

## AL DI LÀ DEL BEHAVIORISMO. OLTRE LO SCHEMA STIMOLO-REAZIONE.

Il monaco disse: «Tutti questi monti e fiumi e la terra e le stelle... da dove provengono tutti quanti?». Rispose il Maestro: «Da dove proviene la tua domanda?».

(*Storia Zen*)

Quando gli psicologi parlano di «struttura antropologica», si riferiscono esclusivamente a due dimensioni: il fisico (soma, fisiologico, biologico) e lo psichico (psiche, sociologico). La psicologia comunemente intesa concepisce l'uomo come un organismo «psicofisico», e lo stesso linguaggio scientifico delle diverse discipline psicologiche tradisce questa visione bidimensionale dell'uomo. Ad esempio la psicanalisi ortodossa parla di repressione istintuale (l'istinto visto come pulsionalità biologica), oppure behaviorismo studia la reazione fisiologica allo stimolo, ecc.

Va anche aggiunto che da questa impostazione culturale ha preso avvio una delle più diffuse scuole moderne di medicina: la medicina psicosomatica. Il cui invito è rivolto a trovare la causa di molte malattie (quelle che almeno inizialmente non si accompagnano ad alterazioni anatomiche degli organi: le cosiddette malattie funzionali) in un disturbo dell'equilibrio psicofisico o emozionale del soggetto (ricordiamo: asma, ulcera, tachicardia, ecc.). E su questa linea sta prendendo piede un'altra scuola di medicina: la medicina somatopsichica<sup>1</sup>. Anche qui esiste un legame causa-effetto, come quello psicosomatico, ma ribaltato,

<sup>1</sup> Si veda A. Lodispoto, *Medicina Somato-Psichica*, Roma 1984.

cioè visto specularmente: ad esempio, disturbi del carattere, aggressività, ansia e depressione, a volte sono soltanto riflessi superficiali (psichici) di alterazioni organiche (somatiche) — si pensi al banale raffreddore che si riflette negativamente sull'umore e sulla psiche.

Di fronte a questa visione bidimensionale dell'uomo, lo psichiatra V. Frankl ci mette in guardia quando scrive: «In realtà lo psicosomatico, ossia l'uomo concepito come corpo e psiche, rappresenta senz'altro una unità: tale unità però non costituisce tutto l'uomo. Perché nell'uomo si possa parlare di totalità, è necessario aggiungere la dimensione spirituale: solamente la persona spirituale crea l'unità nell'uomo. Non basta parlare di corporeo e di psichico: *tertium datur!*»<sup>2</sup>. Inoltre, questi tre momenti: fisico, psichico, spirituale, sono diversi e distinguibili fra loro, mentre per quanto concerne l'essere-uomo, essi risultano inscindibili, cioè in chiave antropologica è impossibile scomporli.

«L'identico essere è, per così dire, uno e trino; vale a dire esso costituisce una unità, ma al tempo stesso si articola nei tre momenti di cui si è detto (...). Come tale esso rappresenta un vero "mysterium"»<sup>3</sup>.

Se è stato possibile alla psicologia sinora praticata far derivare i suoi studi sulla psiche umana dal basso, dal fisico, dal biologico, sino a confonderla addirittura con quella animale, non sarà altrettanto possibile far derivare la comprensione della psiche umana anche dall'alto, dal noetico, dallo spirituale, al fine di ottenere una psicologia quale scienza dello spirito (*Geistwissenschaft*), secondo una visione «trinitaria» dell'uomo? Più che a nuove scuole psicologiche, pensiamo come, ad esempio, le due più famose fra esse, la psicanalitica e la bahavioristica, si completerebbero (e trasformerebbero) se considerassero anche la dimensione spirituale, nel loro approccio all'uomo.

Ma parlare di psicanalisi in versione spiritualista non è così

<sup>2</sup> V. Frankl, *Homo Patiens*, Varese 1972, p. 31.

<sup>3</sup> V. Frankl, citato da C. Nobile in *Psicoterapia e direzione spirituale*, Varese 1967, p. 18.

difficile come si potrebbe in un primo momento supporre, poiché dal dopoguerra in poi c'è stato un ricco movimento di studiosi, che vanno da Caruso a Daim, da von Gebattel a Weiszacher ed altri, i quali hanno per così dire inaugurato una nuova era della psicanalisi, una psicanalisi intesa e praticata come scienza dello spirito, come una *Geistwissenschaft* nel senso rigoroso del termine <sup>4</sup>.

