

ISTITUTO DI PSICOSINTESI
Via San Domenico, 16
50133 FIRENZE

Eretto in Ente Morale con Decreto
1721 del 1 agosto 1965

Fondatore: Dott. Roberto Assagioli

TECNICA DELL'UTILIZZAZIONE DEI SIMBOLI

(Archivio Assagioli - Firenze)

SCOPO

Scopo di questa tecnica è di utilizzare la grande - i per i più ancora non riconosciuta - potenza dei simboli nella dinamica della vita psichica. I simboli sono continuamente usati da tutti, ma per lo più inconsciamente e spesso in modi non costruttivi e dannosi. Perciò uno dei compiti più importanti della terapia e dell'educazione è la conoscenza della natura e del potere dei simboli, lo studio delle molte classi e specie di simboli, e la loro sistematica utilizzazione per fini terapeutici, educativi e di autoformazione.

Oltre a questo scopo generale vi è quello particolare del loro uso nella psicosintesi, poiché vi sono simboli che hanno specifica efficacia psicosintetica e integrativa, e servono perciò direttamente allo scopo di attuare la psicosintesi, tanto nell'individuo che nei gruppi.

La ragione dell'uso dei simboli è basata sulla loro natura e sulla loro funzione, o piuttosto sulle loro varie funzioni. Cominciamo col considerare i simboli dal punto di vista psicodinamico. La loro primaria funzione dinamica è quella di essere degli "accumulatori", nel senso usato nell'elettricità, cioè come contenitori e preservatori di una carica energetica che si potrebbe chiamare un "voltaggio" psichico. La seconda importante funzione dei simboli è quella di essere "trasformatori" di energie psichiche. Una terza funzione è quella di conduttori o canali di quelle energie. La loro quarta funzione è quella dell'integrazione. L'azione integratrice richiede infatti un aumento della tensione, del "voltaggio" energetico, ed è stata chiamata sintropia, in contrapposizione all'entropia. La sintropia è una qualità fondamentale delle energie biologiche e psichiche che produce coordinazione e organizzazione. Questa legge della sintropia è stata dimostrata ed esposta dal matematico Fantappié.¹

¹ La legge della Sintropia fu illustrata dal prof. Gabriello Cirinei nella Lezione VII tenuta nella sede dell'Istituto di Psicosintesi in data 9 marzo 1968.

Lo stesso principio di integrazione è stato messo in evidenza anche da Teilhard de Chardin.²

Jung fa una distinzione fra segni e simboli (vedi *Psychological Types*, 601). Dal punto di vista qualitativo, i simboli possono venire considerati come immagini, rappresentazioni, “segni” di realtà psichiche. È opportuno chiarire quanto più possibile il rapporto che c'è fra il simbolo e la realtà che esso rappresenta. Tale rapporto è basato principalmente, ma non esclusivamente, sull'analogia. Si può dire che l'analogia sia un importante legame o connessione fra le realtà esterne e interne. L'analogia può essere, ed è stata, non di rado usata male, in modi esagerati e indebiti; ciò è stato fatto particolarmente durante il Medio Evo, e ha prodotto una reazione, una svalutazione e persino una repulsione, specialmente nel campo scientifico. Ma poiché essa è una normale e inevitabile attività psicologica, il risultato è stato - per usare un'espressione corrente - “di gettar via il bambino con l'acqua del bagno”, e cioè di rinunciare a una preziosa via di conoscenza.

Uno dei modi in cui l'analogia può essere usata è quella del tentativo di trovare nuovi e inconsueti rapporti, ipotesi, o modi di guardare le cose. È un metodo che offre grandi possibilità per la creatività, non soltanto in senso artistico, ma anche scientifico. È ovvio che occorre integrarlo con l'uso del pensiero e della verifica mediante l'osservazione obbiettiva e, quando sia possibile, dell'esperimento per controllarne la validità.

I rapporti analogici sono percepiti nella fase del processo creativo, in cui si lascia affiorare alla coscienza quello che è stato elaborato nell'inconscio.

