PSICOLOGIA INDIVIDUALE E DIFFERENZIALE

(Brani)

(*Archivio Assagioli - Firenze*)

Sono state studiate sperimentalmente le singole funzioni psichiche, specie quelle elementari, nei vari individui, e si sono ottenuti risultati speciali, non privi di interesse teorico, e utili praticamente per la pedagogia, la psicotecnica, la psicologia vocazionale, ecc.

Senza addentrarci in un esame critico di questa "psicologia differenziale", mi limiterò ad accennare che dal punto di vista della vera psicologia individuale essa presenta il grave difetto di essere troppo analitica e frammentaria. Lo studio isolato delle singole funzioni, e anche quello, interessante in sé, della correlazione quantitativa delle varie funzioni elementari, non ci introduce nell'intimo della personalità umana, non ce ne rivela il segreto, non ce ne dà una comprensione sintetica, centrale e integrale.

Inoltre quegli studi sono stati fatti soprattutto sui bambini, e anche questo ne limita la portata.

Un'altra via, intrapresa nel nostro campo, è quella dello studio particolareggiato di singole personalità per mezzo di minuti schemi psicologici, i cosiddetti "psicogrammi". L'esempio più accurato di tali indagini è lo studio di Claudio Magris sullo scrittore tedesco Hoffmann. Più noto, ma meno ampio e sistematico, è il volume del Dott. Toulouse su Emile Zola. E lo schema più preciso e particolareggiato che può esser preso per base è quello contenuto nel volume del Lasurski, *Über das Studium der Individualität* (Leipzig, Nemnich, 1912).

Questo metodo, per la ricchezza di elementi concreti che procura, costituisce un notevole progresso su quello precedente, e merita di prendere un grande sviluppo.

Però esso pure, qual è attualmente, ha il difetto di essere troppo analitico, descrittivo ed esteriore, di non partire dal centro vivente della personalità, di mancare di un principio sintetico unificatore che faccia comprendere l'intimo significato, le profonde relazioni, la ragioni e le funzioni delle singole caratteristiche elencate.

Un'altra via ancora è stata aperta alla psicologia individuale per opera dell'ampio movimento psicanalitico e di psicologia del profondo, ad opera soprattutto del Freud, dello Jung, e dell'Adler.

Il Freud ha scoperto varie leggi della dinamica della vita affettiva; ha dimostrato il grande influsso che esercitano le attività psichiche inconsce sulla parte cosciente della personalità; ha mostrato la parte che ha il simbolismo, anche nelle azioni in apparenza più insignificanti della

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

vita quotidiana; ha messo in luce, senza ritegni, anzi con evidenti esagerazioni, la complessa evoluzione e le varie manifestazioni delle tendenze psicosessuali.

Lo Jung, che fu dapprima seguace del Freud, ma che poi ha battuto vie originali, ha dato un contributo più diretto alla psicologia individuale con la sua acuta e ampia analisi dei tipi estroversi e introversi, di cui si parlerà più oltre.

L'Adler, egli pure discepolo dissidente del Freud, ha costruito tutta una "psicologia individuale", ingegnosa e in parte accettabile, ma assai unilaterale, basata soprattutto sulle varie applicazioni dell'istinto di affermazione personale, la nietzschiana "volontà di potenza", e sulle reazioni compensative, e ipercompensative, degli individui alle loro carenze o inferiorità organiche e psichiche.

Questi contributi positivi alla conoscenza della psiche umana meritano di essere ben conosciuti e valorizzati. Però essi non sono sufficienti, né da soli, né uniti a quelli prima menzionati, per costituire le basi di una profonda psicologia individuale. Essi pure non oltrepassano i confini della psicologia empirica, che non coglie il vero centro, ignora le remote origini e gli alti fini dell'essere umano e quindi non ne scopre il segreto, non ne svela il mistero.

Occorre superare questa limitazione, occorre riconoscere che l'uomo non è solo un "animale psicologico", un mammifero superiore con uno straordinario sviluppo dei centri cerebrali, una bestia molto intelligente e qualche volta anche ragionevole --per quanto tanti esseri umani si comportino spesso in modo troppo corrispondente a quella teoria calunniatrice!

Occorre dire chiaro che l'uomo è anche e anzitutto, ed essenzialmente, un'entità spirituale.

