

Transizione ad un setting artificialmente vero Transition to an artificially true setting

Loredana Paradiso – Medico, specialista in Neurologia e in Psichiatria – TSTA. Svolge attività libero professionale in ambito psichiatrico e psicoterapeutico. Docente e Supervisore presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia ad orientamento Analitico Transazionale dell'Istituto Performat, sede di Catania.

In the last twenty years in the world of Transactional Analysis a reflection and revision of many of its theoretical cornerstones has developed with the result of widening the already varied range of different TA schools and orientations and of providing a different definition of the methodological system, which derives from the former (Gregoire J. 2012). Berne himself had conceived the San Francisco seminars as a “place” (today it would be called a think tank) where he and his colleagues could reflect on their experiences as social psychiatric workers and pioneers of a new method of group psychotherapy, Transactional Analysis (Berne E., 1963). The great technological, cultural and anthropological revolution that has impacted the globalized society now compels us to further radically rethinking also of the meanings and ways of therapeutic practice, a needed “redefinition” which is necessary in considering post-modern culture, this will be the focus of this contribution.

Key words: Revision, pstmodernism, setting, relationship, enlightenment.

In questi ultimi venti anni nel mondo dell'Analisi Transazionale si è sviluppata una riflessione e revisione di molti dei suoi capisaldi teorici col risultato di allargare il ventaglio già variegato delle diverse scuole ed orientamenti in Analisi Transazionale e di definire diversamente l'impianto metodologico, che dai primi derivano. (Gregoire J. 2012) Berne stesso aveva concepito i seminari di San Francisco, come “luogo” per sviluppare la riflessione, oggi si direbbe secondo la metodologia del *thinking tank*, sulle esperienze che lui e i suoi colleghi andavano facendo come operatori di psichiatria sociale e pionieri di un nuovo metodo di psicoterapia di gruppo, l'Analisi Transazionale appunto. (Berne E., 1963) Ma la grande rivoluzione tecnologica, culturale e antropologica che ha investito la società globalizzata ci costringe ora ad un radicale ulteriore ripensamento anche dei significati e dei modi della prassi terapeutica, “ridefinizione” necessaria alla luce della cultura post moderna, oggetto del presente contributo.

Parole chiave: Revisione, pstmodernismo, setting, relazione, illuminismo.

abstract

La grande varietà di approcci teorici sviluppatasi nell'ambito della ricerca analitico transazionale, che spaziano dall'approccio socio-cognitivo al corporeo-relazionale, dal narrativo ed allo psicoanalitico, testimonia della sua ricchezza epistemologica che comunque, a mio giudizio, affonda le sue radici nella psicologia umanistica del modello berniano con i suoi principi di responsabilità, autonomia e di *okness*, irrinunciabili ed inalienabili espressioni del bene-essere. Al cuore dell'A T si collocano il concetto di "persona" secondo una visione olistica in forza della attenzione sia al versante intrapsichico che a quello relazionale: la profonda accettazione dell'altro, la sua *okness*, la valorizzazione della responsabilità dell'individuo rispetto al proprio destino (scrittura del copione), la autonomia quale obiettivo della terapia, finalizzata alla piena espressione della persona nella relazione con l'altro, restano, comunque gli immutati criteri distintivi e qualificanti. (Clarkson, 1993).

D'altro canto non si può ignorare il fatto che motivazioni inconscie, come rigorosamente illustrato da Berne evidenziato dall'analisi delle transazioni, dei giochi e dei copioni, governino le relazioni interpersonali, ancor più di quelle razionali: infatti ciò di cui siamo coscienti di volere può non coincidere con ciò che inconsciamente vogliamo accada, affinché il Copione progredisca verso il proprio tor-naconto (Berne, 1971). Copione che si mette in scena anche nel setting terapeutico attraverso il gioco transferale e contro transferale, ed il terapeuta deve averne sottile e sensibile coscienza per potere utilizzare in senso terapeutico quei fattori inconsci capaci di determinare il cambiamento. Allo stesso modo come deve essere consapevole del proprio universo culturale, fatto di giudizi ponderati e pregiudizi irrazionali, idiosincrasie e sano adattamento e dell'impatto che questo può avere sull'altro, il cliente, all'interno del campo interpersonale terapeutico.

