

Personalizzazione e dinamiche relazionali
(Commento alla "Filosofia della vita" di Carl Rogers)

Pierre Tap e Nathalie Oubrayrie -Roussel

Nota introduttiva: difesa e illustrazione della personalizzazione (Pierre Tap)

Mi è sembrato necessario aggiungere una prefazione a quest'opera che è una "Difesa e illustrazione della personalizzazione". Questo è il titolo del mio recente grido dal cuore pubblicato su LinkedIn l'8 gennaio 2021 (in 8 lingue). Avevo infatti notato che il termine "personalizzazione" definito in tutte le lingue (anche in francese) non corrispondeva affatto al modo in cui lo definiamo in psicologia, a Tolosa in particolare. Dovevo quindi far sentire il mio grido dal cuore a quante più lingue possibili. Non essendo veramente poliglotta, mi sono affidato a un software di traduzione (tipo intelligenza artificiale) ?

Per il momento, ricordiamo che per gli autori di questo libro, la personalizzazione è da confondere con lo **"sviluppo e la realizzazione della persona"** e che non deve essere confusa con la "personalizzazione" o, ancora di più, con la "personalizzazione di massa"!

Ecco il testo come è stato pubblicato quel giorno:

"Ho ricevuto un messaggio da Amandine Rochedy, dottore in sociologia all'Università Jean Jaurès di Tolosa, che mi ha detto: "Sto lavorando sulle pratiche alimentari in popolazioni specifiche: autismo, prader-willi. Mi occupo del fenomeno della personalizzazione per parlare della costruzione del repertorio alimentare dall'infanzia all'adolescenza e desidero mobilitare le vostre ricerche. Sarebbe possibile dirmi in quale documento troverò un riferimento a questa dimensione. Ho selezionato diversi vostri articoli, ma la vostra opinione sarebbe importante per me. Grazie in anticipo per la vostra risposta.

Ho capito subito che questa richiesta mi avrebbe costretto a reagire sulla "personalizzazione" con un'azione "pubblica": mostrare la differenza tra la concezione tolosana della personalizzazione e quella che Wikipedia evoca con questo termine!

Ecco come Wikipedia definisce questo termine: "La **personalizzazione** può essere un'azione materiale (modifica che implica un'attività fisica sull'oggetto) o un fenomeno **psicologico**, quasi-antropologico di identificazione di un artefatto con una forma umana, una persona, una funzione sociale. Nel linguaggio quotidiano moderno, la personalizzazione è l'appropriazione di un mezzo elettronico o scritto o di un prodotto di consumo sulla base di dati personali forniti da un utente, o dalla volontà dell'utente stesso".

Emmanuel Mounier e Paul Ricoeur (cristiani), Ignace Meyerson, Henri Wallon, Philippe Malrieu, (non credenti), filosofi, psicologi e molti altri, si rivolteranno nella tomba di fronte a una tale definizione. Paul Racamier, ci aveva avvertito quando nel 1965 gli parlammo di intitolare il nostro laboratorio "**Personalizzazione e cambiamento sociale**". Aveva appena pubblicato un articolo sulla "Personnation", un termine che gli sembrava più appropriato per definire "**lo sviluppo della persona**". Ma oggi il termine "personnation" non appare nemmeno!

Tuttavia, abbiamo mantenuto il termine "Personalizzazione", dopo e con Philippe Malrieu, secondo le concezioni precedentemente sviluppate da Henri Wallon e Ignace Meyerson. È vero che nel 1964 (in un altro contesto) avevo partecipato a un omaggio a Emmanuel Mounier "Présence de Mounier" proponendo un capitolo intitolato "Pour une psychologie personnaliste" (1964, 1968).

Per la prima volta ho parlato di "personalizzazione", citando Mounier: "La personalizzazione è affermazione, comunicazione, adesione. Il soggetto non è chiuso in una soggettività passiva, accoglie il tempo come lo spazio... in una spinta verso il futuro". Lo psicologo, con un atteggiamento accogliente, deve saper cogliere questo processo dinamico. Ma la psicologia deve comprendere lo sviluppo della persona senza trascurare la complessità delle situazioni reali, come vissute dalla persona. "La persona è una, è un atto globale, quindi la sua comprensione può avvenire solo, nell'osservatore, da un atto globale dello stesso livello. Lo sforzo di personalizzazione è uno sforzo per armonizzare le parti dislocate della psiche "intorno a un centro e a un itinerario". La persona è dunque anche un atto orientato, bisogna coglierla nella sua durata. Questo era il senso del mio impegno in psicologia: centrarmi sulla persona reale nella sua dinamica propria, ma nelle sue relazioni e azioni sociali.

Nel 1973 è stato pubblicato il libro in omaggio a Ignace Meyerson "Problemi della persona" (ed. Mouton).