Qui, poi, vogliamo centrare la nostra attenzione sull'altra grande scuola psicologica, il Behaviorismo (o Comportamentismo).

#### BEHAVIORISMO

La data di nascita del Behaviorismo è il 1913, l'anno in cui lo statunitense John B. Watson pubblicava un piccolo volume intitolato: *Psicology as the behaviorist views it*. Le parole iniziali erano le seguenti:

«La psicologia, come il comportamentista la concepisce, è semplicemente una branca, oggettiva e sperimentale, della scienza naturale. Il suo scopo teorico è la previsione ed il controllo del comportamento» <sup>5</sup>.

La massima aspirazione di Watson era quella di conferire alla psicologia una veste scientifica naturalista per cui si appellava ad altre scienze naturali. La sua battaglia fu contro il concetto di coscienza.

«Il comportamentismo sostiene che il concetto di coscienza non è né definito né utile. Il comportamentista, che è sempre stato educato come uno sperimentalista, è inoltre dell'opinione che la credenza nella esistenza della coscienza risale ai tempi antichi della superstizione e della magia (...)» <sup>6</sup>.

Per Watson il punto di riferimento dello psicologo non è

<sup>4</sup> In particolare, si veda Igor Caruso, *Psicanalisi e sintesi dell'esistenza*, Torino 1953.

<sup>5</sup> J.B. Watson, citato da D.F. Romano, *Introduzione a Le teorie dell'apprendimento di Hilgard-Bower*, Milano 1974, p. 21.

<sup>6</sup> *Ibid.*, p. 22.

pertanto la sfera privata della coscienza, bensí quella pubblica del comportamento.

«Limitiamoci alle cose che possono essere osservate e formuliamo leggi che riguardano solo queste. Cosa siamo in grado di osservare? Possiamo osservare il comportamento — ciò che l'organismo fa o dice (...). La regola o il criterio che il comportamentista tiene sempre presente è: "posso descrivere questo brano di comportamento in termini di stimolo e reazione?". Con stimolo noi intendiamo ogni oggetto nell'ambiente ed ogni cambiamento nei tessuti, prodotto dalle condizioni fisiologiche dell'animale (...). Con reazione intendiamo ogni cosa che l'animale fa — come l'avvicinarsi ad una luce, il saltare all'apparire di un suono — e attività piú organizzate come costruire un grattacielo (...)»<sup>7</sup>. Utilizzando un linguaggio piú scientifico, diciamo che lo stimolo connota tutti gli agenti ambientali sia esterni che interni all'organismo: sia gli oggetti, le diverse forme di energia costituenti la realtà esterna, le condizioni sociali, sia le modificazioni fisiologiche degli apparati periferici (muscolari, glandolari, sensoriali). La reazione comprende tutti i movimenti eseguiti dall'organismo, sia impliciti (non direttamente osservabili dall'esterno: dilatazione dei vasi sanguigni, accelerazione del ritmo cardiaco eccetera) sia espliciti (camminare, muovere il capo eccetera).

Quindi al centro della psicologia watsoniana non sono contenuti di coscienza quali i sentimenti, gli affetti, le percezioni, la memoria, bensí il comportamento di per sé obiettivabile ed osservabile.

Compito della psicologia, a detta di Watson, è specificare delle leggi sulla base del paradigma:

$$R = f(S)$$

cioè la reazione è funzione dello stimolo.

«Le reazioni dell'organismo sono la conseguenza di certi stimoli. In un sistema di psicologia completamente elaborato,

<sup>7</sup> *Ibid.*, p. 21.

date le reazioni è possibile predire gli stimoli, dati gli stimoli è possibile predire le reazioni»<sup>8</sup>.