Non posso sviluppare qui questo punto, dato che esso riguarda una delle tecniche per la creatività. Dirò soltanto che ogni ipotesi scientifica e ogni “modello” scientifico possono essere considerati quali simboli basati sull'analogia, e di questo i migliori scienziati moderni sono consapevoli. L'analogia ha una funzione euristica; essa dà un'immagine solo indiretta della realtà, e non una “riproduzione fotografica” ed esatta; ma questa non possiamo averla neppure in altri modi.

La possibile e desiderabile integrazione dei vari campi di conoscenza con il metodo dell'analogia e con i metodi di verifica e sistematizzazione, può venir fatta mediante l'uso combinato e armonico delle intuizioni e della mente.

La necessità dei simboli è dimostrata dal riconoscimento del fatto che tutte le parole sono in realtà dei simboli. Sono per così dire immagini stenografiche condensate di realtà esterne. Questo è evidente nella scrittura ideografica cinese, ed è chiaramente indicato da due parole molto usate: “anima” e “spirito”. “Anima” viene dal greco “anemos” che significa

² In *L'Avenir de l'Homme - Le Milieu Divin*, rispettivamente N. 4 e 5 della *Editions du Seuil* 27, Rue Jacob - Parigi VI.

“vento”. La parola “spirito” ha la medesima origine; viene dal latino “spiritus” che in origine significava “alito o vento”.

Un modo importante di utilizzare i simboli consiste nel riconoscere l'azione dinamica della parola e delle immagini, che normalmente sono considerate secondo il loro mero significato esteriore, anziché nella loro funzione di evocare e rendere operante il significato profondo ed essenziale che esse hanno. Il valore universale dei simboli è stato chiaramente espresso da Goethe nel verso finale del Faust: “Alles Vergängliche ist nur ein Gleichnis”. “Tutto ciò che è temporaneo è soltanto un simbolo”.

Un altro aspetto dell'importanza dei simboli è il loro effetto sull'inconscio. La loro visualizzazione mette infatti in moto processi creativi e trasformativi. Cercare di influire sull'inconscio con procedimenti razionali è poco efficace. Per agire sull'inconscio, così come per comunicare con gli altri, dobbiamo usare il loro linguaggio, e l'inconscio opera normalmente per mezzo di simboli.

L'uso cosciente dei simboli mediante la visualizzazione produce l'integrazione fra gli elementi coscienti e quelli inconsci, e fra la mente logica e le funzioni irrazionali e soprarazionali. Jung ha detto che i simboli sono trasformativi di energia psichica. Questo è giusto non solo come metafora, ma proprio in un reale senso psicosintetico. Perciò è opportuno presentare simboli adatti all'inconscio dei soggetti, e osservare le trasformazioni che questi producono nelle loro personalità.

PROCEDIMENTO

Le tecniche per l'uso delle varie classi di simboli elencate più oltre sono principalmente tre:

1. Presentazione di un determinato simbolo, e istruzioni sul suo uso.
2. Utilizzazione dei simboli che emergono spontaneamente dall'inconscio mediante i sogni e il disegno. Questo metodo è stato usato ampiamente da Jung.
3. Un metodo intermedio, quello del “rêve éveillé” (sogno guidato), introdotto soprattutto da Robert Desoille e usato con varie modificazioni da Virel e Frétygny (che lo chiama GAI, cioè “guided affective imagery”), Gerard e altri. Consiste nel proporre dapprima un simbolo, e di lasciare poi che nel malato emergano spontaneamente altri simboli collegati con quello iniziale. Particolarmente “produttivi” e rivelatori si sono dimostrati quelli della salita e della discesa.

Queste tecniche possono essere usate alternatamente, ed è opportuno sperimentarle tutte e tre con ciascun soggetto, usando poi di preferenza quella o quelle che risultano più redditizie.

I simboli che possono essere presentati al paziente si possono dividere in sei principali categorie. Poiché questa è una classificazione di tipo pragmatico, alcuni simboli possono essere inclusi in più di una categoria. In generale vengono presentati ai malati solo simboli di carattere positivo per la psicosintesi, poiché molti simboli negativi emergono spontaneamente durante la fase analitica della cura, o con l'uso del "sogno guidato".

