

# Capitolo 4

## **Sé psicoanalitico e sé gestaltico: divergenze epistemologiche**

Proveremo ora, senza alcuna pretesa di esaustività, ad affrontare la questione delle divergenze epistemologiche tra sé psicoanalitico e sé gestaltico, evitando di collocarci per intero dal punto di vista dell'epistemologia generale (o filosofia della scienza), la quale opera da una posizione neutra, «non coinvolta» rispetto ai contenuti psicologici, cioè, in altre parole, senza collocarci esclusivamente da un punto di vista esterno alla psicologia, come può essere quello della metascienza<sup>1</sup>. Procederemo, quindi, per il momento, argomentando nell'ottica dell'*epistemologia interna*, cioè della epistemologia della psicologia, riflettendo, cioè, sui contenuti in modo dipendente dai contenuti stessi (cfr. Maharaba, 1976, pp. 14-18).

Innanzitutto, possiamo rilevare che dall'analisi sul concetto di «sé» effettuata nei capitoli precedenti, sono emerse notevoli varietà di posizioni teoriche, anche se tali divergenze non sembrano avere avuto, in genere, un peso poi così rilevante dal punto di vista tecnico.

Venendo alle divergenze sulla nozione di sé in psicoanalisi e in psicoterapia della Gestalt, c'è da osservare che, se da un lato la

---

<sup>1</sup> La metascienza è una disciplina specializzata nell'analisi logica e linguistica, secondo criteri precostituiti, delle formulazioni scientifiche (anche psicologiche), sia empiriche che teoriche. Peraltro, le posizioni dell'epistemologia generale, dopo Popper, sembrano notevolmente avvicinarsi a quelle dell'epistemologia interna alla psicologia (cfr. Marhaba, 1976, p. 14-18).

psicoanalisi, nell'elaborazione teorica del concetto, accentua le connessioni con gli aspetti inconsci rispetto all'area della coscienza e, dall'altro, la psicoterapia della Gestalt ne sottolinea, invece, gli aspetti coscienti, fenomenologici, esperienziali, entrambe hanno in comune lo stesso punto di vista soggettivistico. Ora, questo soggettivismo comune, in quanto opposto all'oggettivismo tipico ad esempio del comportamentismo, è però ben diverso nei due approcci.

Il *soggettivismo psicoanalitico* è un soggettivismo fatto di un "mentalismo assordante": le teorie sull'apparato mentale, benché siano talvolta a tratti incoerenti, sono articolate, vaste e complesse, e dipingono in buona sostanza un'individuo (il Sé) che è soggetto alle forze dell'inconscio.

Il *soggettivismo gestalt-terapico*, invece, ben radicato nell'ermeneutica, è in realtà un *intersoggettivismo relazionale fenomenologico* (se mi è consentita la forzatura), basato su di una mappa teorica essenziale, che dipinge l'individuo come intrinsecamente 'gettato' nella relazione insieme alla sua soggettività.

In sostanza nei modelli teorici della psiche prevale l'aspetto intrapsichico, anche se le relazioni oggettuali vengono sottolineate. Nei modelli teorici della relazione, l'aspetto intrapsichico va in secondo piano. Nel modello teorico della "soggettività nelle relazione" (teoria del sé e del contatto) la sfida è quella di unire il soggetto e la relazione. Ecco la novità del sé gestaltico.

Un'altra area di riflessione è connessa alla questione di quali siano i determinanti della condotta umana: i comportamenti dell'uomo sono regolati dalla riduzione della tensione dei bisogni (principio di piacere o di appagamento) o, al contrario, da una naturale spinta alla realizzazione di sé stessi? In effetti, lo studio della crescita e dello sviluppo della personalità ci pone di fronte al

problema di come intendere l'organizzazione psico-fisica dell'individuo. Di certo, lo psicologo che ha a cuore un approccio non riduzionistico, intende tale sistema come un sistema integrato, come un insieme di parti in relazione l'una con l'altra, in cui il tutto – appunto il sistema – è qualcosa di diverso dalla semplice somma delle parti. Ora, se questo è lo sfondo, rimane il problema del modo in cui intendere il funzionamento di tale sistema integrato. «Esso è diretto dall'esterno o dall'interno? È puramente reattivo o è attivo, determinato meccanicamente o in qualche misura spontaneo? [...] Gli psicologi gravitano verso l'una o l'altra concezione filosofica della natura umana, spesso senza esserne pienamente consapevoli» (Allport, 1963, pp. 13-14). In questo senso, proviamo ad analizzare due punti di vista contrastanti relativi alla concezione della natura umana, che potremmo considerare come antinomia 'determinismo' *versus* 'spontaneismo'.