Il paradigma stimolo-reazione (S-R), con la sua epistemologia, costituirà negli anni successivi al 1913 la matrice della quasi totalità delle indagini sperimentali intorno alle teorie dell'apprendimento. Ricordiamo, anche se a livello di cenno: il condizionamento operante di Skinner, la teoria sistematica del comportamento di Hull, l'apprendimento per segni di Tolman... Il behaviorismo in quanto disciplina scientifica subirà attraverso i succitati lavori sperimentali delle modifiche e delle aggiunte — quali, ad esempio, i concetti di rinforzo, di abitudine e così via, non tali però da alterare le caratteristiche iniziali espresse appunto nello schema bipolare S-R.

Negli ultimi tempi, per esempio, va per la maggiore in campo psicoterapico la cosiddetta «terapia comportamentale», ed una sua tecnica fra le più usate (avremo modo più in là di approfondirla) è la «desensibilizzazione sistemica» le cui basi dottrinarie prendono spunto sempre dalla teoria dello schema S-R.

Tornando al behaviorismo, la psicologia che affiora dalle deduzioni dello statunitense Watson risulta essere saldamente ancorata al metodo sperimentale e alla sua metafisica:

«Il comportamento non è che un ingranaggio della grande macchina. Esso è un semplice effetto degli eventi naturali. Per comprenderlo non resta che esprimerlo in termini omogenei a quelli che descrivono le sue cause, naturalizzarlo, cioè, dove per natura si intende l'immagine che di essa forniscono la fisica, la chimica (...). Basterà individuare per ogni reazione lo stimolo che l'ha suscitata ed il mistero sarà finalmente svelato. Quando si parla di comportamento non ha importanza a quale organismo ci si riferisca. Le leggi sono uguali per tutti: dalla ameba all'uomo sono tutti dentro la grande macchina (...)»<sup>9</sup>.

<sup>8</sup> *Ibid.*, p. 23.

<sup>9</sup> *Ibid.*, p. 24.

## AL DI LÀ DELLO SCHEMA S-R

A nostro avviso, il behaviorismo come intuizione psicologica può non limitarsi ad una visione naturale dell'uomo, come *Naturwissenschaft*, ma andare oltre, al di là dello psico-fisico, ed essere rivisitato sul versante spirituale, come *Geistwissenschaft*.

A nostro avviso esiste, se così si può dire, un «comportamentismo» spirituale, basato anch'esso su uno schema bipolare, del tipo D-R = domanda-risposta.

Lo schema D-R ci sembra corrisponda al profondo dell'essere-uomo, è la sistole e diastole dell'esistenza umana. L'uomo continuamente viene sollecitato da domande cui per forza di cose deve dare delle risposte.

La fenomenologia di questo schema è coglibile da sempre, nei tempi più arcaici. Pensiamo, per un esempio, all'epopea di Gilgamesh.

«Per nove giorni Enkidu languì nel suo letto, perdendo le forze di minuto in minuto, mentre Gilgamesh, prostrato dal dolore, vegliava accanto a lui.

“Enkidu — gridava Gilgamesh — sei stato per me la scure che avevo al fianco, l'arco che tenevo nelle mani, il pugnale che portavo alla cintura (...). Con te vicino, osai affrontare qualsiasi rischio e sopportare ogni avversità, osai scalare le montagne e cacciare le fiere selvagge! (...). Ma ora, ecco, tu sei immerso nel sonno e circondato dall'oscurità, e non odi più le mie parole!”.

«E, mentre parlava, vide che il suo amico non si muoveva più e non apriva più gli occhi: e quando gli pose la mano sul cuore, sentì che non batteva più.

«Allora Gilgamesh (...) percorse la stanza in lungo e in largo, piangendo e gemendo (...) si lacerò le vesti e si strappò i capelli e si mise in lutto.

«La notte intera vegliò la salma dell'amico, e a poco a poco lo vide irrigidirsi e contrarsi e la bellezza abbandonare i suoi tratti.

«“Ora — disse Gilgamesh — ho veduto il volto della Morte e ho grande paura. Un giorno anch'io sarò come Enkidu”»<sup>10</sup>.

<sup>10</sup> T. Gaster, *Le storie più antiche del mondo*, Torino 1961.

Questo antichissimo documento sull'esperienza della morte, ci comunica da un lato la scoperta della inevitabilità e definitività di essa e dall'altro la paura della morte scavata nel senso della futilità della vita. Vorremmo dire che i sentimenti espressi da Gilgamesh, per la loro pregnanza esistenziale e per la loro arcaicità documentaria, in qualche modo sono l'atto di nascita della psicologia!