Più tardi, articolare i legami tra le dinamiche della persona e i "cambiamenti sociali" fu l'obiettivo dichiarato per la creazione del Laboratorio come URA 259 CNRS (che ho co-diretto con Jacques Curie tra il 1978 e il 1991).

Tra il 1967 e il 1981, iscritto a una tesi di Stato con René Zazzo (Nanterre) ho partecipato al lavoro del suo Laboratorio sull'Identità, e ho potuto seguire gli insegnamenti di Paul Ricoeur sullo stesso tema o di altri associati.

Nel 1983, Ricoeur pubblica "**Meurt le personnalisme, revient la personne**" (Cinquantesimo anniversario della rivista **Esprit**). In esso propose la nozione di "persona-attitudine", specificò l'importanza del conflitto e della crisi, dell'identità e dell'alterità, dell'impegno: "Non ho altra soluzione che identificarmi con una causa che è al di là di me"; "nella convinzione rischio e mi sottometto", "L'azione umana è concepita solo come interazione".

Nel 1987, il Laboratorio PCS (Toulouse Personnalisation et changements sociaux, URA CNRS 259) e il Laboratorio di Psicologia Cognitiva (Aix, CREPCO URA CNRS 182) hanno organizzato, sotto l'egida del CNRS, un colloquio "Psychisme et Histoire" (pubblicato nel 1987 nella Revue TIP volume VIII, 1-4), con un discorso di apertura di Jean-Pierre Vernant, in omaggio a Ignace Meyerson. Lo cita: "Non si cessa", scrive, come a conclusione del colloquio sulla Persona, "di fare e disfare se stessi" (p. 11). Ha anche detto: "Ho desiderato l'imprevedibile per avversione al principio di identità". Da parte mia, avevo proposto "Storia individuale e individualismo nella storia" (pp.221-231) come un modo per evocare l'emergere della persona nella storia, e anche il rapporto tra personalizzazione e regolamentazione istituzionale. "Personalizzarsi è costruire uno scopo temporale per sé e/o per gli altri, disegnare un piano di vita, mettere in gioco un sistema di progetti. *La personalizzazione definita come un tentativo di armonizzare i comportamenti attraverso un progetto di vita non è quindi separabile dalla socializzazione* (p. 225).

Questo spiega perché il nostro Laboratorio ha lavorato in questo periodo sulla teoria dell'"interstrutturazione del soggetto e delle istituzioni" proposta da Malrieu (1987), dall'identità personale all'intercostruzione psicosociale (Conferenza introduttiva sull'identità e lo psicosociale, Aix, 1988). Abbiamo anche pubblicato diversi lavori sulla socializzazione (tra cui due al PUF 1991 e 1993).

Oggi ci dicono che nel 1987, Stan Devis ha chiamato "personalizzazione" il processo con cui le aziende offrono ai clienti una grande varietà di varianti del loro prodotto in modo che **ogni cliente possa "personalizzare" quel prodotto, al punto che diventi suo e "unico"**. In questo modo, gli oggetti che sono "miei" si confondono con ciò che sono io come persona. La personalizzazione consisterebbe nell'avere il mio marchio su questi oggetti in modo che non siano più "standard" ma secondo le mie "preferenze" e "desideri". In questo modo si passa dalla personalizzazione di me stesso alla personalizzazione degli oggetti che acquisto come cliente, per "personificarli" in modo che confermino la mia identità, attraverso i "segni" sui miei beni.

È stato poi proposto di chiamare questo processo "personalizzazione di massa". Si dice che i clienti richiedano queste procedure industriali e commerciali. (*La personalizzazione di massa*, François Abada 2014 L'Harmattan)

Sembra che l'antonimo (il contrario) della personalizzazione di massa sia la "spersonalizzazione" proposta dalla psicologia "comportamentale"! Ma nel caso della depersonalizzazione la persona è "sola" con la sua malattia e i suoi "assistenti". Non è "massa". Per fortuna, gli autori non parlano di "spersonalizzazione di massa"! La storia purtroppo è lì a ricordarci la sua esistenza.

Infatti l'antonimo della spersonalizzazione è proprio la personalizzazione come la definiamo noi: lo sviluppo personalizzante dell'individuo!

Potremmo anche discutere il "targeting comportamentale" o il "feticismo della merce (Marx)" che la personalizzazione implica. Sentiamo anche parlare di "iper-personalizzazione" fortemente usata dai "marchi" per "distinguersi". Dovremmo davvero parlare di "branding", sarebbe un cambiamento rispetto al "mascheramento"! Questo ci avrebbe portato, da un giorno all'altro, ai tatuaggi... Arriviamo alla pelle (che non si può comprare!) ... Domande molto importanti, naturalmente! Quindi non dobbiamo abbandonare la personalizzazione di massa ma vedere come la personalizzazione e il "mio", le mie proprietà (compreso il mio corpo) si articolano tra loro. Dall'età di 3 anni, il bambino impara il "dipende da me" che gli permette già di affermare il suo "io"!