Secondo il punto di vista di Locke, lo spirito dell'individuo alla nascita è costituito da una *tabula rasa*. L'intelletto stesso è qualcosa di passivo, che si struttura con il sopraggiungere delle sensazioni. Sono i sensi che, gradualmente, permettono all'intelletto di essere plasmato: niente può essere nell'intelletto che prima non sia stato nei sensi. Secondo Locke l'organismo reagisce in quanto viene stimolato (cfr. Allport, 1963, p. 15).

Il punto di vista lockiano, ripreso da Hume, domina la psicologia americana come empirismo positivisticò. Ad esempio, è alla base del comportamentismo e delle altre psicologie che attribuiscono particolare rilievo al ruolo degli stimoli, per cui la psicologia può, e deve, essere 'scientifica' solo se ammette la prevalenza degli aspetti esteriori e visibili rispetto a quelli interiori e privati (*oggettivismo*), se si interessa di ciò che è molecolare piuttosto che molare (*elementismo*) e, infine, se annette un'importanza fondamentale ai primi tempi dello sviluppo rispetto ai

successivi (*geneticismo*). In questa prospettiva l'organismo, anziché spontaneo ed attivo, viene considerato come passivo o reattivo (*reattivismo innatistico*) (cfr. *ibidem*, pp. 16-19).

Questo aspetto di reattività o passività si ritrova nelle teorie psicoanalitiche, che considerano l'uomo come in balia delle pulsioni, rispetto alle quali l'Io razionale deve ri-mediare in senso adattivo.

Secondo un altro punto di vista, quello di Leibnitz, l'intelletto è attivo *di per sé*. L'organismo è mosso da una forza propria. La persona è la sorgente degli atti. L'attività dell'organismo è intenzionale: ogni suo stato è volto nella direzione di possibilità future (cfr. *ibidem*, p. 21).

Possiamo ricondurre a questa tradizione alcuni aspetti fondamentali della psicoterapia della Gestalt.

Infine, un terzo aspetto riguarda il rapporto tra la teoria e i modi di interazione terapeuta/paziente che affronteremo più avanti. Per ora alcune osservazioni di carattere generale.

Secondo una linea classica che risale alla psicoanalisi freudiana, la teoria ha una decisiva importanza, anzi è, essa stessa componente e garanzia di terapeuticità, a prescindere dall'altro fattore terapeutico che è la relazione terapeuta/paziente (transfert/controllotransfert). Del resto, è stato fatto notare che «niente intralcia di più la comprensione dell'Io e del Tu del fatto di accampare la pretesa di comprendere pienamente l'altro, nel suo essere e nella sua intenzione» (Gadamer, 1995, p. 43).

All'estremo opposto, vi sono le posizioni secondo cui la teoria non ha alcuna valenza terapeutica, poiché quest'ultima si gioca interamente nella relazione umana fra terapeuta e paziente, come ad esempio nell'ottica rogersiana.

La psicoterapia della Gestalt si pone forse in mezzo, dando notevole peso alla relazione terapeutica e allo stesso tempo integrando la teoria come pre-comprensione, in un ottica

ermeneutica (cfr. Salonia, 1992, p. 8). È il passaggio dal *transfert* all'*incontro* (cfr. Callieri, 2001, p. 27).