Il campo interpersonale (Clarkson, 1992) che in questo caso si pone con la complessità del livello transpersonale, nascendo dalla interazione dell'inconscio personale, il Bambino, e dell'*inconscio collettivo*, il Genitore personale, sociale e culturale di entrambi.

Campo trans-personale è certamente, nella realtà odierna di persone iper connesse, il web, campo virtuale dove avvengono scambi di transazioni, relazioni motivate ancora una volta dal bisogno di rispondere alla *fame di stimoli, riconoscimento e struttura* (Berne, 1967). Campo trans-personale è il setting terapeutico in cui si muovono terapeuta e cliente i quali, in funzione dello scarto generazionale, potrebbero avere sviluppato mappe mentali molto differenti e ciò che appare distorsione della realtà all'uno, potrebbe non sembrare all'altro, per il semplice motivo che posseggono matrici differenti di valutazione a partire addirittura da stimoli esistenti per l'uno, ed inesistenti per l'altro. E non è da escludere che questa "variazione di campo" relazionale non possa avere influenza anche sulla strutturazione del sentimento identitario costruito, secondo la teoria delle relazioni oggettuali, attraverso la introiezione di "oggetti parziali" animati: in questo tempo in cui sempre più spesso la esposizione è verso oggetti parziali virtuali e lo spazio è vuoto per l'assenza di figure umane, inanimato, che tipo di riconoscimento verrà dalla relazione con "gli oggetti" *tout court*, inanimati, cioè senz'anima, per quanto interattivi? (Petol, 1979).

La solitudine reale in cui sono cresciute le nuove generazioni rende più problematica la strutturazione di un profilo identitario che sappiamo nasce grazie al rimando dell'altro, presente alla relazione.

D'altronde l'essere cresciuto in solitudine ha portato ad una pretesa di autoreferenzialità, ad un rifiuto delle norme, di confini personali e relazionali, confini che possono essere strutturati definiti grazie ad una appartenenza, ad una relazione capace di significare la realtà, di sottrarre gli accadimenti al caso ed al caos, di chiudere la gestalt, in sintonia con il Sistema di Riferimento personale e culturale.

Potrebbe rivestire un certo interesse indagare se la appartenenza ad un gruppo virtuale è in grado o meno di modificare lo sviluppo dinamico dell'immagine del Gruppo (Berne, 1986) e se sì, in quale misura, dal momento che, in assenza di fisicità, i confini tra gli individui restano aleatori, mai fissati. Nella mia esperienza di conduttore di gruppo di terapia da remoto ho registrato una minore turbolenza del gruppo, complessivamente è minore il numero delle interazioni e delle transazioni tra i partecipanti al gruppo così come l'avvio e l'ingaggio in giochi psicologici. Nell'attuale società delle appartenenze liquide l'individuo sembra fondare il proprio sentimento di appartenenza su fattori socio-culturali o sulla base di uno status o della condivisione di una particolare esperienza significativa, e la via di identificazione è l'appartenere ad una chat o il ricevere riconoscimento attraverso i *social* piuttosto che su solidi legami affettivi.

In una recente pubblicazione, *The Game*, Baricco indaga quale società abbia prodotto Google, per quali bisogni lo ha fatto, per fuggire da cosa e per andare in quale direzione: *Game* è questa società festaiola degli internauti, frequentata dai *Nerd*, una sorta di *typus technologicus* lontano anni luce dalla fattispecie poetica (Baricco, 2017).

In questa temperie culturale sembra sempre più urgente accogliere l'invito di Howard Gardner a delineare cosa significa essere un buon terapeuta in una società sempre più complessa per le diverse forme di cittadinanza sociale e culturale (Gardner, 2011). Occorre ripensare cosa è prevenzione in un tempo di trasformazioni così repentine in cui l'oggi è già ieri, cosa implica curare in un tempo di relativismo etico e filosofico e quali implicazioni psicologiche, metodologiche ed umane comporta la relazione terapeutica in un setting virtuale tra due persone, il cliente ed il terapeuta, che posseggono linguaggi diversi, e visioni del mondo "straniere". Il dubbio del cliente di non essere stato compreso per la singolarità delle esperienze o la ineffabilità del vissuto potrebbe non essere più un pregiudizio o una preoccupazione infondata.

La distanza è ulteriormente accresciuta dal fenomeno della globalizzazione che spinge la psicoterapia a muoversi sempre più sul solco della antropologia: in un mondo globalizzato come è mutata la lettura della malattia dal punto di vista della antropologia medica? Esistono ancora differenze sul piano simbolico e sub-simbolico tra le culture delle diverse etnie?