In ogni caso "i problemi della persona" (per usare il titolo del colloquio proposto da Ignace Meyerson) sono sempre lì! È quello che ho già fatto in una conferenza al GEPSO (Groupe National des Etablissements et Services Publics Sociaux), Annecy-le-Vieux, "Dynamique institutionnelle et stratégies identitaires de l'**usager du social**" (pubblicata in Hospital studies, Bordeaux, 2008), ovvero come sopravvive la persona nella sua identità di cliente! Ma torniamo allo sviluppo della persona!

Pierre Tap

Personalizzazione e dinamiche relazionali (Commento alla "Filosofia della vita" di Carl Rogers)

Pierre Tap e Nathalie Oubrayrie -Roussel 0

Introduzione

In un'intervista ¹Rogers ha detto di essere "costernato" dal fatto che la gente si riferisca al suo lavoro come a una tecnica. "Non è una tecnica ma una concezione filosofica della vita, un modo di essere". La dinamica rogeriana non si riduce dunque a ricette, a procedure, nel quadro dell'interazione terapeutica duale o di gruppo. Ma Rogers è stato anche criticato per il carattere "angelico" della sua filosofia di vita. Si basa sull'ipotesi della positività della natura profonda dell'uomo (cfr. Rousseau, 1762). È la società, attraverso le sue pressioni e modalità di controllo, che lo perverte. Per Rogers questo sfondo della "natura animale dell'uomo" non si limita alle emozioni primarie. Secondo lui² il centro della personalità (...) è naturalmente positivo, è fondamentalmente socializzato, lungimirante, razionale e realista". Riferendosi a Maslow (1954), sottolinea che "le emozioni antisociali come l'ostilità, la gelosia, ecc. sono il risultato di una frustrazione di istinti più fondamentali, amore, sicurezza e appartenenza che sono desiderabili in se stessi" (op.cit.). Le teorie associate alla filosofia rogersiana introducono necessariamente un fermento innovativo e contestatore nelle pratiche pedagogiche, terapeutiche e più ampiamente sociali. Possono quindi essere percepiti come liberatori o utopici e illusori o pericolosi a seconda di chi li giudica. Vorremmo qui evocare, al di là di sterili polemiche, il carattere molto attuale delle concezioni e delle pratiche rogeriane alla luce del lavoro della psicologia (sociale, dello sviluppo, della salute, ecc.) nella misura in cui questo lavoro è incentrato sulle dinamiche personali e sulle relazioni interpersonali.

Naturalmente, articolare una filosofia di vita con concezioni e pratiche scientifiche, pedagogiche o terapeutiche implica l'istituzione di una metapsicologia, un sistema di valori che serva da riferimento e che possa essere discusso in relazione a culture, ideologie o sistemi di credenze, eventualmente opposte o concorrenti.

Le concezioni rogeriane si basano fondamentalmente sull'importanza dei sistemi di rappresentazione e il loro legame con i processi emozionali (interni o espressivi). Sottolineano la concentrazione su se stessi (rappresentazione,

¹ *Giornale degli Psicologi*, n. 23, 1984

² 1969,74

0 Pierre Tap Professore Emerito e Nathalie Oubrayrie-Roussel Senior Lecturer HDR, entrambi dell'Università di Tolosa 2 Jean Jaurès.

valutazione, ecc.), sugli altri (rappresentazione dell'altro) e sulla relazione tra l'altro (individuale e collettivo) e se stessi.

Oggi possiamo fare la differenza, in queste interazioni, tra

- *L'evento*: primato del contesto per sé o per l'altro, introduzione alla *dinamica situazionale*;
- *L'esperienziale*: primato dell'itinerario personale o interpersonale favorendo la capacità di trarre vantaggio dall'*esperienza*. L'esperienziale implica il primato dei processi, l'esperienziale il primato delle procedure;
- *Esistenziale*: assume il primato del significato e dei valori;
- Infine, il *potenziale* implica il primato delle riserve, competenze potenziali che il soggetto può *aggiornare*. Queste "riserve" possono o non possono, secondo gli autori, essere assimilate a *disposizioni* innate o acquisite.

Come possiamo vedere, la nozione di "terapia centrata sulla persona" deve introdurre una riflessione sulla nozione di "centratura" e quella di "persona".

L'egocentrismo introduce la questione del possibile carattere egocentrico (cognitivo), narcisistico ed egoista (affettivo) di comportamenti e atteggiamenti³. È quindi importante analizzare come la persona può imparare a gestire le necessità di *decentramento* (cognitivo) e di *distanza emotiva* (dalle proprie emozioni e sentimenti). Per "centrarmi sull'altro" devo "decentralizzarmi"? Quali sono allora le caratteristiche e i limiti di tale decentramento?