1. SIMBOLI DELLA NATURA

Aria, terra, fuoco, acqua, cielo, stelle, sole, luna, monti (usati nella tecnica della "ascesa"); mare, torrente, fiume, lago, stagno, vento, nuvola, pioggia, nebbia, caverna, albero, fiamme, fuoco, seme, fiore, rosa, loto, ecc. Inoltre gioiello, diamante, e vari simboli che si riferiscono alla luce (l'alba, il tramonto, raggi di luce, ecc.).

2. SIMBOLI ANIMALI

Leone, tigre, serpente, orso, lupo, toro, capra, cervo, pesce; verme, crisalide, farfalla (quali simboli di trasformazione); uccelli (aquila, colombo, ecc.); animali domestici (cavallo, elefante, cane, gatto, ecc.); e l'uovo.

3. SIMBOLI UMANI

- a. Simboli umani generali: padre, madre, nonno, nonna, figlio, figlia, sorella, fratello, bambino, re, regina, principe, principessa, cavaliere, istruttore, vecchio saggio, maga, mano, occhio, nascita, sviluppo, crescita, morte, resurrezione.
- b. Simboli umani moderni: includono l'alpinista, l'esploratore (terrestre e dello spazio), il pioniere, l'investigatore scientifico (il fisico, il chimico, ecc.), l'automobilista, l'aviatore, il tecnico della radio o della T.V., l'ingegnere elettronico, ecc.

4. SIMBOLI CREATI DALL'UOMO

Ponte, canale, serbatoio, tunnel, bandiera, faro, fiaccola, strada, sentiero, muro, porta, casa, castello, scalino, scala, specchio, scatola, spada, ecc.

5. SIMBOLI RELIGIOSI E MITOLOGICI

- a. Simboli universali e religiosi (Occidentali): Dio, Cristo, Madonna, Angeli, Santi, sacerdoti, monaci, monache, resurrezione, purgatorio, paradiso, Graal, tempio, chiesa, cappella, croce.
- b. Simboli universali e religiosi (Orientali); Brahma, Vishnu, Shiva, Krishna, Buddha, ecc.
- c. Simboli mitologici: dei, dee, eroi, Apollo, Muse, tre Grazie, Venere, Diana, Orfeo, Dionisio, Ercole, Vulcano, Plutone, Saturno, Marte, Mercurio, Giove, Wotan, Sigfrido, Brunilde, Valhalla, Nibelunghi, Walkirie, ecc.

6. SIMBOLI ASTRATTI

- a. Numeri, con il loro significato psicologico e spirituale in senso pitagorico. Ad esempio: uno simbolo di unità, due di polarità, tre di interazione, ecc.
- b. Simboli geometrici:
 1. A due dimensioni: punto, circolo, croce (varie forme, quali il segno matematico più, la croce Cristiana, la croce di S. Andrea, ecc.), triangolo, quadrato, rombo, stella (a cinque punte, a sei punte, ecc.).
 2. A tre dimensioni: la sfera, il cono, il cubo, la spirale, ecc.

Naturalmente, non tutti i numerosi simboli possono e devono essere usati con ogni soggetto, ma questo non è necessario ai fini terapeutici.

Alcune classi di simboli sono più adatte e più evocative di altre, a seconda dei diversi tipi di persone, delle loro diverse condizioni individuali e ambientali, della loro preparazione culturale, della loro età, ecc., e uno dei compiti del terapeuta è appunto quello di scegliere quei simboli che - sia ovviamente sia dopo alcune prove - si dimostrino più utili e fruttuosi ai fini terapeutici. Anche nei vari stadi della cura è opportuno usare diversi gruppi di simboli.

Come vengono presentati i simboli al soggetto? Vi sono tre metodi principali: primo, semplicemente nominando il simbolo o facendone una breve descrizione; secondo, con l'osservazione, cioè presentando al soggetto un disegno o un'immagine del simbolo; terzo, con la visualizzazione, cioè chiedendo al soggetto di evocare interiormente un'immagine del simbolo. Quest'ultimo procedimento è necessario per i simboli dinamici, cioè per i simboli di azione che subiscono una trasformazione e passano per diversi stadi.