Ci spieghiamo meglio.

Come nessuno mette in dubbio che la psicologia in quanto «Scienza», sia nata a Lipsia nel 1879 per merito del tedesco Wundt, creatore del primo Istituto di Psicologia Sperimentale, così ugualmente nessuno negherà fondatezza all'affermazione, più volte sentita, che la psicologia è vecchia quanto l'uomo!

Freud ha scritto: «Non un enigma intellettuale e una morte qualsiasi, bensì il conflitto emotivo di fronte alla morte di una persona amata e ciononostante anche estranea e odiata ha dato corso all'umana ricerca. Da questo conflitto emotivo è nata tutta la psicologia»<sup>11</sup>.

E qui possiamo cogliere il significato del primo polo dello schema D-R, il segno della D come domanda.

Si potrebbe riassumere tale interrogativo esistenziale nella seguente definizione: l'individualità dentro la limitatezza. La domanda D, come dilemma umano, è la capacità dell'uomo di sperimentare se stesso contemporaneamente sia come oggetto che come soggetto. La finitudine biologica dell'uomo è l'aspetto deterministico del dilemma, è l'oggettificazione umana. La consapevolezza di ciò, ossia l'autocoscienza e l'agire in base ad essa, è il genio dell'uomo quale soggetto.

L'uomo è come spaccato in due: in soggetto, in quanto è cosciente della sua splendida unicità che lo eleva al di sopra della natura, semidio più alto delle stelle; e tuttavia è anche oggetto, in quanto è destinato a marcire sottoterra ed a scomparire dalla terra.

Un tale dilemma genera nell'uomo quella che Kierkegaard chiamava «angoscia», la quale poco ha a che fare con l'angoscia

<sup>11</sup> S. Freud, *Opere*, vol. 8, Boringhieri 1976, p. 141.

comunemente intesa. «Mostrare come l'angoscia si manifesta, è questo il punto attorno al quale tutto s'aggira. L'uomo è una sintesi di anima e corpo. Ma la sintesi non è pensabile se i due elementi non si uniscono in un terzo. Questo terzo è lo spirito»<sup>12</sup>. Anche qui troviamo un riferimento alla tridimensionalità antropologica, una visione «trinitaria» dell'uomo. L'animale potrà avere paura di fronte ad un pericolo di caccia, ma di sicuro non si angoscerà: *non sa* di essere mortale, *non si pone domande*; l'uomo, invece, consapevole della propria mortalità, si interroga. Formalmente la domanda D si presenta in tutte le lingue umane, combinata semplicemente da due parole: la parola «perché?» e la parola «io».

*Perché io?* Perché io (esisto)? Perché io (devo morire)?

È l'interrogativo esistenziale, l'aggirarsi smarrito attorno al significato della vita che è poi anche il significato della morte.

Albert Einstein faceva notare che domandarsi quale significato abbia la vita vuol dire essere religiosi. Paul Tillich è d'accordo con lui quando scrive: «Essere religioso vuol dire porre appassionatamente la domanda sul senso della nostra esistenza»<sup>13</sup>.

Pertanto l'essenza della domanda D, del dilemma, del destino, del senso della vita, ci rivela che l'analisi psicologica e quella religiosa sulla condizione umana sono inseparabili. Ma dietro la domanda sul significato dell'esistenza, se ne affaccia un'altra, più radicale. «Perché nasce in noi la domanda del significato? (...). Perché questa domanda? (...). Non volere rispondere a questa domanda è, confessiamolo, non voler accettare l'uomo così com'è fatto...»<sup>14</sup>. L'uomo, oltre a riconoscere la domanda D, come il dilemma che lo caratterizza, deve accettare questa sua condizione dilemmatica, accettare l'essere così e non altrimenti, accettare se stesso. E questo perché l'uomo non sa dare la risposta R, non sa spiegarsi né tantomeno dimostrare se stesso.

<sup>12</sup> S. Kierkegaard, *Il concetto dell'angoscia*, Sansoni 1965, p. 53.

<sup>13</sup> P. Tillich, citato da V. Frankl in *Dio nell'inconscio*, Morcelliana 1977, p. 91.