Per quanto riguarda la *centratura sull'altro* (o su altri), è importante introdurre differenze e legami tra

- La *relazione interpersonale*, a due (diadica) o a molti;
 - La *relazione di gruppo* che implica l'instaurazione di un "noi" che va al di là delle relazioni tra persone;
 - La *relazione istituzionale* che implica l'istituzione di sistemi di regole e poteri.
- Questi tre tipi di relazioni favoriscono molteplici processi di comunicazione, influenza, coinvolgimento, pressione, aiuto e sostegno, solidarietà o divisione, dipendenze e identificazioni, ecc.

La persona è sia un *socius* (un membro di una società complessa) che un *alter-ego*⁴ (un interlocutore privilegiato con un altro che è un po' come me, ma dal quale differisco, gli altri sono i nostri "simili", e non identici, anche se condividiamo "identità" con loro).

L'*attenzione alla relazione* solleva domande sull'in-between, i processi di influenza, il comportamento cooperativo o il conflitto, l'attaccamento e il distacco, il coinvolgimento o il dis-involgimento, le pressioni interne ed esterne, la gestione

³ L'egocentrismo implica l'incapacità intellettuale di articolare il proprio punto di vista e il punto di vista degli altri; il narcisismo implica considerare il proprio corpo o il sé come un oggetto di attenzione e di amore, l'egotismo implica il gonfiore del sé (percepirsi come il centro del mondo e affermarsi come tale sotto lo sguardo degli altri).

⁴ Wallon, H., 1956

di situazioni e progetti, il necessario adattamento collettivo a situazioni difficili, le fusioni e l'empowerment, l'emarginazione e l'integrazione.

Analizzare questa triplice centratura porta ad ampliare la nozione di *centratura sulla persona* nella misura in cui la *persona* è allo stesso tempo *l'altro*, *il sé* e la *relazione sé/altro*, in una specifica *situazione* (personale), *ambiente* (spazio-temporale), *dintorni* (relazioni interpersonali, gruppi e reti) e *quadro* (istituzioni e culture).

Capitolo 1

La persona, una o più? Sulla congruenza

L'obiettivo dello scienziato è quello di costruire modelli teorici, costituiti dall'articolazione di molteplici concetti, e di mettere questi modelli alla prova di osservazioni ed esperimenti. Mentre Rogers critica i modelli troppo "oggettivanti" (sia il comportamentismo che la psicoanalisi), ha costantemente cercato di chiarire la natura dei processi intra e interpersonali coinvolti nel comportamento quotidiano. Propone concetti articolati in un modello e si sforza costantemente di verificare la sua modellizzazione nelle pratiche interattive (diadiche o di gruppo, pedagogiche, terapeutiche o familiari, ecc.) Come vedremo, uno dei temi essenziali delle sue concezioni riguarda la difficoltà della persona di uscire dalle divisioni interne, che le impediscono di affrontare le scadenze quotidiane o di dare un senso alla sua vita. La questione dell'unità psichica è in effetti una grande questione filosofica. Tutte le filosofie, fin dall'antichità, hanno ruotato intorno all'"essere". Quando non evocano l'identità e la coerenza assoluta (Dio, l'Essere assoluto) si chiedono se l'essere è Uno (Parmenide) o Multiplice (Democrito). Questa è una domanda molto attuale. In un recente articolo, F. de Singly evoca la questione della coerenza del sé: "*il sé totale o frammentato?* ». Fa parlare un eroe di romanzo che dichiara: "*Accontentiamoci dei frammenti (...). Se questo è possibile, se non cerchiamo di formare tutto, allora mi sembra che posso vivere... abbastanza bene*" e l'autore conclude: "*Disincantato, non ha più il coraggio di intraprendere questo lavoro di unificazione identitaria dove l'io statutario rafforza l'io intimo*"⁵.

Congruenza interna e consapevolezza di sé

Tuttavia, uno dei concetti centrali del modello rogeriano è la *congruenza* che caratterizza fundamentalmente questo lavoro di unificazione. Secondo lui, la congruenza implica una "corrispondenza ⁶esatta tra l'esperienza e la consapevolezza 'emozionale' e interattiva (...)". Il momento cruciale è un

⁵ De Singly, F. (1996) La fabrique familiale de soi in *Sciences Humaines*, numero speciale *Identità, Identità: l'individuo, il gruppo, la società*, 15, 18-21

⁶ Enfasi aggiunta.

momento di *integrazione in*⁷ cui la comunicazione tra le diverse 'case' interne non è più necessaria, perché *sono diventate una sola*"⁸ (Rogers, 1968, 108).