Il primo procedimento, quello del nominare o descrivere, è sufficiente per i simboli molto semplici, ad esempio per simboli geometrici. E anche il migliore per i simboli di carattere

universale, quali il padre, la madre, il bambino, ecc. Questi devono rimanere simboli generali, cioè noi facciamo osservare il loro significato psicologico, e spieghiamo che non devono essere precisati in relazione ad un'immagine personale, che potrebbe influenzare il paziente in modo contrario in varie maniere.

L'osservazione, il secondo metodo, viene usato per simboli più complicati. Ad esempio simboli di scenari naturali, o altri che hanno numerosi particolari, che prenderebbero troppo tempo per essere descritti e che sarebbe difficile per alcuni pazienti visualizzare attivamente. Per esempio, possiamo presentare il quadro di un prato, includendovi forse alcuni alberi e una montagna, oppure un tempio, o altri soggetti che abbiano una struttura articolata.

Un altro modo di utilizzare i simboli è il disegno libero. Si chiede al soggetto di disegnare il simbolo o i simboli che gli vengono in mente o che preferisce. È un metodo che dà spesso risultati significativi e che può essere usato con tutti i soggetti che non si sentono inibiti dalla richiesta di disegnare. Molti lo sono, ma possono venire aiutati a superare tale resistenza assicurandoli che non si farà alcun apprezzamento di carattere estetico sui loro disegni, ma li si considererà solamente quali documenti psicologici.

Nelle sedute, il tempo impiegato dai soggetti per disegnare può essere più utilmente dedicato ad altre cose; perciò consigliamo ai soggetti di disegnare a casa loro.

La tecnica del Disegno Libero è usata anche per altri scopi, come la libera espressione di emozioni, sentimenti, attività immaginative e catarsi.

Vi è una differenza fra simboli statici e simboli dinamici, ma in pratica non di rado essi si associano. Per esempio, quando presentiamo un simbolo statico, esso diviene spontaneamente dinamico e cambia sotto l'occhio interiore del soggetto, anche contro la sua volontà. Questo sviluppo autonomo del simbolo va incoraggiato. In altri casi proponiamo direttamente un simbolo dinamico, che cioè dovrebbe rappresentare un'attività compiuta nella dimensione del tempo. Un esempio molto semplice, ma che ha una particolare efficacia psicoterapica, è l'immaginare di sciogliere con pazienza un nodo intricato. Il significato è ovvio.

Un altro simbolo dinamico è la costruzione di una casa o, ancor meglio, di un tempio. Questo simbolo esiste nell'inconscio collettivo e promuove l'attivazione delle energie latenti superiori. Un simbolo ricco di significato, e che può produrre una vera trasformazione, è quello del risveglio: il passare dal sonno alla coscienza di veglia. Esso è stato molto usato, particolarmente in Oriente, come simbolo di risveglio spirituale. Ricordiamo che il Buddha è stato chiamato "Il Perfetto Svegliato".

Alcuni simboli dinamici, avendo vari stadi, costituiscono in realtà un intero esercizio psicologico, e perciò li descriveremo separatamente nella sezione sugli esercizi psicologici.

INDICAZIONI E APPLICAZIONI

Questa tecnica, data la sua utilità, può e dovrebbe essere usata in ogni caso, salvo rare eccezioni. Ma nell'uso dei simboli vi è il problema dell'indicazione specifica più idonea per i vari tipi di soggetti, per il singolo caso, e per i vari stadi di cura. Un'indicazione generale è che il simbolo dovrebbe essere adatto al problema o compito specifico attuale del soggetto. Tale scelta richiede esperienza, abilità e, ancor più, intuizione da parte del terapeuta.

Alcuni simboli (ad esempio il ponte e la montagna) sono palesemente adatti per i problemi interpersonali e transpersonali. Un'ampia esposizione delle indicazioni richiederebbe una lunga trattazione che qui non può essere fatta, ma questa comunque non potrebbe mai sostituire la competenza psicologica e l'intuizione del terapeuta. Per acquisire tale competenza è molto utile che abbia usato egli stesso almeno uno o due simboli di ogni categoria.