<sup>14</sup> G.M. Zanghi, *In cammino verso la Chiesa*, in AA.VV., *La Chiesa nel suo mistero*, Città Nuova, Roma 1984, p. 22.

Con l'accettazione di se stessi, ci apriamo a cogliere il senso del secondo polo dello schema D-R, l'essenza cioè della risposta R.

Rainer Maria Rilke, in una sua lettera ad un giovane poeta, scriveva delle parole che ci riguardano da vicino: «Non cercare ora le risposte che non possono esserti date perché non saresti in grado di viverle. E il punto è vivere ogni cosa. Vivi le domande ora. Forse allora potrai gradatamente, senza accorgertene, arrivare un giorno lontano a vivere le risposte»<sup>15</sup>.

Ma si può andare più in là di quanto suggeriscono le parole di Rilke. «Poi, muovendoci dalle domande, dobbiamo *saper accogliere le risposte, che le stesse domande portano già con sé*. Riflettiamo: mai porrei una domanda se non cercassi una risposta — la risposta ricercata, allora, viene prima della domanda! (...) *a chi io pongo la domanda: chi mi può rispondere?* (...) *Chi è che mi parla, già, nella domanda?* (...) Non posso non riconoscere che la domanda è già la presenza in me di Qualcuno che a me si rivolge *per rispondermi!* (...) È per questa domanda-risposta presente in me che so di non essere solo nell'universo»<sup>16</sup>.

Nella prospettiva religiosa, la risposta R l'uomo la riceve in dono da Dio: lo schema D-R potrebbe essere formulato divinamente come Dare e Ricevere! Dare (D) è la domanda intesa come dichiarazione dell'indigenza, del dilemma, condizione, questa, dapprima riconosciuta ed in seguito accettata.

Ricevere (R) è la risposta in cui mi viene dato ciò che io non ho, ma che ho domandato.

Scriva Romano Guardini: «Dare e ringraziare, due cose che tolgono l'uomo dalle condizioni funzionali della macchina, come pure dai sistemi istintivi dell'animale, sono in realtà per l'appunto l'eco di qualcosa di divino. (...) Il fatto che io sono è un continuo dono fatto a me stesso. (...) Riceversi di continuo dalla mano di Dio e dunque anche ringraziare per questo...»<sup>17</sup>.

<sup>15</sup> R.M. Rilke, citato da Rollo May, in *La psicologia e il dilemma umano*, Astrolabio, Roma 1970, p. 29.

<sup>16</sup> G.M. Zanghi, *In cammino verso la Chiesa*, cit., p. 22.

<sup>17</sup> R. Guardini, *Virtù*, Morcelliana, Brescia 1980, p. 165.

Più avanti, Guardini sintetizza questo pensiero con una sua originalissima preghiera: «Tu Dio sei. E sei abbastanza. Ma Tu hai voluto che io sia e grazie per questo»<sup>18</sup>.

A questo punto si ha il quadro quasi completo dello schema D-R nel suo significato psicologico in quanto: finitezza autocon-sapevole risolvendosi nell'infinito; e nel suo significato religioso in quanto: creaturalità come dono divino. Ma perché parlo di «quadro quasi completo»? Perché la domanda D non conduce automaticamente alla risposta R. Tra il polo della domanda D ed il polo della risposta R, si interpone *necessariamente* la «libertà», la quale dà compiutezza a tutto lo schema D-R, differenziandolo nella sostanza dal semplice schema watsoniano stimolo-reazione (S-R). Infatti, non dimentichiamo che la reazione R è la inevitabile conseguenza dello stimolo S, non ci sono alternative alla rigida legge causa-effetto; l'animale è biologicamente programmato per determinati comportamenti, il suo bagaglio istintuale «sa» cosa deve o non deve fare in una particolare situazione.

L'uomo, invece, grazie alla dimensione spirituale, ha la facoltà di assumere una decisione, una posizione, una responsabilità; ha la libertà di negare in sé la sfera spirituale o di accettarla. Questa libertà non significa che l'uomo sia libero da condizionamenti biologici, psicologici, sociologici; non vuol significare un indeterminismo aprioristico, ma è l'affermazione che nonostante tutti i condizionamenti nell'uomo esiste sempre la possibilità di trascenderli, e di trascendere se stesso.