A tutti questi fattori influenzanti la prassi psicoterapica, nel caso della Analisi Transazionale occorre aggiungere le "novità" che nascono dai recenti sviluppi della teoria berniana in ordine allo spazio dato all'espressione del Bambino nell'immediatezza della relazione e la bi-direzionalità del gioco transferale tra cliente e terapeuta con tutte le implicazioni che ne conseguono, sino alla messa in conto di un cambiamento dello stesso terapeuta man mano che la terapia procede, mentre viene dato risalto e priorità all'incontro empatico (Gregoire, 2012).

Dalla generazione dei nativi digitali in poi, abbiamo vissuto un doppio livello di esperienza, uno tradizionale fatto di oggetti tangibili e reali che cadono sotto i nostri sensi, ed uno interattivo, fatto di realtà immaginali, in consonanza con il

primo sino a non distinguerli quasi più per il possibile sovrapporsi delle due esperienze. In prospettiva le future generazioni si dovranno confrontare con una “realtà artificialmente vera” e raccontare un modo di stare al mondo apparentemente facile e veloce, cresciuto nella controcultura libertaria che, pur avendo dichiarato di volere arrivare ad una espansione della coscienza, è arrivata ad una realtà aumentata, iper-reale e per ciò sur-reale.

Punto di criticità è la velocità, il modo precipitoso con cui tutto è accaduto ed ha prodotto uno strappo col passato ed uno “stordimento” nei non nativi digitali che faticano ancora a tenere il passo con una tecnologia in continua evoluzione e complessizzazione. Una realtà dove ognuno è connesso con tutti, ma continua a fare i conti con la latente solitudine: pezzi isolati in connessione tra loro.

Pezzi isolati in connessione tra loro potrebbero essere definiti gli attori del setting terapeutico virtuale, infatti anche la relazione terapeutica è cambiata, è influenzata dai nuovi modi di vivere la realtà e mai come ora possiamo decidere di accogliere come reale solo ciò che con atto libertario abbiamo creato, per quanto virtuale. Queste caratteristiche sommamente si adattano a descrivere il setting terapeutico, lo spazio della narrazione e della azione dove ciò che è fattuale, la proiezione, non è comunque vero poi che il terapeuta non è il genitore del cliente e comunque ogni alleanza terapeutica, a livello psicologico, è relazione fantasmaticizzata, virtuale e reificante.

.Setting come teatro dell’immaginario dove si muovono “fantasmi” infantili, co-costruzione di realtà virtuali, scenario nel quale interagiscono persone legate sì da un contratto terapeutico formale, ma anche da un contratto psicologico, inconscio, virtuale, uno stare al mondo “come se”.

Si potrebbe pensare, visto che le capacità empatiche nelle nuove generazioni sembra siano ridotte del 20% a motivo dell’uso massiccio dei social e delle risorse digitali, che l’uso di un setting virtuale sia appropriato, sempre che si sia disposti a sacrificare la dimensione empatica, privilegiando il livello cognitivo e non certo quello affettivo-emotivo. A mio giudizio tra le due esperienze corre la stessa differenza che passa tra il parlarsi a “quatt’occhi” ed il telefonarsi seppur in video chiamata. È sempre meglio che niente, ma manca, secondo la definizione del tantrismo, il “corpo sottile”, il quale possiede la forma radiante dell’energia, presente sia nelle funzioni fisiologiche svincolate dal controllo consapevole (respirazione, battito cardiaco, ecc.), sia nel comportamento voluto, che ci fa essere nel mondo, ed essere responsivi nelle varie situazioni della vita (Varenne, 2008). Gli approcci basati sull’esplorazione del mondo enigmatico dell’inconscio, sulla sintonizzazione e l’empatia dovranno cedere il passo a terapie strategiche e ad approcci cognitivo – comportamentali? O piuttosto, secondo la teoria delle intelligenze multiple di Gardner (2011) dovremo forgiare forme diverse e più complesse di intelligenza in funzione dei media, dal momento che le macchine vengono ora usate per compiere ordinarie operazioni che l’uomo prima svolgeva usando la propria intelligenza?