Vi è una classe di simboli che ha un'indicazione specialmente attuale, cioè quella dei simboli umani che abbiamo indicato. Da un certo punto di vista, essi hanno lo svantaggio di essere, o di apparire, troppo prosaici e materiali; d'altra parte è interessante osservare come questi simboli suscitino spesso l'immaginazione dei giovani e degli adolescenti, più di quanto facciano altri tipi di simboli. I giovani si identificano facilmente con i moderni "eroi", quali l'aviatore e l'astronauta; essi diventano molto vitali in loro, come dei "modelli", poiché sono simboli di coraggio, di avventura, e talvolta di evasione dalla vita di ogni giorno. Perciò appagano alcuni impulsi fondamentali che sono emersi con particolare intensità nella presente generazione di giovani.

Alcuni di questi simboli moderni servono a mettere in evidenza quale dovrebbe essere il giusto rapporto fra l'uomo e la macchina: ovvero l'uomo come costruttore, dominatore e signore della macchina. L'automobilista è padrone della propria macchina. Egli infatti comincia con lo scegliere il luogo dove vuole andare; stabilisce le tappe successive del viaggio e poi, comodamente seduto al suo posto di guida e con lieve sforzo fisico, egli fa dell'automobile il suo obbediente strumento o mezzo per raggiungere la meta prescelta. Questo rapporto può essere facilmente introiettato; cioè l'automobile può essere facilmente considerata - si potrebbe quasi dire "vissuta" - come simbolo del corpo e anche dell'intera personalità, della quale l'io cosciente può far uso - mediante la sua pianificazione intelligente e la sua volontà - quale strumento per attuare le proprie intenzioni.

L'uso della tecnologia moderna per scopi terapeutici, educativi e di formazione psicologica rappresenta un vasto campo ancora al suo inizio. Si sono già cominciati ad usare dischi, cassette e film per presentare certe scene simboliche a quegli scopi, ma tale uso può e dovrebbe venire più ampiamente adottato, tanto più che si presta particolarmente bene per gli allenamenti e la terapia di gruppo.

I simboli animali possono essere usati sia a scopo diagnostico, per scoprire con quali particolari animali l'individuo si identifica, sia come mezzo per evocare certe qualità psicologiche. A questo scopo serve la tecnica di Hanscarl Leuner, che consiste nel chiedere al soggetto di visualizzarsi in un prato, guardando verso il limite del bosco, e aspettando fino a che qualche animale ne esca. Dalla scelta dell'animale fatta dall'inconscio possono essere messe in evidenza certe caratteristiche psicologiche, rappresentanti qualità solitamente associate a quel dato animale. Al posto del simbolo dell'automobile possiamo, per alcune persone, usare il cavallo. Questo è un simbolo ancora più evocativo, a causa dei suoi vari stadi: dapprima il cavallo selvaggio, poi il cavallo domato, poi la sua utilizzazione, e infine il rapporto affettuoso fra esso e l'uomo. Tutto ciò simboleggia il giusto modo di trattare il corpo: dominandolo, ma non maltrattandolo o svalutandolo. Questo giusto rapporto fu indicato con fine umorismo da San Francesco, quando parlò affettuosamente al proprio corpo chiamandolo "frate asino".

Il fuoco è uno dei simboli più antichi ed efficaci. (E questo suggerisce che possiamo aggiungere alla lista dei simboli mitologici quello di Prometeo, che rapì il fuoco dal cielo). Al livello puramente umano è un simbolo di calore, di protezione dal freddo, e di difesa dagli animali feroci per l'uomo primitivo. Ma è anche simbolo di processi di trasformazione, del cambiamento e purificazione della materia grezza; perciò è un importante simbolo chimico connesso con la trasmutazione e la sublimazione. Inoltre è un simbolo di distruzione e di pericolo; e infine è uno dei più puri, se non il più puro, simbolo sia dello spirito dell'uomo che ascende verso lo Spirito universale, sia del "fuoco" che scende dal cielo.