Prima di discutere l'attualità di questo concetto nella ricerca psicologica, facciamo alcune osservazioni sull'uso storico del termine "congruenza". Fu usato per la prima volta dagli atomisti greci per designare l'intreccio degli atomi. Secondo Democrito, la natura è composta da atomi i cui movimenti sono controllati meccanicamente. Simplicio evoca il fatto che gli atomi possono rimanere isolati o "intrecciarsi tra loro secondo la *congruenza delle loro figure; dimensioni, posizioni e ordini, rimanere insieme e realizzare così il venire all'essere dei corpi composti*". La parola congruenza è anche associata alla nozione di *simmetria*. La congruenza avverrebbe attraverso l'intervento di meccanismi di aggiustamento simmetrici.

Abbiamo appena visto che Rogers usa il termine "corrispondenza esatta" per definire la congruenza. La corrispondenza è uno dei processi materiali o simbolici importanti nello sforzo di articolare i diversi campi di un sistema. Può quindi applicarsi anche alla personalità, percepita come un sistema complesso. Sarebbe il prodotto funzionale della costante ricerca di coerenza e unificazione interna intrapresa dalla persona. Questi sforzi implicherebbero un confronto tra comportamenti, sentimenti e rappresentazioni, uno sforzo per coordinare e dare priorità ai processi affettivi, cognitivi e conativi⁹. Questi diversi processi faciliterebbero l'autoaccettazione attraverso la "consapevolezza soggettiva" e la riflessione dell'esperienza immediata. Quando "un'esperienza è diventata pienamente cosciente e pienamente accettata, può essere affrontata efficacemente come in qualsiasi altra situazione reale" (op.cit. 110). Diventa quindi necessaria una discussione su questa centratura della persona su se stessa.

Tuttavia, Rogers sottolinea soprattutto l'importanza della concordanza tra l'autoconsapevolezza, l'autovalutazione e le dinamiche emozionali che guidano il modo in cui il soggetto si esprime, possibilmente a sua insaputa. Sottolinea

⁷ idem

⁸ Enfasi aggiunta. Bisogna anche notare che Rogers usa la nozione di "*comunicazione*" tra famiglie interne. Queste case funzionerebbero come "personaggi interni" (cfr. Janet, 1929) che interagiscono, si sfregano senza comunicare o si ignorano a vicenda. Possiamo associare questa ipotesi alla nozione di "gruppi interni" in Kaës (1991). Freud stesso ha talvolta utilizzato metafore interattive per analizzare la relazione tra le istanze psichiche (quello, io, superego, ideale dell'io).

⁹ Emotional include emozioni e sentimenti. È strettamente associato all'immaginazione e alla gestione dei valori (affetti normativi) in relazione a se stessi o agli altri. Il cognitivo comprende tutte le attività mentali di gestione delle informazioni, ragionamento, pensiero e risoluzione dei problemi. Il conativo infine riguarda le motivazioni, le tendenze ad agire e tutti gli aspetti associati all'organizzazione delle attività.

l'importanza dell'autocoscienza al punto di considerarla come il centro della personalità. Secondo lui, il sé deve essere limitato "agli aspetti dell'individuo e a quelle relazioni con gli altri e con il mondo che sono disponibili alla coscienza" (citato da Corraze, 1995). Egli basa la sua argomentazione non solo sulla psicoterapia centrata sulla persona, ma anche sui risultati dei test soggettivi di autovalutazione. Secondo lui, è l'accordo tra il sé presente e il sé ideale che definisce l'autostima. Egli afferma che la vicinanza tra le due misure è tanto più forte quanto più la persona è equilibrata. Ma è difficile ammettere che l'autocoscienza si identifica con la realtà della persona. I teorici del *sé* hanno chiamato Insight la relazione tra l'immagine di sé del soggetto e la realtà del sé. L'intuizione corrisponderebbe alla lucidità o congruenza di Rogers. Si riferisce alla distanza tra ciò che credo di volere e ciò che voglio normalmente, tra un ideale normativo collettivo (desiderabilità sociale e culturale) e un ideale di sé per sé. La consapevolezza di sé non è ingenua. È naturalmente associato al campo della coscienza (associato all'esperienza attualmente vissuta, e suscettibile di innescare "realizzazioni"). Ma questa è la dimensione sincronica della coscienza. La dimensione diacronica è legata al viaggio, all'itinerario della persona che costruisce, orienta, trasforma o rilancia la sua personalità attraverso eventi e ricordi legati al passato così come alle prospettive di un tempo che dovrà essere riempito.

D'altra parte, però, l'autocoscienza non è indipendente dai condizionamenti sociali e dalle influenze culturali da cui prende in prestito valori e riferimenti di vita per farli propri. Non si costruisce solo a partire da corrispondenze unificanti. Per esempio, Jaspers (1950) ha fatto riferimento all'esistenza di quattro caratteristiche dell'autocoscienza: unità, opposizione al mondo esterno, identità e attività. Questi aspetti sono stati costruiti dalle interazioni e dalle transazioni tra il soggetto e i suoi vari ambienti (di appartenenza o di riferimento).