Se dovessimo sintetizzare il risvolto pratico di un comportamento secondo lo schema D-R, diremmo che non si tratta della scoperta di potenzialità spirituali occluse o peggio ancora represses, quanto della «messa in opera» di un comportamento in sintonia con una scelta libera di progresso spirituale. Non recupero di spiritualità repressa (questo semmai riguarda la psicanalisi in senso spiritualista — Karl Jaspers soleva dire: «Invece di appellarsi, come fa Freud, al vitale e al sessuale, ci si può appellare anche al lato spirituale dell'uomo e sviluppare la sua psicologia. Freud vede talvolta con straordinaria giustezza ciò che avviene

<sup>18</sup> *Ibid.*, p. 167.

per la repressione della sessualità. Ma egli non si domanda nemmeno che cosa accada con la repressione dello spirito»<sup>19</sup>, ma proposta di un comportamento di crescita spirituale, la cui essenza è nel progressivo superamento della «illusione» della centralità egocentrica, nel distacco dal costante ruotare conoscitivo intorno a noi stessi per un consapevole interesse per la realtà che ci circonda. È ciò che Frankl chiama «autodistanziamento-autotrascendenza». La dottoressa Elisabeth Lukas, una psicologa di Monaco di Baviera, in uno dei suoi testi di psicoterapia, ci fornisce un esempio di attuazione di un comportamento secondo lo schema D-R.

«Un medico mio amico ha un bambino ritardato mentale. Mi parlò una volta dello shock subito quando la diagnosi fu accertata e seppe definitivamente che tutte le sue conoscenze e capacità mediche non avrebbero potuto far nulla per portare il bambino alla normalità. Concluse la sua descrizione con questa riflessione: «Mia moglie ed io pensiamo che la divina provvidenza abbia scelto la nostra famiglia per questa creatura indifesa perché ci ritiene forti abbastanza da sopportare il destino assegnatoci. Vogliamo essere grati per questa fiducia e cercare di mostrarcene degni»<sup>20</sup>. Una impietosa domanda D scuote questo medico genitore, ma egli ha pronta la risposta R da opporre al duro destino. Qualcun altro al suo posto avrebbe potuto lamentarsi e domandarsi all'infinito: perché proprio io? perché il mio bambino...? Il comportamento assunto dal medico genitore attraverso la sua risposta immediata e grande è un comportamento in senso spirituale.

Se volessimo cercare la motivazione di questo comportamento, diremmo semplicemente che il medico genitore è maturo a livello spirituale. Infatti, quanto più risulta infantile e poco sviluppata la dimensione spirituale, tante più domande vengono avanzate. Invece quanto più risulta matura una personalità dal punto di vista spirituale, tanto più si è in grado di cogliere

<sup>19</sup> K. Jaspers, *Psicoterapia generale*, Roma 1966, p. 822.

<sup>20</sup> E. Lukas, *Dare un senso alla sofferenza*, Assisi 1983, p. 282.

risposte decisive. E nella maturità spirituale si apre il cammino raggiungere la tanto agognata felicità umana.

«Secondo le ultime scoperte della motivazione, lo stato che noi chiamiamo felicità sembra dipendere quasi esclusivamente dal trovare una risposta a questa domanda: "Per che cosa vivo? A che cosa servo?" Persone che sanno rispondere con sicurezza a questa domanda, godono di una sorprendente salute e stabilità psichica e non si lasciano sviare tanto facilmente neppure dai colpi del destino»<sup>21</sup>.

«Oggi per responsabilità spesso s'intende il dovere, qualche cosa che ci è imposto dal di fuori. Ma responsabilità, nel vero senso della parola, è un atto strettamente volontario; è la mia risposta al bisogno, espresso o inespresso, di un altro essere umano. Essere "responsabile" significa essere pronti e capaci di "rispondere" (...). Caino, poteva domandare: "Sono il custode di mio fratello?" La persona che ama risponde. La vita di suo fratello non è solo affare di suo fratello, ma suo. Si sente responsabile dei suoi simili, così come è responsabile di se stesso. Questa responsabilità, nel caso della madre e del bambino, si riferisce principalmente ai bisogni psichici dell'altra persona»<sup>22</sup>.

