

Psicoterapia e rieducazione

Psychotherapy and re-education

John E. Donley (*)

Dopo che una parola ha servito quale moneta corrente per un certo tempo, è talvolta utile esaminarne il valore e tentar di chiarirne il significato. Ciò è particolarmente vero per la parola "psicoterapia" poiché simili termini il cui significato è ampio e vago hanno sempre bisogno di venir delimitati.

La psicoterapia non è una cosa, nel senso in cui ogni oggetto fisico è una cosa... essa è solo un opportuno termine generale per indicare un certo numero di cose, cioè certi metodi, procedimenti, artifici che sono stati raggruppati insieme perché posseggono alcune caratteristiche comuni e sono stati riconosciuti utili nello studio e nella cura di diverse specie di disturbi nervosi.

Si sente dire di quando in quando, e leggendo certi scritti si può aver implicitamente l'impressione, che la psicologia consista principalmente nell'uso della suggestione, dell'ipnosi, della persuasione e di simili metodi di cura. C'è, naturalmente, del vero in ciò; ma chi considera tale opinione quale la vera filosofia della psicoterapia ha di questa una concezione assai ristretta ed aggiunge un altro esempio alla lista, già lunga, dei mezzi scambiati per fini.

Come l'artista usa i suoi colori ed i suoi pennelli ora in un modo ora nell'altro per ottenere diversi effetti sulla sua tela, così lo psicoterapeuta, lavorando con un materiale più palpabile ma ben più plastico, si serve dei suoi diversi metodi per produrre gli effetti desiderati sulla personalità del malato. Tali effetti sono, necessariamente, varie forme di rieducazione psichica, poiché, come è evidente, nessun medico ipnotizza tanto per ipnotizzare o suggestiona o persuade per il gusto di suggestionare o di persuadere.

Da tutto ciò risulta che nessuna raffinatezza diagnostica, nessuna delicatezza o complicazione dei procedimenti può giustificare la sua pretesa alla nostra considerazione (quali psicoterapeuti) se non può dimostrare il suo diritto ad averla col contribuire, direttamente o indirettamente, a tale azione educativa. E d'altra parte ogni cosa — qualunque sia l'antichità di cui si possa vantare o vergognare — capace di favorire il raggiungimento di una più alta efficacia educativa, dovrebbe esser ammessa volentieri a far parte della psicoterapia.

Se noi accettiamo quest'opinione liberale e, oso crederlo, logica, appare evidente che delle lunghe e forse non troppo concludenti controversie sui rispettivi diritti, valori e domini dell'ipnosi, dell'ipnoidizzazione, della suggestione, della persuasione, ecc. diventano superflue.

After a word has been used for a certain period of time it is sometimes useful to examine its value and attempt to clarify its meaning. This is particularly true for the word "psychotherapy" because similar terms whose meaning is ample and vague have always the necessity of being defined.

Psychotherapy is not a thing, in the sense that every physical object is a thing, it is only an opportune general word to indicate a certain number of things, that is certain methods, procedures, artefacts that have been grouped together as they possess some common characteristics and have been recognised as being useful in the study and treatment of different types of nervous disorders.

One sometimes hears, and reading certain texts one can implicitly have the impression, that psychotherapy principally consists of the use of suggestion, hypnosis, persuasion and similar methods of treatment. Some of this, naturally, is true; but he who considers this opinion the true philosophy of psychotherapy has an extremely restricted conception and adds another example to the list, which is already long, of means mistaken for ends.

As the artist uses his colours and brushes now in one way now in another to obtain different effects on the canvas, so the psychotherapist, working with a more palpable material but much more plastic, uses these different methods to produce the desired effects on the personality of the patient. These effects are, necessarily, various forms of psychic re-education, because, as is evident, no physician hypnotises only to hypnotise or suggests or persuades only for the pleasure of suggesting or persuading.