Un disturbo della coscienza, della rappresentazione e/o dell'immagine di sé ha conseguenze importanti sulla *personalizzazione* (lo sviluppo della persona nel corso della sua vita).

Dissonanza e alessitimia

In ogni caso, Rogers ha mostrato come lo sforzo di far coincidere sentimenti, atti e pensieri fosse benefico nella dinamica terapeutica o nel superamento delle difficoltà quotidiane, al di fuori della terapia.

In queste situazioni, sono ovviamente gli effetti negativi della non-congruenza che devono essere lasciati. Il soggetto può manifestare sentimenti molto forti (percepiti dagli altri) senza essere consapevole di questa espressione e quindi senza essere realmente in grado di comunicare con gli altri. Per esempio, un uomo arrabbiato può credere sinceramente di indicare i fatti e di non provare emozioni aggressive. Ci sarebbe una non-congruenza a causa della separazione tra l'esperienza emozionale manifestata (organizzativa) e la consapevolezza del soggetto di essa.

La non-congruenza potrebbe essere paragonata ad altri due concetti importanti e spesso menzionati: dissonanza e alessitimia.

- La *dissonanza*, nella sua versione *cognitiva*¹⁰, implica l'esistenza di una discrepanza, una non corrispondenza tra pensieri o valutazioni opposte, o tra pensieri e parole. Si può anche evocare l'esistenza di una *dissonanza affettiva*¹¹, caratterizzata dalla difficile coordinazione tra affetti o sentimenti contraddittori. La non-congruenza sarebbe in un certo senso la congiunzione di queste dissonanze multiple. Qualunque siano i modelli utilizzati per spiegare questi processi (cognitivi, psicoanalitici o altro), bisogna fare la differenza tra conscio, non conscio e inconscio, nel modo in cui il soggetto vive le sue *divisioni interne*, e di cui non sempre percepisce i legami con la sua sofferenza psichica o fisica, e le sue difficoltà di autoaccettazione o adattamento.

- Il termine *alessitimia* è stato proposto da Sifneos (1973)¹² per definire una malattia psicosomatica caratterizzata dalla difficoltà ad assumere ed esprimere le proprie emozioni¹³. È anche caratterizzato da un'assenza impressionante di contenuti di pensiero, fantasie, mentre il soggetto è, al contrario, incline a dettagliare costantemente fatti, eventi o disturbi fisici (cfr. il concetto di "pensiero operativo" proposto da Marty e de M'uzan nel 1963 per caratterizzare questo deficit). Questi soggetti sognano raramente. L'espressione delle loro emozioni, sentimenti o affetti è spesso inappropriata. Usano l'azione per risolvere o fuggire i conflitti, e spesso in modo impulsivo, febbrile, irritato. Si lamentano spesso di sentimenti di vuoto e di noia. Nelle relazioni con gli altri, sono sia dipendenti che narcisisti o solitari.

Queste ultime osservazioni permettono di supporre l'articolazione tra la non-congruenza interna e le difficoltà relazionali e più ampiamente sociali. I conflitti psichici si riflettono sia nel modo di gestire il corpo che nel modo di comportarsi verso gli altri, o sotto il suo sguardo.

¹⁰ Vedere Festinger (1950)

¹¹ cfr. de Vos (1980) "La dissonanza affettiva precede la dissonanza cognitiva. È il conflitto tra emozioni discordanti che richiede una risoluzione nel pensiero cosciente. Se non c'è conflitto a livello affettivo, l'individuo può facilmente tollerare la confusione di concetti o le incongruenze cognitive. Ma gli individui non possono tollerare emozioni contrastanti senza ricorrere a meccanismi di difesa (op. cit. p. 32).

¹² Lavoro sviluppato da Nemiah J.C., ripreso da Taylor, G.J. (1984,1990) e presentato e continuato in Francia da Pedinielli, J.L. (1992) al quale ci ispiriamo qui.

¹³ Alexithymia = non (a) essere in grado di "leggere" (lexi) le proprie emozioni (thymia)

Congruenza esterna come mappatura tra sé e gli altri

Sappiamo quanto siano difficili, esigenti, a volte conflittuali e soprattutto umilianti le relazioni strette (amore, amicizia, simpatia, cogestione di una vita comune). Ma sono allo stesso tempo o successivamente appassionati, esaltanti, particolarmente gratificanti. La corrispondenza nelle relazioni con gli altri non è simmetrica o identica. Come Levinas mostra giustamente, il faccia a faccia non è compresenza ma prossimità; e questa prossimità non è del tipo dell'uguale all'uguale, è asimmetria o più precisamente primato del sé o dell'altro. Assume un doppio carattere: l'altro può essere percepito e vissuto come qualcosa, vulnerabile, esigente e supplicante, ma anche percepito e vissuto nella sua altezza inaccessibile e irriducibile.