È stato osservato che nelle teorie psicoanalitiche il Sé (o l'Io) è considerato come «una 'coscienza' inattiva<sup>2</sup> più un Io inconscio». Il paziente psicoanalitico ha un ruolo passivo poiché è il terapeuta – unico interprete – che “fa qualcosa” a lui; nella psicoterapia della Gestalt, invece, il sé è un agente attivo e il paziente è un partner attivo, una «recluta», che, piuttosto che essere curato come malato, sta imparando il modo in cui potersi curare. Analogamente, se l'autoconsapevolezza non può nulla a causa della predominanza dell'inconscio, allora la collaborazione del paziente è inutile, anzi è d'ostacolo, è 'difensiva'; se, invece, la consapevolezza è creativa, allora le resistenze vengono considerate espressione di vitalità e vengono affrontate «da uomo a uomo: il terapeuta [...] rifiuta di lasciarsi infastidire, intimidire, lusingare, ecc.; egli va incontro all'ira con una spiegazione del malinteso, o talvolta con delle scuse» (cfr. Perls, Hefferline, Goodman, 1997, p. 58-60).

#### **4.1 Epistemologia del «Sé psicoanalitico»**

Come abbiamo visto, il concetto di Sé in psicoanalisi sembra essere stato introdotto soprattutto a causa del crescente presentarsi, nella clinica, di forme psicopatologiche gravi, in cui il problema di fondo era connesso a tematiche di frammentazione, le quali risuonavano alla teoria come richieste di formulazioni che prendessero in considerazione i bisogni di integrazione e di contenimento di questi pazienti. Questi bisogni necessitavano quindi

---

<sup>2</sup> «La psicoanalisi e la maggior parte delle tendenze da esse derivate [...] hanno ancora una concezione dello stato di coscienza, secondo cui esso è l'elemento che riceve impressioni passivamente, o che le associa addizionandole, o razionalizza, o verbalizza. Esso viene influenzato, riflette, parla e non fa nulla» (Perls, Hefferline, Goodman, 1997, p. 50).

di risposte teorico-cliniche coerenti.

Da un lato, ciò ha condotto a ridefinizioni e chiarificazioni teoriche di concetti psicoanalitici usati, magari, in modo ambiguo o scorretto. Questo è il caso dell'intervento di Hartmann con la distinzione tra Sé e rappresentazioni di sé. Dall'altro, ciò ha condotto a concezioni di sé "nuove", che peraltro mettono in discussione l'intera impalcatura psicoanalitica classica, spodestando le acquisizioni della psicoanalisi, in nome di non meglio precisati "principi organizzatori interni", spesso vagamente metafisici (cfr. Jervis, 1989, p. 36), che peraltro comportano una rivisitazione della tecnica per integrare in modo nuovo il ruolo della relazione terapeuta/paziente nei suoi aspetti di transfert e controtransfert.

Cominciando da Freud, al centro della sua teoria c'è la psiche individuale. Le relazioni interpersonali sono considerate soltanto in funzione degli eventi mentali interni, cioè in funzione delle pulsioni. D'altra parte, lo stesso Freud sottolineava l'importanza dell'oggetto nella pulsione sessuale e, in tal senso, riteneva di giustificare l'attività pulsionale «soltanto per le qualità eminenti dell'oggetto».

D'altra parte, riferirsi ad una pulsione senza il suo oggetto è impensabile: è proprio l'oggetto che permette il lavoro psichico della pulsione, e ciò attraverso una *significazione affettiva*. Quando la relazione primaria ha riservato notevoli ostacoli alla maturazione psichica, è possibile che le modalità affettivo-sensoriali pre-rappresentative prevalgano o, persino, escludano, le modalità rappresentative orientate alle successive rappresentazioni di parola (cfr. Racalbutto, 1994, p. 1). Tali modalità sottendono «un affetto-sensazione *in cerca* di rappresentazione» (*ibidem*, p. 2). Nella relazione terapeutica ciò si evidenzia in quelle situazioni in cui manca la parola al paziente e talvolta anche all'analista: «è lì che il "contatto" fra paziente e analista può essere massimo, [...] è il momento, e il luogo (psichico), in cui il "sapere" delle

“rappresentazioni” verbali non ha più senso: acquista invece valore insostituibile la possibilità di *significare* al paziente la *presenza* libidico-emotiva dell’analista» (*ibidem*, p. 5).

Secondo questa lettura, la prospettiva intrapsichica freudiana “comprende” un oggetto che, oltre che essere meta delle pulsioni, è capace di produrre di per sé significati profondi nell’individuo. Peraltro, l’oggetto resta *strumento* delle pulsioni. L’aggiustamento teorico di Hartmann, con la distinzione tra Sé e rappresentazioni di sé, non incide su questo aspetto.