Umberto Eco, analizzando il conflitto tra l’approccio aristocratico degli insofferenti della comunicazione di massa, gli *apocalittici*, e quello ingenuo degli ottimisti fruitori dei nuovi modelli culturali, gli *integrati*, sollecita l’intellettuale a domandarsi quali azioni sono possibili per far sì che possano essere veicolati valori culturali (Eco, 1964) Le nuove generazioni di terapeuti dovranno impegnarsi quindi nella ricerca ed analisi dei fattori terapeutici della metodologia on-line.

Si aprono dilemmi etici oltre che metodologici: occorre chiedersi se in una società profondamente malata di solitudine non stiamo svalutando qualcosa nell'allestire setting virtuali ed affrontare il problema di come garantire privacy in un setting di cui il terapeuta non è unico curatore.

La relazione terapeuta-cliente, un tempo dissimmetrica a vantaggio del primo, depositario di un sapere che gli consentiva "di leggere la mente", ora si è ribaltata: mentre il terapeuta non conosce nulla del cliente, se non le scarse notizie relative all'invio, il cliente sa quasi tutto del terapeuta per averlo "seguito" su Instagram o Facebook. Questo rovesciamento della relazione in che modo modificherà il gioco transferale e controtransferale? Ed in particolare nell'ambito analitico transazionale in cui la corresponsabilità della cura, in nome della *okness*, è un caposaldo metodologico e l'approccio costruttivista degli Allen una interessante evoluzione della teoria berniana (Gregoire, 2012) in senso orizzontale, in linea anche con il modello medico corrente, non priverà il terapeuta del suo potere "sciamanico"?

In qualsivoglia modo potrà cambiare la prassi terapeutica, cardine metodologico rimane l'eticità nella relazione, guidati da principi non aleatori: nella società post moderna l'etica non può "liquefarsi" come è accaduto per la cultura. Questa società che ha ricusato l'imperativo morale di matrice kantiana, fondamento del super io e lo ha sostituito con un *dictat* consumistico che propone il godimento prima ancora che nasca il desiderio, consegna l'individuo all'acquiescenza, all'inerzia di *Mortido*. Per altro Berne in *Ciao...e poi?* (Berne, 1979) riprendendo alcuni concetti della teoria psicanalitica mai sconfessati, ma trascurati in favore degli studi sulla intuizione, aveva postulato una nuova definizione di copione in termini di elaborazione dell'istinto di morte, istinto che può fare la sua improvvisa comparsa nel setting terapeutico come *trickster*, il daimon, capace di spingere l'individuo verso il suo destino finale. In questo tempo di apparente liberazione dai vincoli del moralismo e della morsa del bisogno, si torna al tema della matrice "mitica" della nostra vita, inconsciamente consapevoli del bisogno di senso che accompagna la condizione umana e che continua a serpeggiare tra i social come bisogno di (con)senso: esisto solo se sono in relazione (sui social) ed ottengo dei consensi, proprio come l'infante esperisce la "noità" ed il bisogno di relazione diadica madre-bambino prima ancora del bisogno di affermazione dell'io e di appartenenza. Come terapeuti abbiamo sviluppato consapevolezza della solitudine dell'uomo, del suo bisogno di "essere con", concetto caro alla *Dasein Analyse*, recentemente riproposto da Tudor nella sua Analisi Transazionale co-creativa (Tudor, 2016),

Nella società postmoderna dominata dallo strapotere del sistema economico nella quale il giudizio di cosa sia vero, buono, bello riflette solo il criterio di chi detiene il potere di orientare le masse, e la cultura "deregolata" dal relativismo finisce con lo smarrire valori e certezze, particolare risalto assume l'accorato appello di Howard Gardner affinché venga riconosciuta la funzione delle virtù umane e possa essere chiaro alla nostra generazione cosa non può essere rigettato, banalizzato e vada consegnato alle nuove generazioni, perché lo possano anche ripensare. (Gardner, 2011).

Dello stesso avviso Vito Mancuso quando afferma che questo stile di vita effimero e consumistico ci sta distruggendo mentre si fa sempre più urgente il desiderio di divenire migliori: un continuo bisogno di guarigione, ed un infinito

desiderio di bellezza, vie di accesso ad una vita guidata dalle virtù cardinali, saggezza, prudenza, forza, temperanza (Mancuso, 2019).