Egli è un Centro di realtà e di vita spirituale, un Io o Sé che può essere immanente in tutti gli elementi e gli atti psichici, ma non si esaurisce in essi. Questa misteriosa autocoscienza e autoidentità spirituale trascende ogni singola determinazione e manifestazione psicologica, e nessuna teoria empirica è riuscita a spiegarla naturalisticamente.

Chi non ammette questo Sé, questo Centro Spirituale, non solo non conosce l'uomo in quello che ha di veramente umano, nel senso più alto del termine, ma non può neppure comprendere la vera natura dei fatti e delle funzioni psichiche.

È vero che in molti, anzi nei più, questo Io non è ancora giunto alla chiara autocoscienza, non domina da sovrano nella sua reggia, ma è prigioniero di ministri usurpatori — pure Egli esiste, e non di rado nelle crisi che sconvolgono profondamente un'anima riesce a far sentire la sua potente voce, a uscire dalla prigione.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

Per ben conoscere l'anima umana, per comprenderne tutte le manifestazioni occorre dunque una "psicologia spirituale". Una psicologia che studi tutto l'uomo, non disconoscendo il suo corpo e gli influssi che esso esercita sulla psiche, ma che tanto meno trascuri la sua essenza spirituale e i complessi rapporti che essa ha con la vita psichica.

Questa psicologia spirituale non esiste ancora quale disciplina autonoma e ben delineata, quale "scienza" nel senso buono e vero del termine, ma essa è in via di formazione, e il suo avvento potrebbe essere non lontano, poiché i materiali per costituirla esistono già e occorre solo riunirli, coordinarli e farne una sintesi costruttiva.

Anche la psicologia supernormale (metapsichica) o - come vien chiamata ora - la parapsicologia, ha dato con gli studi del Myers, del Richet, del Geley, dell'Osty, del nostro MacKenzie e di tanti altri, e sta tuttora fornendo, utili contributi alla psicologia spirituale esplorando i livelli supercoscienti della psiche ove hanno sede: i poteri di conoscere a distanza nel tempo e nello spazio, di risanare i corpi, di trasformare la materia; e ove avvengono i misteriosi contatti fra anima e spirito.

Infine, parecchi fra i migliori spiritualisti moderni, pur senza coltivare di proposito il campo della psicologia, hanno collaborato al suo progresso, ben più di tanti privilegiati patentati: così l'Emerson, il Carpenter, il Maeterlinck, il Lutoslawski, e, recentemente, il Keyserling e lo Schmitz.

Solo una psicologia siffatta, solo questa scienza integrale dell'anima umana, inquadrata in una prospettiva spirituale del mondo, e della vita, può permettere la costituzione di una psicologia individuale degna di tal nome, che colga e illumini le differenze superficiali o profonde esistenti fra gli esseri umani, che riveli a ciascuno la sua "nota individuale", che mostri ad ognuno il suo posto, il suo compito, la sua speciale funzione fra gli altri e per gli altri, la particolare via che deve percorrere - che insomma offra all'uomo moderno quell'orientamento e quella guida individuale di sé e all'autorealizzazione che - come abbiamo accennato in principio- consapevolmente o no cerca e chiede.

SCHEMA DI UNA PSICOLOGIA INDIVIDUALE

Nello studiare un singolo essere umano in ciò che ha di peculiare, individuale e differenziale rispetto agli altri, non adotteremo un unico schema di determinazione e di classificazione.

L'animo umano è così complesso e poliedrico che non si presta, senza venire snaturato, ad essere costretto in un solo rigido schema. Solo considerandolo sotto vari punti di vista, in varie prospettive, e, direi quasi, a varie distanze, si può comprenderlo in modo meno unilaterale e imperfetto. Perciò lo esamineremo sotto vari aspetti, indipendentemente l'uno dall'altro.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

I. - Una prima distinzione che troviamo fra gli esseri umani - distinzione di carattere generale, ma profondo ed essenziale - è quella che si può chiamare "età psicologica", in relazione cioè al grado di sviluppo e di maturazione della personalità.

Chiunque esamini, anche superficialmente, vari esseri umani, non può non notare infatti come essi non siano tutti egualmente progrediti: come vi siano uomini allo stato selvaggio o quasi, e uomini molto sviluppati intellettualmente e spiritualmente. Occorre quindi distinguere con attenzione le varie fasi di sviluppo; allora scopriremo un'interessante analogia fra i caratteri psicologici dei singoli, e i caratteri propri di ciascuna delle fasi della vita: infanzia, giovinezza, maturità e vecchiaia.

