



## LO PSICOLOGO

di Pasquale Ionata

# Prevenire le nevrosi

«Cosa è bene sapere sulla nevrosi a scopo preventivo e di autotutela?».

Gabriele - Potenza

Quando si osservano delle persone che presentano dei disturbi nevrotici, non si può non notare che spesso involontariamente tendono a ripetere gesti infruttuosi all'infinito, a verificare più volte che tutto sia sotto controllo, a ordinare e riordinare in maniera estenuante l'ambiente in cui vivono, a non imparare dall'esperienza, a non avere molte e proficue relazioni sociali, ad avere un cattivo rapporto con la realtà a scapito della fantasia, ad avere un forte egocentrismo impregnato di orgoglio.

Guardando queste persone in azione, qualcuno ha detto che viene spontaneo pensare che «l'uomo non è l'animale più intelligente del mondo, bensì la divinità più stupida». Per capire meglio questa verità psicologica immaginiamo cinque scimmie dentro una gabbia. Una banana è appesa a una corda dentro la gabbia con una scala al di sotto di essa. Poco dopo una scimmia si avvicina alla scala con l'intenzione di raggiungere la banana. Appena tocca la scala, tutte le altre scimmie sono spruzzate con acqua gelata. Dopo un po', una seconda fa un altro tentativo con il medesimo risultato: tutte le scimmie sono spruzzate con acqua ghiacciata. Ben presto, non appena uno degli animali tenta di salire sulla scala, gli altri cercano di fermarlo. Ora, anche eliminando l'acqua fredda e inserendo una nuova scimmia nella gabbia, cosa succederà? La stessa scena si ripeterà anche con l'inserimento di nuove scimmie in sostituzione delle precedenti. E anche se tutte le scimmie fossero sostituite, l'aggressione continuerebbe e nessuna si avvicinerebbe più alla scala anche senza sapere il motivo. Perché? Perché, per quanto ne sanno, è sempre stato così.

A tutti consiglio di non fare come le scimmie, bensì di sfidare tutti gli assunti.

[pasquale.ionata@alice.it](mailto:pasquale.ionata@alice.it)