Ma immersi in questa matrice globale dove da un canto si perdono i *distinguo* e dall'altro si pongono sullo stesso piano valoriale le possibili opzioni, tante quante sono gli individui, come facciamo a distinguere ciò che è vero da ciò che è falso, ciò che è buono da ciò che non lo è, ciò che è bello da ciò che bello non è? Lo smarrimento è accresciuto dalla incertezza sul parametro spazio-temporale: se possiamo esperire una realtà aumentata ed essere virtualmente in diversi luoghi contemporaneamente, come possiamo distinguere il reale dall'immaginario?

Non è possibile operare senza assumere un qualche fondamento di verità, non fosse altro che un modello teorico di riferimento, una mappa mentale: paradossalmente noi appartenenti ad una precedente generazione, "migranti digitali", per usare la felice espressione di Marc Prensky (2013) disponiamo di una mappa fatta di saperi, sensibilità ed esperienze strutturate che consente, sempre che non sia falsata da pregiudizi, di uscire dalle utopie assolutizzanti (il non luogo ideale), come dal luogo virtuale (il non luogo digitale), e dalla atopia (il fuori luogo), l'estraneazione, l'isolamento, il relativismo, il monadismo della società iper moderna.

Poiché la storia insegna che ad un periodo di "crisi" ne segue uno "organico", in cui il pensiero e lo spirito si articolano attorno a "contenuti" di un tempo una volta precedente, avendo saltato quello immediatamente a ridosso, nel XXI secolo, il nostro tempo, ricusato il Romanticismo che ha attraversato il XIX e XX secolo, potremmo "ritornare" ad un nuovo Illuminismo le cui tracce sembra possano essere riconosciute nel magma del postmodernismo: rifiuto della tradizione, delle verità inconfutabili, sconfessione della religione fideistica ed al contrario adesione ad una religione naturale, fiducia nella ragione e nel progresso tecnologico, intolleranza alle autorità e affermazione della libera espressione della ragione. Consapevolezza ben presente in Gardner:

Il mio convincimento, o più correttamente la mia speranza, è che i fatti inesorabili della globalizzazione alla fine spingeranno i singoli, le istituzioni, a cercare una bontà che superi i confini individuali e qualsiasi particolare senso tramandato di assoluto morale... La compresenza di modernismo e media digitali, ironicamente può creare la possibilità di una nuova era dell'illuminismo (Gardner, 2011 p. 195).

Riferimenti bibliografici

- Baricco A. (2017). *The Game*. Milano: Feltrinelli.
- Berne E. (1963). Organizational History of the San Francisco Social Psychiatry Seminars. *Transactional Analysis Bulletin*, 2, 6, 59-60.
- Berne E. (1967). *Games People Play (A che gioco giochiamo)*. Milano. Bompiani.
- Berne E. (1971). *Analisi Transazionale e psicoterapia*. Roma: Astrolabio.
- Berne E. (1986). *Principles of Group Treatment (Principi di terapia di gruppo)*. Roma: Astrolabio.
- Clarkson P. (1992). The interpersonal field in transactional analysis. *Transactional Analysis Journal*, 22, 2, 89-94.

- Clarkson P. (1993). TA as humanistic psychotherapy. *Transactional Analysis Journal*. 23, 36-45.
- Eco U. (1964). *Apocalittici ed Integrati: comunicazioni di massa e teorie della cultura di massa*. Milano: Bompiani.
- Gardner H. (2011). *Verità, bellezza, bontà*. Milano: Feltrinelli.
- Gregoire J. (2012). *Orientamenti recenti dell'analisi transazionale*. Ananke
- Mancuso V. (2019). *La forza di essere migliori*. Garzanti.
- Petot J. M. (1979). *Melanie Klein: premières découvertes et premier système 1919-1932*. Paris: Dunod.
- Prensky M. (2013). *La Mente Aumentata – Dai nativi digitali alla saggezza digitale*. Trento: Erickson
- Romano R.G. (2010). Identità ed alterità nella società postmoderna: quale dialogo? *Quaderni di Intercultura*. II, ISS2035-858X
- Shmukler D. (1994). Transfert e Transactions: croissance, transformation et relations d'objet. *Actualites en Analyse Transactionnelle*, 18, 70, 73-82.
- Tudor K. (2016). "We Are": *The fundamental Life Position*. *Transactional Analysis Journal*, 48, 2, 164-176.
- Varenne J. (2008). *Il tantrismo*, traduzione di Milvia Faccia. Edizioni Mediterranee.