Questo non ci deve sorprendere: si ritrova infatti in un ciclo più ampio, cioè nella sfera psichica e spirituale, la stessa legge biologica della correlazione fra ontogenesi e filogenesi.

Vedremo come quell'analogia, se esaminata da vicino, si riveli molto illuminante, come ci dia la norma di un ordinamento gerarchico dell'Umanità, non basato su privilegi estrinsechi, ma su reali e irrefutabili differenze di stadio evolutivo - ordinamento gerarchico che, se compreso e accolto, risolverebbe molte gravi questioni sociali e imposterebbe in modo saldo e giusto gli ardui e dibattuti problemi dell'uguaglianza, dell'autorità, della libertà, ecc.

II. - Una seconda distinzione importante fra gli esseri umani è quella basata sul vario prevalere dei loro quattro "centri vitali" nelle corrispondenti sfere di interesse e di attività. Essi sono:

1) Il Centro fisico, che ha per campo di manifestazione il mondo esterno, materiale.

2) Il Centro emotivo, il cui carattere peculiare è il sentire, il provare gioia e dolore, attrazione e repulsione. La sua sfera di vita è il mondo delle passioni e dei sentimenti.

3) Il Centro mentale, che esplica un'attività intellettuale e razionale nel mondo delle idee, dei concetti e dei rapporti astratti.

4) Il Centro intuitivo, che si manifesta come intuizione, unione, universalità, comunione mistica, amore spirituale, e unificazione di soggetto e oggetto.

In ogni uomo normale ci sono questi 4 centri, ma essi sono assai variamente sviluppati; si può dire ad esempio che il 4° è ancora allo stato latente, e non risvegliato, nella grande maggioranza dell'umanità attuale.

Così si possono distinguere vari tipi psicologici. Anzitutto 4 tipi puri:

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

1. Il tipo pratico, caratterizzato dalla prevalenza del Centro fisico (ad esempio lavoratori manuali, contadini, operai, meccanici, chirurghi e guerrieri).

2. Il tipo emotivo e immaginativo: poeti - persone con esuberanza affettiva (De Musset).

3. Il tipo mentale: scienziati - filosofi (Darwin - Kant).

4. Il tipo intuitivo: mistici - santi - artisti spirituali (Ruysbroeck - Beato Angelico - ecc.).

Vi sono poi dei tipi misti ben caratterizzati, ad esempio:

1. Il tipo mentale-pratico: frequente fra i medici - commercianti - inventori (Marconi).

2. Il tipo emotivo-intuitivo: persone religiose di tipo devozionale - mistici affettivi - certi artisti - (Santa Teresa).

3. Il tipo emotivo-pratico: uomini d'azione con forti passioni - uomini politici ambiziosi (Napoleone) - anche certi delinquenti passionali.

4. Il tipo mentale-intuitivo: ad esempio certi filosofi e mistici speculativi (Plotino, Meister Eckhart).

Vi sono infine tipi misti più complessi che richiederebbero un'analisi più minuta.

Questa distinzione dei tipi umani secondo il vario prevalere dei loro Centri vitali, solleva importanti problemi teorici, ad esempio quello degli aspetti superiori e inferiori di ciascuna sfera; del relativo valori di questi Centri; delle loro varie funzioni; delle azioni e reazioni reciproche che suscitano l'uno sull'altro; dei loro rapporti con lo spirito trascendente; ecc. - problemi che hanno una grande portata pratica riguardante l'atteggiamento che dobbiamo assumere di fronte a questi Centri in noi.

III. - Una terza distinzione è quella proposta e trattata ampiamente dallo Jung. Essa si basa sul movimento e la direzione dell'interesse vitale. Questo moto vitale dell'essere può seguire due opposte direzioni: l'una centrifuga e l'altra centripeta.

Nel modo centrifugo, che egli chiama estroversione, l'interesse si volge verso il mondo esterno, che costituisce per la personalità come un campo di attrazione, un "magnete". È il mondo esterno nel senso più ampio, includente le altre persone, l'oggetto che accaparra l'attenzione, l'affettività del soggetto, che ne modifica e ne determina l'attività. Invece, nel moto centripeto, detto dallo Jung introversione, l'interesse si stacca dal mondo esterno e si volge

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

verso il soggetto stesso, che con le sue modalità e qualità diviene il centro dell'interesse e dell'attenzione, il campo interiore di osservazione e di attività.