#### CONCLUSIONE

Restando sempre nell'ambito psicoterapeutico, nel discorso di un eventuale risvolto pratico del comportamentismo secondo lo schema D-R, a nostro avviso c'è, anche a livello di tecnica psicoterapica, la possibilità di un approccio comportamentista spiritualista. La terapia behaviorista è, secondo l'espressione di Wolpe, uno dei principali esponenti di essa, «l'utilizzazione di principi di apprendimento, fissati sperimentalmente allo scopo di modificare il comportamento disadattivo. Le abitudini disadat-

<sup>21</sup> E. Lukas, *Dare un senso alla famiglia*, Ed. Paoline, Roma 1987, p. 99.

<sup>22</sup> E. Fromm, *L'arte di amare*, Il Saggiatore, Milano 1984, p. 37.

tive sono indebolite ed eliminate; le abitudini adattive sono promosse e rinforzate» <sup>23</sup>.

Fra le tecniche di questa terapia ricordiamo: la desensibilizzazione sistematica, l'allenamento al comportamento assertivo, il condizionamento avversativo, l'allenamento al comportamento assertivo, il consizionamento avversativo, l'economia dei pegni, ecc., diverse fra di loro a livello strategico ma tutte partenti dallo schema watsoniano S-R stimolo-reazione. Per esempio, la tecnica più diffusa ed applicata, la desensibilizzazione sistematica, dipende più delle altre dallo schema S-R anche se in realtà risulta essere un'applicazione del principio dell'inibizione reciproca di Wolpe al trattamento delle reazioni fobiche. La terapia behaviorista, come ogni psicoterapia che si rispetti, ha le sue indicazioni e controindicazioni. È indicata, lo si è già detto, nelle fobie, nei tic, nelle balbuzie, nei comportamenti coatti, nelle perversioni sessuali, ecc., ed è controindicata nelle nevrosi esistenziali, nei conflitti di valori, nella ricerca di identità e così via.

Per quest'ultima sintomatologia secondo noi, sarebbe possibile intervenire ancora, in maniera comportamentistica, ma in direzione spirituale, facendo uso del Training Autogeno Superiore di Schultz. Particolare attenzione merita l'ultimo esercizio del T.A. del ciclo superiore: «le domande all'inconscio»; domande, queste, che hanno lo scopo di stimolare nel paziente delle risposte al fine di una chiarificazione della problematica esistenziale, come ad esempio: «Le malattie fisiche rappresentano la più grande infelicità? Qual è il senso del lavoro? Che cosa ha più importanza, la felicità o la giustizia? (...). Che cos'è la morte? L'eternità? L'immortalità? Qual è il significato della nostra esistenza?...» <sup>24</sup>.

Per concludere, vorremmo fare una breve precisazione intorno al T.A. Superiore recentemente sviluppato secondo una prospettiva psicanalitica (si pensi ad autori come Wallnoefer e così

<sup>23</sup> J. Wolpe, citato da S.J. Korchin in *La terapia behaviorista*, vol. 2 di *Psicologia clinica moderna*, Borla, Roma 1977, p. 586.

<sup>24</sup> J.H. Schultz, *Training Autogeno*, vol. 2, Milano 1979, p. 357-358.

via <sup>25</sup>): a parte il fatto che lo stesso Schultz negli anni trenta negava ogni confluenza analitica nel suo metodo, un autorevole esponente del T.A. come Tullio Bazzi sottolinea tuttora che «si tratta di combinazione inutile se non dannosa» <sup>26</sup>.

Un eventuale futuro sviluppo del T.A. Superiore potrà essere condotto soltanto nella prospettiva comportamentista spirituale dello schema D-R, e non psicoanaliticamente.

PASQUALE IONATA

<sup>25</sup> Si consulti H. Wallnoefer, *Tecniche analitiche nel ciclo superiore del Training Autogeno*, in *Psicoterapie, metodi e tecniche*, Atti del 3° Congresso internazionale del CISSPAT, San Marino 1978.

<sup>26</sup> T. Bazzi, *Nuovi Orizzonti del Training Autogeno*, Città Nuova, Roma 1980, p. 93.