From all this it is clear that no diagnostic refinery, no gentleness or complication of procedures can justify their pretension of our consideration (as psychotherapists) if they cannot demonstrate their right to have it by contributing, directly or indirectly, to the educative process. And, on the other hand, everything - whatever be the antiquity that can be boasted of or felt shame for - able to favour the attaining of a higher educative efficacy, should be admitted voluntarily and become part of psychotherapy.

If we accept this liberal and, I dare to believe it, logical opinion, it is clear that of the long and perhaps not too resolved controversies on respective rights, values and dominions of hypnosis, suggestion, persuasion, etc.

È come se un artefice, per spirito di esclusività, sostenesse la superiorità di un ordigno speciale, mentre in realtà ciascun componente della sua serie di strumenti è superiore a tutti gli altri per eseguire una data parte del lavoro. In ultima analisi l'utilità di ogni metodo deve dipendere da ciò che si vuol ottenere con esso; non può esser giudicato *a priori*, poiché il suo successo o insuccesso deve venir valutato in pratica dai suoi effetti...

La rieducazione è dunque, io ritengo, il *summum bonum* della psicoterapia. ora l'accingersi a *rieducare* un uomo vuol dire, secondo la parola stessa, che egli possiede già una educazione di qualche sorta; è implicito inoltre che si tratta di un'educazione insoddisfacente, di un'educazione che, per qualche ragione, si desidera cambiare.

Quanto più d'avvicino studiamo i nervosi, quanto più cerchiamo di penetrare con attenzione sotto la maschera di convenzione che li nasconde, tanto più sicuramente siamo tratti a concludere che, in grandissima parte, tanto l'acuta sofferenza quanto l'infelicità cronica che vanno sotto il nome di nevrosità dipendono in ultima analisi da un difetto di educazione, prendendo l'educazione nel suo più ampio e vero senso, equivalente alla somma delle influenze formative nella vita di ciascun individuo. Nulla avviene per noi invano; non esiste un'esperienza senza significato. Ogni particella di esperienza, tanto quella più insignificante in apparenza quanto quella tragicamente significativa, diventa per noi una forza educatrice — se in bene o in male dipende dalla sua natura e dal modo personale con cui ce ne serviamo. Perciò il bambino è, alla lettera, il padre dell'uomo. Nessuno di noi ha, in senso rigoroso, un vero passato, poiché, come il Bergson dice sì giustamente, la vita è un'evoluzione creatrice; essa porta con sé il passato e sta sempre creando il suo avvenire.

Le nostre credenze, vere o false, e la condotta che determinano sono "sviluppi", più che deduzioni; ed è precisamente nel dirigere o nel ri-dirigere questo sviluppo delle credenze, questo vivente processo di evoluzione individuale, che la psicoterapia trova il campo della sua massima utilità.

Non soltanto eliminare i disturbi superficiali che talvolta spariscono con ingannevole facilità, ma guidare lo sviluppo della mente, aiutare l'auto-realizzazione e l'auto-perfezionamento — questa è veramente opera degna in servizio di un nobile fine. E se una cattiva educazione, la cui manifestazione esterna si chiama spesso malattia nervosa, ha condotto a contraddizioni e disinganni nei pensieri, sentimenti ed azioni una retta educazione può, per lo meno, aiutare a ristabilire, fino a un certo punto, l'armonia; Far cessare il conflitto attuale, ma anche (cosa altrettanto, anzi ancor più importante) impedire il prodursi di conflitti futuri; tale è il compito della psicoterapia. Profilassi dovrebbe essere la sua parola d'ordine.

become superfluous. It is as if an artisan, due to the spirit of exclusivity, declared the superiority of a special tool, while in reality each component of the series of instruments is superior to all his/her others in order to carry out a certain work. Finally, the usefulness of each method must depend on that which one wants to obtain with it; it cannot be judged *a priori*, because its success or failure must be evaluated by its effects.

Re-education is therefore, I believe, the *summum bonum* of psychotherapy. Now setting about re-educating someone means, according to the word itself, that he/she already has an education of some sort; it is implicit, furthermore, that this is an insufficient education, an education that, for one reason or another, one desires to change.