Un altro simbolo importante è il cuore umano. Un modo per usarlo consiste nel chiedere al soggetto di visualizzare un cuore, più grande di lui stesso, e di immaginarvi una porta; poi chiedergli di aprire la porta e di entrare nel cuore. Ciò che egli trova varia con ogni soggetto, ed è molto significativo.

L'uso della tecnica dei simboli richiede, lo ripeto, grande esperienza e abilità. Non può essere eseguita in modo meccanico. Il terapeuta deve passo passo decidere quale sia la sua parte nel guidare le scene immaginative. Per lui è un "sentiero sottile come il filo del rasoio", fra l'essere troppo passivo da un lato e troppo "interventista" dall'altro nel suggerire le immagini e dirigere l'attività dell'inconscio.

Un altro simbolo molto rivelatore è la porta. Essa può stare a rappresentare l'entrata in una nuova vita o in nuovo ciclo di vita, e uno dei modi in cui può essere usata è di chiedere al soggetto di visualizzare una porta (una porta in un muro alto, oppure di una casa) e sulla porta visualizzare una parola. In certi casi la scelta della parola può essere lasciata al paziente, specialmente a scopi analitici. Altre volte la parola può venir suggerita: ad esempio "paura", "agitazione", "ansia", "dubbio", ecc.; e in altri stadi della terapia, parole positive quali

“speranza”, “pace”, “amore”. Al soggetto è poi chiesto di aprire la porta, e ciò che viene trovato dall'altro lato ha spesso un profondo significato.³

Un altro gruppo di simboli è quello dell'infanzia. Usati abilmente possono essere molto utili, poiché evocano nel soggetto la sua natura originaria sana precedente alla sua malattia, e lo collegano così con gli elementi sani che sono in lui.

Mauz ha trattato dell'uso di questi simboli nella psicoterapia per evocare sentimenti positivi.⁴ Egli usava immagini della prima infanzia che evocano sentimenti lieti quali la “Vigilia di Natale” e il “Natale”, una giostra, palloncini volanti, una parata ad una festa, un fiume all'alba, canti per bambini, ecc. Egli dice che il terapeuta dovrebbe mettere in rapporto quanto più possibile questi temi con il singolo malato, usando le sue stesse parole e immagini tratte dalla sua storia personale. Da questo punto di vista, la tecnica usa scene simboliche complete.

Riguardo al modo di agire e ai risultati dei simboli, oltre ai tipi di simboli citati fin qui, vi sono anche molti altri simboli che agiscono da ponte fra la psicosintesi personale e quella spirituale. Naturalmente, nella pratica non esiste poi una distinzione netta, e nell'uso i simboli già citati possono essi pure favorire la formazione di quel ponte. È opportuno qui precisare che vi sono due modi per giungere alla psicosintesi spirituale. Uno può essere chiamato il modo improvviso e drammatico, che si osserva nei casi di conversione religiosa e nelle forme di illuminazione o risveglio improvvisi; a questo mira la tecnica usata in modo anche violento dal Buddismo Zen. Ma in molti casi, anzi nella maggioranza di essi, si ha invece un processo di sviluppo graduale dalla personalità integrata alla progressiva inclusione di elementi supercoscienti, un graduale avvicinamento dell'autocoscienza personale al Sé superiore o transpersonale. Perciò nella terapia e nell'educazione è generalmente preferibile aiutare i soggetti a seguire questa seconda via graduale, evitando così le reazioni e le complicazioni che non di rado sono prodotte dal metodo violento.

L'uso dei simboli spesso produce spontaneamente questo sviluppo da una psicosintesi personale a un inizio di psicosintesi spirituale. Più oltre, quando tratteremo di quest'ultima, indicheremo quali sono simboli del Sé, e altri che hanno, soltanto o prevalentemente, un significato ed effetti spirituali.