La nozione di alterità è co-originaria con la nozione di narcisismo. Anche quando si parla della capacità precoce dei bambini di dare, si può supporre che l'altruismo basato sulla reciprocità non può che essere un lavoro al limite, tra la devastante affermazione di sé e il sentimento di essere alienato al desiderio o alla richiesta dell'altro.

La relazione con gli altri non sarebbe basata sulla generosità, l'iniziativa o l'identificazione. Ma sarebbe prima di tutto parte di una "provocazione" nel senso etimologico di spingere in avanti, mettere in moto, sollecitare o forzare l'espressione "essere".

In nome dei valori associati alle pratiche relazionali, Rogers sfida tali argomenti e bandisce una relazione asimmetrica¹⁴ basata sull'interpretazione. Tuttavia, apprezza la *comprensione* e l'*intuizione* associate al *guardare* (occhio), e la *fiducia* e l'*apertura* associate all'*ascoltare* (orecchio).

Ma la nozione stessa di unificazione solleva la questione della sua relazione con la gestione del conflitto, della divisione e della duplicazione. Se c'è bisogno di unificazione, è perché il soggetto vive nelle contraddizioni. Ora, "la contraddizione e l'ambiguità sono, nel corso dell'esperienza, il segno vissuto dell'esistenza personale"¹⁵. Ma lo stesso autore dichiara altrove: "l'unificazione progressiva di tutti i miei atti, e attraverso essi dei miei caratteri o dei miei stati è l'atto della persona" (ibid.).¹⁶

¹⁴ In molte opere contemporanee, si nota la discutibile assimilazione tra "asimmetrico" e gerarchico, tra "simmetrico" ed "egualitario".

¹⁵ Mounier, E. (1946a, in 1961, II), p. 69.

¹⁶ Mounier, E. (1936 in 1961, I), p.528.

Capitolo 2

Intuizione visionaria: lo sguardo

Rogers è oggi sostenuto da alcuni cognitivisti nella misura in cui attribuisce grande importanza ai meccanismi di gestione dell'informazione nella relazione che il soggetto stabilisce con se stesso, attraverso le proprie attività mentali (consapevolezza, comprensione autocentrata, autovalutazione) e nei processi di pensiero associati alla comunicazione e interazione con gli altri (manifestazione di intenzioni, valutazioni intuitive degli altri, considerazione positiva degli altri). Cartesio associava l'anima allo sguardo¹⁷. Rogers, da parte sua, usa la metafora dello *sguardo nell'analisi* dei processi intersoggettivi¹⁸. È questa metafora che guida i concetti di *chiaroveggenza, trasparenza, intuizione ed empatia*.

La chiaroveggenza

La chiaroveggenza implica la capacità cognitiva di *percepire*, di leggere direttamente, ciò che non è udibile o visibile, ciò che è nascosto in se stessi o negli altri, dietro il rumore o le apparenze. Ma questa posizione sarebbe *voyeuristica* se io stesso rimanessi nascosto mentre "leggo" l'altro tanto quando si esprime quanto quando si protegge.

Trasparenza

Per evitare questa situazione asimmetrica, i protagonisti dovrebbero sforzarsi di affinare la loro reciproca chiaroveggenza e, per ottenere questo, sviluppare la *trasparenza, cioè* essere visti, percepiti, compresi nei termini di ciò che ciascuno sarebbe senza veli, smascherato, indifeso, nel suo vero (?), profondo (?), reale (?) essere. Nella concezione di una trasparenza "espressiva", Rogers presuppone che la congruenza dell'uno sia percepita e apprezzata dall'altro nell'interazione. Ma l'espressione (detta spontanea) può diventare una pericolosa esposizione percepita per il sé, o per l'altro vulnerabile. C'è sempre un pericolo nelle "manipolazioni" di gruppo per spingere l'altro a liberarsi dalle proprie difese. La coerenza e il controllo interno sono, come la *colonna vertebrale, ciò che rende possibile al*

¹⁷ Tap, P. (1997) sulla spazializzazione dello psichico attraverso lo sguardo in Cartesio.

¹⁸ Tap, P. (1986) Personalization and Intersubjectivity, Special Issue *Intersubjectivity, Connections*, 47, 149

soggetto di strutturarsi come tale. Ma in assenza di coerenza interna, un *guscio* è meglio di nessuna difesa. Difendersi può essere autentico, anche se non trasparente: "circolare, non c'è niente da vedere "?! ».

