fatica a inglobare le diverse realtà della vita delle persone, che pure avrebbero avuto bisogno in più di un caso di sostegno. All'epoca c'era già in effetti una vasta zona grigia intermedia, tra le psicosi e le depres-

sioni gravi, ed era costituita dal vasto oceano degli esaurimenti nervosi. Prima della Legge Ossicini, ogni volta che qualcuno stava male e magari mandava a rotoli la propria vita si diceva: «Ha un brutto esaurimento nervoso!» E se in famiglia c'erano soldi a sufficienza si mandava il giovanotto o la giovanotta col brutto esaurimento nervoso a cambiar aria in un'altra città, a fare esperienza altrove, oppure se si era più grandicelli si sfasciava un matrimonio. Se invece niente di tutto ciò era possibile, si virava verso gli psicofarmaci – all'epoca meno efficaci di oggi, e spesso con effetti collaterali decisamente più invalidanti. Il vasto oceano degli esaurimenti nervosi comunque riguardava la media e certo anche l'alta borghesia. Al di sotto della media borghesia non c'era però tempo manco per quelli, e la scorciatoia dell'alcolismo arrivava più immediata, e ancora più immediata purtroppo, da un certo momento in poi, la via regia della tossicodipendenza.

D'altra parte la nebulosa galassia degli addetti ai lavori, senza un centro ideale di riferimento – un albo, un'università, insomma un canone – si mostrava più che mai confusa, quanto mai esoterica, con picchi di seducente sciamanesimo a cui si mischiavano solidi elementi di diletterantismo. Tutti potevano diventare psicoterapeuti senza alcun obbligo di formazione precisa, bastava qualche lezione in una qualche associazione ed eventualmente una psicoterapia su di sé. Sulla bocca degli intellettuali trionfava il prestigio delle grandi associazioni analitiche, la junghiana e la freudiana, ma tutto intorno cominciavano a fiorire altri piccoli gruppi e piccole associazioni. La specializzazione in psichiatria formava poi altri addetti ai lavori che però si sarebbero accollati soprattutto il lavoro spor-

co delle patologie più gravi – e con metodologie non sempre limpide. Allora, come ancora oggi, la formazione psichiatrica nell'università italiana vantava solide basi per tutto quello che c'era e c'è di biologico da sapere, rimanendo invece piuttosto generica e superficiale su tutto quello che riguardava e riguarda la conoscenza psicodinamica del comportamento, e quindi forniva e fornisce professionisti non sempre garantiti sulla qualità della preparazione psicologica.

Era dunque anche normale che con un panorama così confuso e poco affidabile, dove non era possibile capire cosa era abuso e cosa no, dove si sentiva a tratti vociferare di approcci teorici l'uno in competizione con l'altro, la possibile utenza si sentisse respinta, poco attratta, spaventata, che alle normali resistenze che si possono avere all'idea di parlare con qualcuno della propria vita privata, si unisse una terrorizzata diffidenza verso un mondo di prassi che non offriva davvero nessuna forma di garanzia. Con questi sentimenti di diffidenza così diffusi, le retoriche di classe – l'analisi è una cosa da ricchi! – e le retoriche di conformismo – la psicoterapia è per fuori di testa! – fiorivano con maggior agio.

L'introduzione di un albo e di una facoltà di psicologia avviano allora un processo che si può dire ancora in atto. In Italia poté cominciare a edificarsi, a partire dall'esistenza di un'università dedicata, la psicologia come disciplina autonoma¹ che, per quanto diversificandosi in svariati approcci, cominciò ad as

1. Non che già non esistesse in Italia la psicologia come disciplina oggetto di ricerca. Prima dell'istituzione della facoltà era suddivisa tra istituti universitari di filosofia e medicina, per esempio il Gemelli a Milano. Non c'era però raccordo con il mondo delle psicoterapie, per la cui formazione c'erano solo le scuole private dei diversi orientamenti.

somigliare più a un albero che a una costellazione, più a un arcipelago di cui si possono scorgere le relazioni sommerse tra isole, che a un assemblamento di pensieri diversi.

La presenza stessa delle facoltà negli atenei italiani, per quanto battute dalle mareggiate delle mode teoriche, ha favorito lo sviluppo di una ricerca rivolta ai presupposti che accomunano le diverse prassi cliniche. Come vedremo meglio nei prossimi capitoli, l'università rispetto alle diverse scuole teoriche ha costituito una sorta di tribunale laico con lo scopo di valutare e validare le singole teorie, e confrontasse i singoli approcci, restituendoli a tutti gli studenti e futuri psicologi e gettando così le basi per un'identità professionale nuova, quella dello psicologo. Io credo che ad oggi questo processo non sia ancora esplicito e compiuto, ma che ci siano una serie di premesse di cui psicologi e psicoterapeuti non sono sempre perfettamente consapevoli che poi diventano operative quando, pur provenendo da formazioni disparate, si trovano a lavorare insieme in progetti di équipe o a confrontarsi tra loro in scambi professionali. Oggi gli psicologi, e soprattutto gli psicologi clinici,² condividono un unico vocabolario – ossia le diagnosi che usano – un unico codice deontologico, e alcune regole ricorrenti del loro lavoro. Le psicoterapie stanno diventando i membri di una famiglia molto litigiosa, dove non sono morte ancora le antiche rivalità ma in cui tutto sommato specie i nuovi arrivati sentono fortemente l'appartenenza a un gruppo distinto riconoscibile e circoscrittibile che ha una grande base condivisa e un idioma proprio.