LIMITAZIONI E CONTROINDICAZIONI

Riguardo alle controindicazioni si può dire, in modo un po' paradossale, che questa tecnica è controindicata - o almeno dovrebbe essere usata con prudenza ed entro certi limiti - proprio per i soggetti per i quali il simbolismo è la linea di minor resistenza, e che hanno una

³ Una buona descrizione dell'uso di tali simboli si trova nell'articolo di Robert Gerard *Symbolic Visualization* (pubblicato dalla *Psychosynthesis Research Foundation*, New York).

⁴ *The Psychotic Man in Psychotherapy*, in *Archiv für Psychiatrie* 1948.

spontanea produzione o sovrapproduzione di simboli. Questo per il fatto che in tali casi i simboli vengono a rappresentare piuttosto un'evasione dalla realtà, una sostituzione della vita normale. Questo è evidente in un certo tipo di psicotici (schizofrenici) che, come ha detto Jung e come ognuno può constatare, producono simboli cosmologici e cosmici di grande interesse, ma che li distaccano dalla realtà. Questo vale anche, in grado minore, per un certo numero di psiconevrotici introversi. Perciò in questi casi l'uso dei simboli va fatto in modo che essi servano da ponte verso la realtà esterna, e non come un mezzo per rivolgere l'interesse e l'attenzione verso il mondo interno della fantasia.

La vera limitazione di questo metodo concerne in realtà i tipi opposti a quelli ora menzionati. Infatti il metodo è di difficile applicazione e dà scarsi risultati con soggetti estremamente estroversi o molto intellettuali, che volgono il loro interesse al mondo esterno ma hanno poca o punta comunicazione con il proprio inconscio. Queste persone non amano i simboli, o per lo meno questi non li attirano; essi possono usare in modo meccanico la tecnica o gli esercizi loro suggeriti ma senza trovarvi interesse. In questi casi i simboli non danno risultati utili poiché vi è una separazione fra la personalità cosciente volta all'esterno e l'inconscio che rimane inespresso; essi, per così dire, si volgono le spalle. In simili casi questa tecnica può essere tentata soltanto ad uno stadio avanzato della cura, quando l'eccesso di estroversione è già stato corretto e si sia stabilito un certo grado di comunicazione tra le attività coscienti e quelle inconse.

Quanto abbiamo detto riguardo ai pazienti estremamente estroversi si applica anche agli individui di struttura psichica rigida, dominati da impulsi di carattere ossessivo. Per essi la tecnica può essere particolarmente utile per attenuare, per così dire, la loro rigidità. Ma essa può avere successo soltanto dopo l'avvenuta attivazione delle funzioni rimaste poco sviluppate: le emozioni, i sentimenti e l'immaginazione. Lo stesso vale anche per gli iperintellettuali, gli "ipersofisticati", coloro che sono orgogliosi della loro capacità mentale, ma che hanno le altre funzioni psichiche sottosviluppate o bloccate.

Questo induce ad un'osservazione generale sul problema di fronte al quale il terapeuta si trova, cioè la scelta delle tecniche da usare fra le molte a sua disposizione. Molti esami e test, ad esempio quello del Rorschach, sono utili ai fini della tipologia o psicologia differenziale e per fini diagnostici, ma non tanto ai fini terapeutici. Essi richiedono molto tempo per essere applicati e per poi analizzarne correttamente i risultati, e vi è il pericolo di divenire troppo tecnici, troppo interessati alle formule, alle statistiche e alle percentuali. Perciò appartengono più alla psicologia di laboratorio, che non alla psicoterapia. In molti casi l'uso di simboli semplici fornisce più rapidamente gli stessi dati di un esame più laborioso e tecnico.

È opportuno che terapeuti ed educatori tengano presente questo fatto, evitando di divenire troppo interessati e sviati da interessi teorici e da un ideale di perfezione, a scapito dei fini pratici e umanitari della terapia e della formazione di personalità integrate.

COMBINAZIONE CON ALTRE TECNICHE

Non sembra necessario descrivere le varie combinazioni con altre tecniche, perché queste risultano spontaneamente dalla descrizione dei vari esercizi nei quali i simboli sono inclusi.

TRATTO dal Cap. 4-12 (Seconda Parte) del Volume: *Principi e Metodi della Psicosintesi Terapeutica* di Roberto Assagioli.