Questo doppio movimento dell'interesse dell'"energia psichica" - o libido, come la chiama lo Jung (eliminando però dal termine ogni qualificazione sessuale) - questo doppio movimento si suole alternare ritmicamente nell'uomo normale.

Entrambi sono momenti fecondi e necessari di una vita completa, e la loro alterna vicenda costituisce un ritmo fondamentale della vita psichica, che, a mio parere, può trovare, se non le sue radici oscure, certo una reale analogia funzionale nel ritmo biologico, esso pure fondamentale, del catabolismo e dell'anabolismo.

Però se nell'uomo nomale teorico tali due momenti si alternano equilibrandosi armonicamente, in realtà nei singoli individui reali si può constatare quasi sempre una netta prevalenza dell'uno o dell'altro di essi.

Così Jung distingue due grandi e opposti tipi umani: quello degli estroversi, il cui interesse vitale si dirige più spesso e più intensamente verso l'esterno; e quello degli introversi, nei quali invece prevale l'interesse per il soggetto stesso e per le sue attività interiori.

L'esistenza reale di questi tipi psicologici è facile a dimostrarsi, solo che si prenda in esame qualche personalità saliente dell'uno o dell'altro tipo.

Per il tipo introverso la mente corre subito a Immanuel Kant, che ne costituisce uno degli esemplari più puri ed estremi. Com'è noto, la sua mancanza d'interesse per il mondo esterno fu tale che egli non si degnò di muoversi mai dalla piccola città nativa, mentre il suo costante e inesauribile interesse per il mondo interno, il suo pensiero che tentò infaticabilmente di pensare sé stesso, ci dettero i monumenti delle tre *Critiche*.

Altri esempi estremi di introversi ci vengono dati da quei mistici che, ad una completa svalutazione del mondo, uniscono un insaziabile anelito di interiorizzazione per giungere a toccare il fondo più abissale del loro spirito, quali ad esempio Meister Eckhart.

Per gli estroversi il nostro pensiero corre anzitutto ai grandi uomini d'azione che, proiettati verso l'esterno, stamparono nel mondo le più vaste orme dei loro passi; basti nominare Giulio Cesare e Napoleone.

Ma anche in altri campi si trovano degli estroversi tipici, quali i numerosi e le ancor più numerose passionali, che immettono tutto il loro interesse vitale in un essere amato, e giungono tanto a dipenderne da non sapere o volere sopravvivergli.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

Se però l'esistenza di questi due grandi tipi è chiara ed evidente, anche solo i rapidi accenni ed esempi che ne abbiamo dato dimostrano che ciascuno di essi racchiude personalità molto diverse fra loro, e che quindi è necessaria un'ulteriore differenziazione dei tipi già definiti.

Questa differenziazione si ottiene in modo assai opportuno e persuasivo combinando la distinzione fra introversione ed estroversione con quella precedentemente accennata fra le varie sfere vitali. Allora si osserva il fatto interessante che una persona può essere estroversa in una sfera e introversa in un'altra, come taluni che, mentre sono estroversi nella sfera del sentimento, cioè in preda a forti passioni, sono invece introversi intellettualmente, e si interessano vivamente ad osservare e analizzare questi loro stati d'animo; oppure ancora certe figure di santi che ad un'introversione mistica assai accentuata hanno unito un'estroversione pratica non meno intensa che li ha resi grandi uomini d'azione.

Numerose sono le combinazioni possibili di questo vario dinamismo dell'interesse vitale, ben corrispondenti alle grandi varietà psicologiche che si riscontrano fra gli individui umani.

Approfondendo questo tema si possono notare altre e più sottili distinzioni, quali quella del carattere attivo e passivo dell'interesse, e quella della varia intensità originaria dell'interesse vitale.

Si deve poi esaminare la questione del diverso valore morale di ciascuno di quei tipi, e le manifestazioni superiori e inferiori di ciascuna delle due direzioni vitali.

IV. - Un'altra distinzione fra gli esseri umani è basata sui vari rapporti che intercorrono fra "personalità" e "individualità".