Il modello teorico della Jacobson comporta un punto di vista, in parte, più relazionale, ma l’ottica intrapsichica non viene abbandonata. Il fatto che si parli di teorie delle relazioni oggettuali non significa che il punto di vista di questi teorici sia relazionale, nel senso di attribuire rilevanza alla “relazione con l’altro”. In effetti, si tratta, in buona sostanza, di relazioni tra le rappresentazioni di me stesso (psichiche) e la rappresentazioni degli oggetti, cioè degli altri, in me (sempre psichiche). E’ stato osservato che «le persone agiscono e interagiscono non soltanto con un altro reale, ma anche con un altro interno, una rappresentazione psichica di una persona, che ha in sé il potere di influire sia sugli stati affettivi dell’individuo, sia sulle sue reazioni comportamentali manifeste» (Greenberg e Mitchell, 1986, p. 22). La dimensione dell’*Io* è prevalente su quella dell’*Io-Tu*.

Il punto di vista di Kohut è più avanzato, in senso relazionale, di quello della Jacobson. La collocazione di Kohut, come abbiamo visto, è peculiare. Infatti questo autore, pur ritenendo le dinamiche intrapsichiche fondamentali nello sviluppo della persona, ritiene che la normalità stia nella capacità degli individui di riuscire ad essere sostenuti da oggetti-Sé appropriati (sia per i bisogni di idealizzazione sia di rispecchiamento) «quando essi si presentano nel suo ambiente reale» (Kohut, 1986, p. 108). In questo caso,

siamo di fronte ad un soggettivismo di tipo relazionale, in cui l'altro mi serve per crescere e per riuscire a restare entro i binari di un narcisismo sano. L'ultimo Kohut cancella «la concezione freudiana di una mente intrinsecamente divisa e conflittuale, così come svanisce l'idea disturbante e rivoluzionaria di un Io "non padrone in casa propria"» (Jervis, 1989, pp. 36-37). Gli aspetti materialistici della visione freudiana sono definitivamente abrogati.

Con Sullivan c'è, poi, un'evoluzione. Secondo Sullivan la personalità si manifesta nel momento in cui interagisce con gli altri. Gli altri influenzano il mio modo di vedere il mondo e me stesso, poiché le personificazioni su di me sono riflesse dagli altri. Questo punto di vista è significativamente differente rispetto a quello di altri psicoanalisti delle relazioni oggettuali: il peso dal rapporto con l'altro diventa ora essenziale, a tal punto che Sullivan parla di bisogni complementari e di reciprocità affettiva nella relazione.

Quello che possiamo dire a conclusione di questa disamina, sembra essere che, a prescindere dalla distinzione tra connotazioni intrapsichiche o relazionali, ciò che connota le teorie psicoanalitiche è un soggettivismo basato su una concezione 'mentalista', con teorie che propongono apparati mentali complessi, in cui ciò che rileva, in definitiva, è l'esistenza di un inconscio 'regista' al quale si oppone una soggettività cosciente, a cui vanno ricondotti i «veri» contenuti affrancati dall'influsso dell'inconscio (*soggettivismo psicoanalitico*) (cfr. Maharaba, 1976, pp. 90-91).

È stato affermato che l'accrescimento della conoscenza dell'Io (rispetto all'Es freudiano) «è il prodotto di una epistemologia quasi totalmente distorta, ed è un'opinione totalmente distorta di che cosa mai sia un uomo, o un qualunque altro organismo» (Bateson, 1976, p. 170). E più avanti, parlando della possibilità di ottenere una *coscienza totale*, afferma: «ne segue che tutti gli organismi devono accontentarsi di una coscienza piuttosto scarsa, e che se la



coscienza esplica qualche funzione utile [...], allora è d'importanza fondamentale economizzare la coscienza. Nessun organismo può permettersi di essere cosciente di faccende che può sbrigare a livelli inconsci» (*ibidem*, p. 177).

Nella prospettiva di Stern, si scorge però qualcosa di radicalmente nuovo, di intrinsecamente diverso. La fase del Sé narrativo presuppone una concezione di tipo intersoggettivo: è la fase che apre alla possibilità di raccontarsi all'altro in un'ottica di significazione condivisa della trama relazionale<sup>3</sup>. Questa è una prospettiva vicinissima a quella della psicoterapia della Gestalt.

