Ai confini della psicologia

Formattato: Interlinea: doppia

Ho riflettuto molto prima di affrontare l'argomento di questo numero, non si tratta affatto di un argomento facile, uno di quei temi che apparentemente lo sono, ma offrono moltissimi spunti di discussione. Per altro sono sicuro che non tutti quelli che leggeranno le prossime righe si troveranno d'accordo con me. Tuttavia ho deciso di affrontarlo ugualmente, pronto anche all'eventualità di aprire una discussione ed un confronto con i lettori.

Il timore nasce dalla consapevolezza che, in certi casi, Un po' come succede al sale in una pietanza, è sempre facile aggiungere, più difficile è togliere.

Basta guardare la TV per qualche ora, leggere un qualsiasi giornale, aprire qualche sito WEB, per renderci conto di quanto spesso gli psicologi siano chiamati in causa. È infondo quello che succede a molte professioni, soprattutto a quelle che vengono definite "Professioni d'aiuto": quando cominciano a diffondersi vengono viste come soluzione a tutti i problemi umani non risolti. Questo è successo anche alla medicina quando nasceva nell'antichità, e ancora oggi, in quelle tribù che non la conoscono ancora come scienza, uno sciamano o uno stregone si preoccupano del benessere generale di tutti, una sola persona accentra in sé le risposte a tutti i problemi che la tribù non sa risolvere, dando consigli "magici", e preparando intrugli e pozioni secondo antichissime e segrete ricette. Lo stesso è successo anche alle medicine alternative, alle arti meditative, e a tutto ciò che nei secoli è nato per dare risposta alle onnipresenti domande sulla natura umana nei suoi vari aspetti.

La psicologia è una scienza relativamente giovane, e lo è ancor di più la psicoterapia, cioè quella branca di cui io stesso mi occupo, e che nasce per aiutare le persone ad uscire da una situazione di disagio. Così laddove nessuno può dare risposte, ecco che scatta il ricorso all'ultima spiaggia: quella dello psicologo.

D'altra parte, se è vero che agli psicologi si pongono tante domande, è pur vero che essi danno tante risposte: ho provato a fare una mia personale statistica delle domande poste agli psicologi sui giornali, su Internet e in televisione, e praticamente mai ho sentito qualcuno rispondere con un candido "Questo non lo so – oppure – Purtroppo non mi occupo di questo argomento". È vero che la psicologia ha risposte per molte domande, ma esistono delle specializzazioni al suo interno, così come esistono nella medicina, nel campo legale, e in ogni altro settore. Inoltre ci sono problemi che non concernono la psicologia, e forse non devono neppure concernerla, sui quali però essa viene interpellata ugualmente.

Per come la vedo io questa branca del sapere si trova ancora vittima di una "sbornia espansionistica", per cui è più importante farsi conoscere e conquistarsi un posto nel mondo, che aver ben chiaro di quale posto deve trattarsi, aggiungendo sempre più sale alla minestra, che però rischia di perdere il proprio specifico gusto.

Naturalmente sto facendo un discorso generale, e non tutti quelli che si occupano di psicologia la pensano così, molto stanno lavorando le associazioni di categoria e l'Ordine Professionale, per evitare questa perdita di identità. Si tratta perciò solo di una tendenza globale. Eppure basta citare una sentenza del Consiglio Di Stato del Settembre 2006, nella quale si chiarisce una volta per tutte che le scuole per psicoterapeuti sono aperte solo agli psicologi e non possono essere frequentate dai medici, per chiarire, anche a chi non fosse addentro alla materia, che conquistarsi un posto nella società è effettivamente un problema attuale della nostra scienza.

Parlavo prima di mezzi di comunicazione di massa: io stesso scrivo su queste pagine, e vado trattando delle tematiche più varie, prendendo spunto dalla mia formazione e dalla mia esperienza professionale di tutti i giorni. Ma qual è l'esperienza professionale di uno psicologo? È davvero il caso di tirarlo in ballo così spesso? In quali occasioni può essere effettivamente d'aiuto un intervento psicologico? E una psicoterapia? In quali occasioni invece lo psicologo non c'entra niente? Lo psicoterapeuta è una specie di "medico" della mente? Bisogna essere

malati per rivolgersi a lui? È possibile scegliere lo psicologo o lo psicoterapeuta più adatto ad ogni circostanza, senza rivolgersi al primo che capita?

Nei prossimi mesi vorrei riflettere un poco su queste domande, non credo di avere per tutte una risposta, ma laddove non dovessi averla, confido nella possibilità di cercarla insieme a chi mi leggerà. Scopriremo come anche all'interno delle "scienze della mente" esistono contrasti e contraddizioni, ma che anche questi sono utili alla crescita di queste scienze; cercheremo nel nostro piccolo di promuovere una maggiore coscienza collettiva, perché anche rivolgendosi allo psicologo, come quando ci si rivolge ad ogni professionista, si abbia sempre più chiaro quali bisogni potranno essere soddisfatti e quali no, su cosa si potrà essere aiutati e su cosa no.