2. La psicologia clinica è quella branca della psicologia che si occupa di indagare l'ambito delle diagnosi, delle psicopatologie quindi, eventualmente delle prassi di intervento.

Per capire bene questo passaggio, bisogna considerare l'argomento anche da un'altra prospettiva, che riguarda la legittimità scientifica della disciplina. Fuori dall'Italia, già da almeno cinquant'anni prima della nascita della facoltà di psicologia, esisteva una florida ricerca sperimentale di matrice accademica, che da allora fino ad oggi si è occupata di conferire oggettività ai costrutti più importanti nati dalla ricerca psicologica e garantire replicabilità ai risultati delle psicoterapie. Fintanto che non c'è stata una facoltà di riferimento in Italia, il lavoro di questa ricerca – che in nord America e non solo ha implicato un consistente coinvolgimento di energie economiche e intellettuali – non ha attraversato il confine, e di quella legittimazione terribilmente efficace sul piano della comunicazione non c'è stata notizia.

La pratica psicoterapeutica, tanto nella sua versione psicodinamica quanto nelle variabili cognitivo-comportamentali o sistemico-relazionali, è rimasta percepita soprattutto come esercizio di cultura di intelletto, di gioco logico in mano a gente particolarmente allenata. In particolare la scena fino a tutti gli anni Ottanta è stata occupata dal mito della psicoanalisi freudiana, dalla volgarizzazione dei suoi capisaldi, in una maniera così massiva che molti concetti freudiani per quanto distorti sono entrati nel lessico condiviso – si pensi a formule come «complesso edipico», «lapsus freudiano», «personalità narcisistica» – svuotandosi parzialmente del loro senso originario. Parallelamente all'idea di un'analisi freudiana era correlato un tale senso di aureo prestigio e finezza, che ancora oggi, nonostante l'approccio ortodosso sia considerato dai più impraticabile per un ritmo di sedute che chiede troppi soldi e troppo tempo, le persone tendono a riferirsi alle più svariate forme di psicoterapia

chiamandole analisi, anche se si tratta di forme psicoterapeutiche sostanzialmente diverse.

Tuttavia, si diceva, il cambiamento è avviato.

Con un andamento irregolare, e quasi a macchia di leopardo, la psicologia, una volta istituzionalizzata, è entrata nel lessico comune, riuscendo a ottenere un ruolo nevralgico in alcune postazioni della vita civile. Oggi è estremamente frequente che un tribunale prescriva una terapia in sede processuale, per esempio a una coppia che a seguito di un burrascoso divorzio si contende un figlio, o a un giovane tossicomane incriminato per spaccio di stupefacenti. Nelle scuole ci sono spesso psicologi a cui possono rivolgersi gli studenti, e non poche aziende utilizzano psicologi del lavoro per migliorare la produttività e la qualità della vita dei propri dipendenti. Ci sono – ancora per poco – servizi pubblici dove fare domanda per una psicoterapia, e oggi per queste domande c'è una lunga lista di attesa.

Si è fatta strada la consapevolezza di una necessità, una domanda dunque, che ha perso le gloriose forme dell'esaurimento nervoso, e che ha acquisito una nuova terminologia, un po' chino più evoluta. Le persone ora parlano di depressione, oppure di ansia, o vengono in consultazione rendendosi conto che delle cose nella propria vita non vanno e che un dialogo con un esperto potrebbe essere d'aiuto per aggiustarle.

Anche nel linguaggio pubblico le cose stanno cambiando, seppur con lentezza ed estremo ritardo: a commentare importanti fatti di cronaca, dopo aver continuato testardamente a chiedere il parere di scrittori e romanzieri, i giornali stanno cominciando a chiamare gli psicologi e gli psichiatri, e si inizia a intravedere una modificazione del linguaggio e dello sguar-

do nel modo di raccontare episodi che sono sintomo o anche esito di una diagnosi psichiatrica.

Si fa dunque strada una nuova abitudine alla psicologia e alla richiesta di intervento clinico – la domanda delle psicoterapie aumenta, anche se molto confusamente.

La confusione è determinata dal fatto che l'istanza di cura è stata legittimata, le agenzie di cura accolte nel tessuto quotidiano, ma sul cosa dica la psicologia, cosa facciano le psicoterapie, cosa si può chiedere e ottenere regna il caos totale. Nella cultura collettiva manca completamente un metro di competenza, e sono assenti anche dei rudimenti minimi per discriminare in un campo di offerte che resta estremamente variegato. Si moltiplicano gli indirizzi clinici, il panorama è fitto di professionisti di diversa formazione e le persone che ne hanno bisogno si aggirano tra loro affidate al caso, sulla scorta del consiglio di qualche amico che ne sa, con idee molto confuse sui propri bisogni e su cosa sia deontologicamente corretto, o iscritto nelle prassi di cura. Molte persone distinguono vagamente tra psichiatri, psicologi e psicoterapeuti, ma quasi nessuno scorge le differenze tra i diversi tipi di psicoterapia. Magari asseriscono con disinvoltura di andare in analisi. Ma se poi l'analista gli chiede di raccontare un sogno rimangono stupefatti.