Venendo al secondo punto, cioè al rapporto tra determinismo e spontaneismo, possiamo dire che nel modello pulsionale freudiano gli impulsi sono, bensì, considerati forze motivazionali intrinseche all'organismo, ma, a ben vedere, ad esse l'individuo è soggetto. «[L'individuo] è spinto, trascinato ed oppresso dalle loro energie, ed è privo di energia e di intenzionalità a meno che gl'istinti stessi non gliela forniscano» (*ibidem*, p. 25). L'ipotesi freudiana dell'esistenza dell'inconscio pulsionale comporta, quindi, una concezione deterministica del comportamento umano. La dinamica della vita psichica può essere compresa solo a condizione di riuscire ad individuare i nessi profondi che la determinano: l'Io è una funzione razionale, che prende energia dal mondo pulsionale, che ha il compito di conciliare le pressioni pulsionali inconsce con le istanze coscienti e ambientali (cfr. Canestrari, 1984, p. 9).

Peraltro, gli approcci post-freudiani, hanno ammesso un maggior vigore ed una maggiore autonomia, anche energetica, dell'Io che, se da un lato gli permette di *agire* psichicamente e di

---

<sup>3</sup> Esiste una direzione di ricerca che punta alla definizione di un modello unificato, cognitivo e psicoanalitico, di interiorizzazione delle esperienze interattive nelle strutture psichiche (cfr. Seganti, 1995, p. 48-49).

*adattarsi* alla realtà e alla società (funzione razionalizzante), dall'altro, gli permette di mantenere il proprio sistema di interessi produttivi (cfr. Allport, 1963, p. 71), al di là, quindi, del rispetto di un mero principio economico. In tal modo, la psicoanalisi si è mossa verso una prospettiva sempre meno reattivista.

È interessante notare che il contributo della psicologia della Gestalt, che proviene dalla tradizione leibnitziana, è stato assorbito dagli autori americani cognitivisti, più vicini all'empirismo lockiano, *depurato* dagli elementi più radicalmente attivistici: al posto del concetto di 'intenzione' preferiscono quello di 'aspettativa', al posto del concetto di 'pianificazione' preferiscono quello di 'disposizione' (cfr. *ibidem*, p. 22).

Ad ogni modo, anche le teorie cognitive non sono in grado di spiegare l'esistenza umana in relazione agli aspetti più segnatamente motivazionali, cioè riguardo gli aspetti di modulazione del comportamento dell'uomo, cioè l'inibizione di certi comportamenti e la facilitazione di certi altri.

Sono autori come, ad esempio, Goldstein, con il concetto di *autorealizzazione* – cioè la capacità di realizzare le proprie potenzialità individuali tenuto conto dei vincoli oggettivi, in un equilibrio tra potenziali creativi individuali ed inevitabili richieste ambientali – che ritengono che esista una motivazione fondamentale nell'esistenza individuale, «rappresentata dal mantenimento, dall'attuazione e dalla valorizzazione della capacità dell'organismo in quanto soggetto di esperienza» (*ibidem*, p. 25).

A questa linea di indirizzo teorico si rifà la psicoterapia della Gestalt. «L'autorealizzazione si attua "attraverso" e "in" un sano contatto tra organismo e ambiente. [...] La direzionalità verso la quale si muove l'organismo proviene dalla tendenza all'autorealizzazione e si concretizza nel qui-e-adesso di un contatto con l'ambiente» (Salonia, 1992, p. 9). Questa è l'intenzionalità

relazionale o di contatto.

## **4.2 Epistemologia del «sé gestaltico»**

Seguendo Spagnuolo Lobb, possiamo individuare sei aspetti epistemologici su cui si fonda il sé gestaltico (Spagnuolo Lobb, 2001b, pp. 86-93).