"Persona" è un termine che deriva dalla parola latina designante la maschera attraverso cui gli attori romani facevano risonare la loro voce. È un conglomerato più o meno coerente di elementi psichici di varia provenienza: derivazione ereditaria - influsso dell'ambiente (in varia misura) - assimilazione di elementi individuali.

"Individualità" invece è il nostro Centro spirituale, il nostro Io più vero e profondo, unico e universale insieme, per un paradosso che la ragione stenta a comprendere ma che l'intuizione può cogliere e giustificare.

La nostra individualità è universale in quanto "spirito", in quanto possibilità d'infinita effusione con il Tutto; è unica nella sua essenziale e insopprimibile centralità, nella sua peculiare nota qualitativa.

I rapporti fra questi due elementi possono essere vari e complessi.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

Sono armonici quando la nota individuale trova elementi personali di natura plastica nei quali possa esprimersi facilmente; si hanno allora le persone con tendenze decise e vocazioni nette, i caratteri "tutti d'un pezzo" - con certe qualità e vocazioni nette, e deficienze non meno pronunciate.

Invece quei rapporti sono disarmonici quando gli elementi personali sono discordanti fra loro e con l'individualità, sono ribelli ad essa. Allora insorgono crisi interne profonde e sconvolgenti che nei casi più gravi arrivano a produrre veri disturbi psichici; in altri si compongono temporaneamente in compromessi o si risolvono con la vittoria decisiva di una delle due parti.

Quando la personalità vince, può giungere alle peggiori degradazioni e a delitti; quando invece vince l'individualità, si ha la rigenerazione degli elementi personali che, purificati, vengono a far parte di una sintesi superiore.

Esempi tipici di contrasti drammatici fra un'individualità e una personalità entrambe forti, e molto discordanti, contrasto che non ebbe mai una soluzione definitiva, sono quelli di Leone Tolstoj e di Michelangelo.

Si può dire che molte fra le più belle opere d'arte che possediamo siano state il risultato di simili travagli interni.

Quando la psicologia individuale di cui abbiamo cercato di cogliere i capisaldi, sarà costituita, essa potrà favorire potentemente lo sviluppo spirituale singolo e collettivo, che è ostacolato e insidiato non solo dalle difficoltà e dai pericoli ad esso intrinseci, ma anche da quelli - non pochi e non lievi - prodotti dalla generale incomprensione psicologica di noi stessi e degli altri.

Infatti, noi possiamo osservare come, non di rado, i migliori insegnamenti spirituali e i metodi psicagogici - quando siano dati e applicati in modo inopportuno e non adatto allo speciale caso singolo - possano riuscire nocivi e financo pericolosi. Ne citerò un esempio tipico.

Il primo consiglio che viene dato di regola a chi vuole elevarsi spiritualmente, è quello del distacco dal mondo materiale, dai beni terreni. Ottimo consiglio invero, e tanto necessario in questo mondo pieno di cupidigie e di attaccamento materiale.

Ma vi sono però due categorie di persone per le quali quel consiglio non è adatto e a cui esso può fare molto male. La prima di tali categorie è composta da persone che - per così dire - hanno ancora bisogno di "scendere", di "incarnarsi", di fare le necessarie esperienze della vita normale. Sono spesso nature passive, inette, che hanno bisogno della salutare disciplina della lotta per la vita e nella vita.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

L'altra categoria, in un senso opposto alla prima, è formata da persone che hanno già un notevole sviluppo spirituale, e che hanno fatto così dure esperienze nel mondo da averne tratto disgusto, antipatia, e talvolta quasi orrore. Sono tipi ascetici, separativi, che non sanno o non vogliono comprendere la ragion d'essere della vita ordinaria, e vivono in un mondo interno ove sono a loro agio, e spesso, mentre si ritengono "spirituali", si dimostrano invece "distanti", privi di amore e quindi in un certo senso egoisti. Sono coloro che, come dicono gli Orientali, sono "attaccati ai mondi senza forma".

Inoltre la psicologia individuale può aiutare efficacemente ad eliminare due opposti tipi di errori che sogliamo commettere frequentemente nel prendere decisioni vitali. Essi riguardano i due opposti tipi di compiti psicagogici e spirituali che abbiamo da svolgere nella vita:

1. Quello di manifestare, di esprimere la nostra nota individuale, di adempiere con tenacia e fervore il compito, la missione assegnataci.