The nearer we wish to study nervous disorders the more we try to penetrate with attention under the mask of convention that hides them, the more surely we conclude that, to a great extent, both acute sufferance and chronic unhappiness, that go by the name of nervous disorders, originate, in fact, from a bad education, here meaning education in its most ample and true sense, equivalent to the sum of the influences in the life of each individual. Nothing happens to us without meaning; an experience does not exist that does not have a meaning. Every particle of experience, both the most seemingly insignificant and that tragically significant, becomes for us an educative force - both for good and ill, depending on its nature and the personal way in which we use it. Thus the child, in a true sense, is the father of the adult. None of us has, in a strict sense, a true past, because, as Bergson says, "life is a creative evolution; it carries with it the past and is always creating its future".

Our beliefs, true or false, and the conduct that determines them are "developments", rather than deductions; and it is precisely in the managing or re-managing of this development of beliefs, this living process of individual growth, that psychotherapy finds its maximum usefulness. Not only eliminating superficial disturbances that sometimes disappear with deceptive ease, but guiding the development of the mind, helping self-realisation and self-perfectioning - this is the true work of a service that has a noble end. And if a bad education, whose external manifestation is often called a nervous disorder, has led to contradictions and disillusion of thought, sentiments and actions a right education can, at least, help to re-establish, up to a certain point, harmony, stop current conflict, but also (more importantly) impede the production of future conflicts; this is the task of psychotherapy. Prophylaxis should be its watch word.

Every experience that we make must be in some way absorbed and assimilated in the stream of our conscious personality. "Synthesis" is a necessary con-

Ogni esperienza che facciamo deve venir in qualche modo assorbita ed assimilata nella corrente della nostra personalità cosciente. La "sintesi" è una condizione necessaria per una vita sana, psichica non meno che fisica. Se vogliamo mantenere la nostra stabilità psichica normale dobbiamo esser capaci di dominare in modo effettivo le nostre esperienze. Ma talvolta non possiamo e non di rado anche non vogliamo farlo; le nostre esperienze sono più forti di noi. Sono appunto queste parti non assimilate di esperienza, questi parassiti psichici che richiedono l'attenzione dello psicoterapeuta e gli fanno esercitare la sua abilità e la sua pazienza...

Innalzata fino a questo piano d'attività la psicoterapia prende il posto che le spetta fra le arti e le scienze che tendono a beneficiare in modo permanente l'umanità. Non pago di successi temporanei, per quanto allettanti, lo psicoterapeuta cercherà, per quel poco che può, di contribuire al progresso morale e intellettuale al quale sente di partecipare.

Allora egli conoscerà la poesia oltre la prosa della medicina... □

dition for a healthy life, both psychic and physical. If we want to maintain our psychic stability we must be able to dominate, in an effective way, our experiences. But sometimes we cannot, and not rarely, we do not want to do this; our experiences are stronger than we are. In fact, it is these parts of experiences that are not assimilated, these psychic parasites that need the attention of the psychotherapist allows him/her to exercise his/her ability and patience, raised to this level of activity psychotherapy assumes its correct role among the arts and sciences that tend to benefit in a permanent way humankind. Psychotherapists, not content with temporary successes, even though they are tempting, will try, in as much as they can, to contribute to the moral and intellectual progress to which they feel they participate.

Then they will know the poetry, other than the prose, of medicine. □

(*) Psiche, 1913, II°, pagg. 197 - 200

CENTRO DI PSICOSINTESI DI NAPOLI

SEMINARIO DI FORMAZIONE PERMANENTE

per chi ha completato il programma di formazione psicosintetica di base

20-21 marzo **Diversità: difficoltà, e risorsa**
coordinato da *Vincenzo Liguori*

Il seminario è aperto a tutti i soci dell'Istituto; i partecipanti di altri Centri potranno essere ospitati presso i soci del Centro di Napoli.
Prenotazioni ed informazioni allo 081 5606567 dalle ore 17,30 alle 20,30 dal lunedì al venerdì.