Il primo, che si ricollega all'antinomia determinismo *versus* spontaneismo di cui abbiamo accennato in precedenza, è senza dubbio l'idea di *spontaneità*. Perls, Hefferline e Goodman hanno cercato una teoria che non togliesse nulla alla spontaneità della vita. «La teoria del sé in psicoterapia della Gestalt è epistemologicamente fondata sul paradosso di teorizzare l'inteorizzabile» (*ibidem*, p. 86), di categorizzare il pre-categoriale. In altre parole i fondatori tentarono di enunciare i principi fondanti della spontaneità della vita umana, rischiando al tempo stesso di devitalizzarla, «quasi per una inevitabile frattura fra la vita e il racconto della vita» (*ibidem*). Questo fu il rischio epistemologico che si assunsero (cfr. Spagnuolo Lobb, 2001a, p. 50).

Lo scopo dei fondatori della psicoterapia della Gestalt, era quello di creare una teoria sulla natura umana che non riducesse il comportamento dell'individuo in schemi e categorie. Hanno cercato di integrare nella psicoterapia la fenomenologia, per la quale ciò che conta è stare nell'esperienza, quindi teorizzando sulla natura umana senza togliere nulla all'esperienza, in questo superando l'ottica psicoanalitica che focalizzava l'attenzione all'interno dell'uomo. Hanno creato una teoria che si basasse sulla definizione di una mappa «essenziale», una mappa capace di fornire orientamento nell'incontro con l'altro, senza togliere freschezza all'incontro e mantenendo la bellezza della scoperta dell'altro. «Il sé è artefice della vita. Esso non costituisce che un piccolo fattore nel complesso dell'interazione organismo/ambiente; ricopre tuttavia il ruolo

importante di scoprire e creare i significati attraverso i quali ci è possibile maturare» (Perls, Hefferline, Goodman, 1997, p. 46). I significati mediante cui possiamo maturare, si scoprono e si creano grazie all'incontro, assunto come fenomeno costitutivo del vivere umano (cfr. Callieri, 2001, p. 25), che consente di giungere ad una «prospettiva del noi».

Il secondo concetto è quello di *campo* organismo/ambiente. Da un lato, esso è ben distinto da quello di sistema, dall'altro da quello di campo lewiniano. Infatti, la prospettiva sistemica coglie il sistema dall'esterno ed è incapace di coglierlo dall'interno, perdendo in tal modo l'aspetto di 'confine' dell'esperienza; mentre nel concetto lewiniano di campo, la persona viene considerata come un punto nel campo stesso, dando rilevanza solo al soggetto, all'intrapsichico. In psicoterapia della Gestalt il campo è, invece, un processo, «è il processo relazionale che avviene nel qui-e-ora. Tale processo è da intendersi in senso olistico e gestaltico, in quanto non include solo la figura, il contatto tra organismo e ambiente, ma anche tutto ciò che è "opposto" ad essa e le fa da sfondo» (Spagnuolo Lobb, 2001b, p. 88). La persona è parte del campo *insieme* all'ambiente. A muovere il comportamento dell'uomo è sia la sua percezione che la percezione dell'altro. «Il campo esprime pertanto sia la percezione dell'individuo che quella dell'ambiente. Le forze del campo sono date dalle percezioni di tutti gli elementi del campo» (*ibidem*, p. 88).

Come terzo aspetto epistemologico consideriamo *l'antropologia del sé*. Con questa espressione si fa riferimento al fatto che il sé come fenomeno dell'interazione organismo/ambiente, ha una matrice antropologica di origine darwiniana (cfr. *ibidem*, p. 89). L'uomo infatti è il frutto di un processo di evoluzione della specie che deriva dall'interfaccia filogenetica organismo/ambiente. E il concetto evolutivistico di *autoregolazione organismica* di Goldstein, nonché quello di *fase dentale* di Perls – la capacità del bambino di

destrutturare la realtà, sostenuta dalla capacità crescente di mordere e masticare – sono concetti assai meno meccanicistici, ad esempio, del principio metapsicologico dinamico freudiano. Il sé, quindi, con la rilevanza posta sul fenomeno relazionale ha anche a che fare col rapporto tra individuo e società. Lungi dal considerare l'individuo stretto fra esigenze ambientali e esigenze pulsionali, i fondatori della psicoterapia della Gestalt ritenevano che l'intrinseca spontaneità del sé consentisse all'uomo di potersi esprimere nel sociale in modo vitale.