2. Quello di sviluppare gli elementi in noi carenti, di correggere i nostri difetti, di frenare gli eccessi; insomma di "costruirci", di armonizzarci, di trarre dal rude blocco, dalla congerie di elementi psichici, la bella statua dell'essere umano completo (psicosintesi).

Di fronte a questi compiti vitali si sogliono commettere due generi opposti di errori. Non di rado non sappiamo riconoscere qual è la nostra "nota" individuale nell'insieme delle nostre attitudini personali - oppure subiamo passivamente circostanze contrarie senza osare o volere affermare il nostro vero essere. In altri casi, siamo ciechi e illusi di fronte alle nostre manchevolezze, non ne riconosciamo la portata e la gravità, e quindi non cerchiamo di rimediarvi.

In tutti questi casi la psicologia individuale potrà essere di valido aiuto, dandoci modo di fare un sincero e profondo studio di noi stessi, rivelandoci la nostra vera natura, indicandoci chiaramente i compiti da attuare e il metodo da adottare.

Non meno importanti potranno essere le applicazioni della psicologia individuale all'educazione. I tipi psicologici costituzionali cominciano già a rivelarsi nei primi anni di vita, e quindi l'educazione dovrebbe tenerne conto fin dagli inizi. I metodi di educazione e di istruzione da applicare ad ogni fanciullo dovrebbero tener conto del TIPO a cui egli appartiene, nel senso di assecondarlo - seguendo la linea di minor resistenza - nello sviluppo psichico e nell'apprendimento delle varie discipline. L'esperienza ha dimostrato che ogni tentativo di fare violenza alla costituzione individuale dell'educando fallisce, e può suscitare reazioni violente e far insorgere disturbi nervosi.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

Col progredire della pedagogia individuale si potrà forse arrivare a istituire delle classi distinte, ad esempio per estroversi e per introversi, nelle quali insegnanti dello stesso tipo psicologico degli allievi usino metodi particolarmente adatti al loro tipo di apprendimento.

Accanto a questo compito generale, la pedagogia individuale dovrebbe però proporsi anche il compito di frenare gli eccessi del tipo individuale, e di favorire le compensazioni armonizzatrici. Evitando però che acquistino l'intensità di ipercompensazioni eccessive.

Molto utile può riuscire poi la discriminazione dei tipi e dei sotto-tipi psicologici quali li abbiamo indicati per la scoperta delle vocazioni e la scelta delle attività professionali più adatte alle singole costituzioni individuali.

Non meno opportune sono le applicazioni della psicologia individuale alla psicoterapia. Le psiconevrosi presentano spesso - ingrandite ed esagerate, e quindi ancora più evidenti - le differenze caratteriologiche di cui abbiamo parlato.

Così gli isterici presentano generalmente - almeno in certe sfere di interessi, come quella affettiva - un'estroversione eccessiva, estrema. Invece gli psicastenici e gli ipocondriaci non di rado dimostrano un'introversione patologica. Negli uni e negli altri si formano molto spesso repressioni e reazioni violente e anormali, e squilibri fra le varie sfere di interessi.

È necessario quindi "individuare" il metodo di cura, adattandolo al tipo psicologico del malato e alle sue manifestazioni anormali.

Così potranno venire eliminate le limitazioni di non pochi psicoterapeuti che si servono di un solo metodo, e che perciò ottengono risultati ottimi su una data categoria di malati, ma falliscono con altre.

Il medico poi non solo dovrebbe usare vari metodi secondo i vari tipi di malati, ma dovrebbe conoscere bene il proprio tipo psicologico e sforzarsi, con un'assidua opera psicagogica su se stesso, di trascendere per quanto è possibile le limitazioni della propria costituzione e di acquistare la plasticità necessaria per comportarsi in modo diverso e opportuno con ciascun malato.

Le applicazioni della psicologia individuale potranno poi venire estese molto utilmente ad altri tipi di rapporti umani; primo e più vitale fra i quali l'amore. A questo riguardo dovrà venire studiata l'importante questione che non è stata ancora ben approfondita delle affinità, della complementarietà e della "polarità". Altre applicazioni riguardano i rapporti fra genitori e figli, fra padroni e servitori, e in generale fra dirigenti e sottoposti; e poi i rapporti fra eguali, nell'amicizia e nel cameratismo.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

Vasto è dunque il campo, e promettente le messe, e non troppo arduo l'ararlo e il seminarlo per chi vi sia disposto e sia animato da buona volontà; perciò chiudo questa rapida disamina con l'augurio che molti vogliano accingersi a quest'opera tanto importante e vitale: l'esplorazione del misterioso e sfuggente animo umano.