Il sé come *adattamento creativo* è il quarto aspetto da considerare. I fondatori furono spinti a definire la loro teoria del sé anche dall'insufficienza delle teorie del sé e dell'Io psicoanalitiche, che davano poco peso all'Io come determinante del comportamento umano. Gli aggiustamenti teorici degli psicoanalisti dopo Freud, come abbiamo visto in precedenza (cfr. cap. 2), andavano verso la direzione di attribuire una sempre maggiore autonomia all'Io. I fondatori colsero questo fermento e fecero dell'adattamento creativo la funzione centrale del sé: «il sé è il sistema degli adattamenti creativi» (Perls, Hefferline, Goodman, 1997, p. 58). Ciò implica che se l'organismo si lascia andare, il sé si adatta creativamente, senza giungere al caos: le azioni dell'organismo saranno le migliori possibili in un campo difficile. Semplicemente impiegando liberamente le proprie facoltà, l'organismo riuscirà a trovare soluzioni per problemi reali. «Nei casi in cui si è in contatto con i bisogni e le circostanze, è subito evidente che la realtà non è qualcosa di inflessibile e di immutabile ma invece pronta a essere rifatta; e con quanta più spontaneità e senza trattenersi si esercita ogni potere di orientamento e manipolazione, tanto più vitale si dimostrerà tale rifacimento. Che ciascuno pensi ai suoi 'colpi' migliori, nel lavoro o nel gioco, nell'amore o nell'amicizia, e veda se ciò non è vero» (*ibidem*, p. 57). Il concetto di autoregolazione

organismica è strettamente connesso a quello di adattamento creativo. Infatti, considerare l'organismo come capace di autoregolarsi significa avere fiducia nelle capacità di adattamento dell'uomo. I meccanismi di difesa sono la migliore soluzione attuale per la persona in un campo difficile. La psicoanalisi li considera come qualcosa di reattivo, non creativo, da eliminare. La psicoterapia della Gestalt sa che sono un modo per adattarsi alle situazioni difficili e quindi li apprezza e non li distrugge. Semmai la terapia offre al paziente la possibilità di trovare nuovi adattamenti creativi.

Il sé come *funzione* è il quinto aspetto. Il sé in psicoterapia della Gestalt è una funzione non è una struttura, un contenitore. Rappresenta una capacità dell'organismo: quella di entrare in contatto con l'ambiente. «Piuttosto che cercare un orientamento nella possibilità di chiudere in schemi il comportamento umano, la psicoterapia della Gestalt preferisce lasciarsi guidare dal senso di pienezza che dà lo stare con l'esperienza» (Spagnuolo Lobb, 2001b, p. 91). La psicoterapia della Gestalt è interessata al processo e non ai contenuti. Questo permette di porre l'attenzione su come l'organismo può essere sostenuto affinché si riappropri della «propria spontaneità di contatto, che è [...] il motivo e il mezzo per cui vive». Infatti, «lo scopo del sé è il contatto» (*ibidem*, p. 92).

Infine, come sesto punto affrontiamo il rapporto tra il sé e l'*olismo*. Qualsiasi cosa venga osservata nella persona, si riferisce a tutto il suo essere, non è mai parziale. Come abbiamo visto (cfr. § 3.1.1), la spontaneità del sé può collocarsi fra l'estremo dell'intenzionalità e quello del rilassamento. «Sia che il sé agisca o che riceva l'azione, riferisce sempre questo processo a se stesso in quanto totalità, lo sente proprio e nello stesso tempo si impegna in esso. La logica olistica propria della *Gestalt Therapy* è strettamente legata a questa concezione del sé. Si tratta di considerare le polarità

[...] in tutto il loro potere costitutivo dell'esistenza. [...] è dalla contestualità effettiva dell'organismo e dell'ambiente che è possibile conoscere sia l'uno che l'altro» (*ibidem*).

Il sé gestaltico, come si è visto, è un "fenomeno 'del' campo", dove campo sta per l'interazione tra organismo e ambiente (cfr. in dettaglio § 4.1). Il campo, cioè, è inteso, nella prospettiva della psicoterapia della Gestalt, in senso sia soggettivo che oggettivo, comprende entrambi i punti di vista, e in questo senso è *intersoggettivo*. Ma non è solo questo!