NOTA: Dal 1932 la psicologia individuale e differenziale ha fatto molti progressi ed è stata oggetto di numerose pubblicazioni. Un'esposizione anche sommaria di essi richiederebbe almeno un altro scritto. Ma ritengo che anche questo possa servire come inquadramento e orientamento.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

PSICOLOGIA DIFFERENZIALE

(Conversazione)

CAPRIOLO Io vorrei riferirmi alla realizzazione pratica del modello ideale. Direi che uno dei maggiori ostacoli, proprio nella realizzazione pratica, consiste nel riuscire a inquadrare se stessi in quella categoria tipologica, anche se solo approssimativamente, di cui ha parlato, dell'introverso e dell'estroverso. Perché ho notato questo, almeno come esperienza personale, cioè che la realizzazione del modello ideale risulta grandemente facilitata se rinunciamo a porci nella giusta prospettiva, se riusciamo a capire come siamo effettivamente costituiti. E questo in pratica è molto difficile, perché ho avuto modo di osservare casi in cui persone essenzialmente introverse volevano imitare proprio i modelli ideali diametralmente opposti, cioè persone estroverse; e anche al contrario, persone fortemente estroverse che aspiravano a sembrare autenticamente introverse. Ma penso che una volta definita questa etichetta - per usare questa brutta parola - si sia fatto in realtà un gran passo avanti, perché questo dell'avere inquadrato se stessi rappresenta un trampolino di lancio che facilita molto la realizzazione del modello ideale.

ASSAGIOLI Fra gli ideali che non so se saranno realizzati, ci sarebbe quello di fare un corso di psicologia differenziale. È un argomento così vasto e complesso che richiederebbe una lunghissima trattazione. Ora qui direi qualcosa solo di indicativo, come spesso si fa in questa conversazione. La tipologia è utilissima, ed è uno studio che va dalla psicologia generica differenziata al […] esistenziale di ognuno. Anche qui è bene però procedere per gradi: non bisogna mai fare qualcosa di rigido, o dare un'etichetta; e non si può mai dire che uno sia estroverso o introverso. È sempre una questione di "percentuale" di prevalenza, e spesso di prevalenza in un dato stadio della vita, e anche in una data condizione. Perciò sempre va qualificato, sempre specificato il grado e la natura del livello della direzione dell'interesse vitale. Infatti si può essere estroversi ad un livello e introversi in un altro.

Un esempio tipico che ho fatto altre volte è quello generale degli inglesi, che sono molto introversi dal lato emotivo, e molto estroversi nel campo fisico: sport, attività esterne, ecc. A cui spesso si accompagna una riluttanza ad esprimere i loro sentimenti. Questo è un esempio molto chiaro, abbastanza netto. Poi c'è l'oscillazione fra estroversione e introversione. Oscillazione fra i due estremi, ma qui bisogna ricordare anche due cose: che c'è quella che io chiamo sopraversione e subversione. La subversione sarebbe la tendenza verso tutto ciò che è inferiore nella natura umana. Di questo direi che la psicoanalisi

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi

dà un chiaro esempio; c'è in essa un'esagerazione di subversione, cioè il rivolgere l'interesse vitale quasi esclusivamente ai lati inferiori. E invece c'è la sopraversione, cioè la tendenza a rivolgere gli interessi vitali verso aspetti superiori, che veramente è un'ottima cosa, ma che può diventare anche eccessiva in un certo senso.

Quindi, vede com'è complicata anche la prima differenziazione, che è la più semplice, della direzione degli interessi vitali. Questo si ricollega al fatto delle famose maschere di cui abbiamo parlato, e che l'individuo assume spesso a seconda degli ambienti in cui si trova. E quindi senz'altro anche l'estroversione e l'introversione sono maggiori o minori, a seconda dei vari livelli, dei vari ambienti o delle persone che l'individuo incontra. Quindi la facoltà di autoespressione varia grandemente proprio per questi stessi fattori.

Archivio Assagioli, Firenze © Istituto di Psicosintesi