Il sé gestaltico è intrinsecamente relazionale, è l'attualità della relazione, o, meglio, dell'esperienza della relazione, che diventa storia della relazione stessa. La sfida della psicoterapia della Gestalt, come abbiamo visto, è stata quella di aver messo insieme il soggetto ("il dialogo e non i dialoganti") e la relazione.

Rispetto al rapporto tra teoria e modi di interazione terapeuta/paziente, possiamo osservare che il sintomo che il paziente ci porta è un *testo* che proviene dal suo passato, da una tradizione personale divenuta ad un tratto problematica. Ecco la questione ermeneutica: il paziente porta il sintomo in terapia affinché il terapeuta lo accompagni nella ricerca del senso. L'interprete primario è il paziente, ma il terapeuta sa che il sintomo è il *testo creativo* del paziente, «e come ogni testo è – in senso ermeneutico – un appello che vuole essere ascoltato» (cfr. Sichera, 1995, p. 14-15).

Questo appello chiama alla relazione. Ed è proprio nel farsi della relazione che il sintomo trova senso. Allora il terapeuta deve porsi nella relazione davvero come un altro, anche nel senso di diverso dall'"altro" nella relazione col quale il sintomo si era andato creandosi e che si ripropone nell'attualità fenomenica della relazione terapeutica. «Per farsi "altro" effettivamente il terapeuta deve però sfuggire al pericolo dell'invischiamento e della simbiosi; a questo gli

serve essenzialmente il proprio modello teorico di riferimento, ciò che in termini ermeneutici si chiama pre-comprensione» (*ibidem*, pp. 15-16).

D'altra parte questa pre-comprensione è sia strumento sia ostacolo alla comprensione. Infatti, da un lato, l'astrazione teorica permette un orientamento, dall'altro, rischia di imporre al paziente la visione del mondo del terapeuta: «prevenire "comprendendo" ogni obiezione dell'altro non serve in realtà a nient'altro che a tenere distanti da sé le esigenze dell'altro. È un modo di non lasciarsi dire niente» (Gadamer, 1995, p. 43).

Per superare questo paradosso una delle vie percorribili è quella di rendere esplicita nella relazione la propria precomprensione, quale «senso da reperire nella realtà» della relazione stessa (cfr. Salonia, 1992, p. 9; Sichera, 2001, p. 31).

Nella Gestalt Terapia, questo orizzonte ermeneutico di riferimento è costituito dall'intenzionalità relazionale. Così che il senso del processo terapeutico sta nell'intenzionalità di contatto, cioè nei modi in cui, nel tempo della relazione, terapeuta e paziente sperimentano il contatto tra loro (cfr. Salonia, 1992, p. 9). «Quando però uno è in grado di lasciarsi dire qualcosa, quando lascia valere le esigenze dell'altro, senza comprenderlo in anticipo e perciò limitarlo, allora egli acquista una vera conoscenza di sé. Proprio allora gli si dischiude qualcosa. [...] Soltanto con ciò cresce tra l'Io e il Tu un vero legame» (Gadamer, 1995, p. 43). In sostanza, il terapeuta non fornisce una qualche verità sui contenuti, ma offre una relazione in cui il paziente può conoscersi (cfr. Salonia, 1992, p. 11). È stato scritto che «la Gestalt Terapia [...] restituendo al paziente un punto di vista che non è oggettivo o esterno, ma è invece quello di un osservatore capace di dar conto del proprio esserci, [...] costruisce una circolarità non viziosa [...]. La presenza del terapeuta garantisce non un'oggettività impossibile, non il



determinismo delle catene causali, ma la possibilità di una relazione» (Melucci, 1991, p. 59).

In questa prospettiva, il paziente che incontra il terapeuta della Gestalt, è considerato da quest'ultimo come un uomo-persona piuttosto che un uomo-macchina, un uomo capace di avere una propria direzionalità cosciente (verso la relazione), piuttosto che un uomo – meccanicisticamente inteso – succube e mediatore di opposte forze inconsce (cfr. Cavaleri, 1991, p. 25). E in questo senso possiamo parlare di un'epistemologia di tipo post-causalista (cfr. Melucci, 1991).