Intuizione

Anche l'intuizione è il linguaggio della visione (intuitio = guardare, intueri = guardare). Come la chiaroveggenza, è una capacità di *vedere attraverso* ciò che è nascosto (Mouloud, 1995). "Etimologicamente, i termini *Intueor, Intuitus* si riferiscono all'atto e all'attenzione del guardare. In senso lato, l'intuito è un attacco diretto all'oggetto nella sua fatuità. Il termine intuizione ha assunto l'eredità della nozione greca di noesis: un semplice atto di pensiero che non si disperde nei momenti percettivi" (op.cit.). L'intuizione è adatta a designare qualsiasi forma di comprensione immediata e riguarda tutti i livelli di conoscenza. Può essere *anticipatore* e *penetrante*. Cogliamo empaticamente il significato della condotta degli altri senza dover concludere questa "presa" con inferenze analogiche. L'intuizione va all'essenziale e facilita il passaggio dal fenomeno all'essere delle cose. L'intuizione può quindi essere assimilata o a una conoscenza fondante, precedente al ragionamento, o a una conoscenza unificante, che sintetizza la realtà così colta.

L'intervento della chiaroveggenza, della trasparenza e dell'intuizione nella relazione tra le persone promuoverebbe una vera comunicazione "intersoggettiva" (relazione egualitaria con rispetto reciproco, tra *soggetti non soggetti alla legge*). *È un'illusione, un'utopia o una realtà profonda?*

Capitolo 3

Intuizione empatica

Empatia e sociometria

L'empatia, associata alla chiaroveggenza e all'intuizione, implica la capacità di "mettersi al posto di": questo sarebbe un particolare processo di identificazione" (Rogers, 1968, p.49) che non sarebbe emotivamente fusionale, né sarebbe associato alla reciprocità basata sul contratto o sulla decenza. Per chiarire meglio la loro natura, è interessante mostrare come le concezioni rogeriane trovino una grande eco nella ricerca sulla sociometria, basata sul lavoro iniziale di Moreno (1934). L'empatia è associata al *grado di acutezza percettiva della persona* nella valutazione delle relazioni socio-emotive all'interno di un gruppo. Le tecniche sociometriche tentano di analizzare e misurare come gli individui percepiscono la propria situazione nel gruppo di cui sono membri¹⁹. Si chiede loro di autovalutare le loro affinità relazionali o i loro rifiuti (*selezione delle persone: scelta e rifiuto*)), di valutare da chi presumono di essere scelti e rifiutati (aspettative, atteggiamenti percettivi: "chi mi ha scelto, mi ha rifiutato?"). "Questa area di *percezione selettiva* è un'area particolare del problema generale dell'empatia, cioè la sensibilità agli atteggiamenti degli altri e la penetrazione dei loro sentimenti" rispetto al soggetto ("sentimenti positivi, negativi o neutri che gli altri possono avere su di me") (Maisonneuve, 1995). In questo contesto, si possono ottenere tre tipi di misure²⁰:

- 1. Il confronto degli *atteggiamenti percettivi* (cioè le aspettative del soggetto con gli atteggiamenti reali degli altri nei suoi confronti). Il soggetto ha "valutato", più o meno bene, chi lo ha scelto o rifiutato: *grado di chiaroveggenza*;
- 2. Confrontando gli *atteggiamenti selettivi* del soggetto con gli atteggiamenti percettivi (aspettative) degli altri. Questi ultimi hanno percepito più o meno bene le scelte e i rifiuti formulati dal soggetto: *grado di trasparenza*;
- 3. Il confronto di atteggiamenti percettivi e selettivi a livello del soggetto stesso. C'è una corrispondenza tra le scelte fatte e le scelte presunte ricevute: *grado di congruenza* (qui dovremmo dire "congruenza esterna").

Il riferimento alla sociometria ci permette di mostrare che ciò che è importante nei processi evocati (congruenza, chiaroveggenza, trasparenza, intuizione ed

¹⁹ Naturalmente, le tecniche sociometriche sono applicabili solo alle persone che si conoscono bene all'interno di un gruppo.

²⁰ Trilogia presa in prestito da Maisonneuve (1995).

empatia) riguarda la *capacità di valutare, in modo cognitivo, processi che sono di natura diversa (emozioni, sentimenti, affinità o opposizioni, amicizia-amore ma anche rifiuti e odi)*. Tuttavia, le proposte di Rogers tendono a concordare con l'ipotesi che la capacità del soggetto di valutare le proprie emozioni in un'interazione empatica con un'altra persona (terapeuta o no) tende a trasformare il modo in cui affronterà queste stesse emozioni (positive o negative).

Ma la sociometria ci permette anche di sollevare due questioni essenziali:

1. Ci sono differenze significative nella capacità delle persone di situarsi in termini di chiarezza-trasparenza-congruenza nei test sociometrici. È ovviamente essenziale capire come avvengono gli "errori": malintesi, mancanza di discernimento, prudenza, bisogno di sicurezza o di gratificazione. Analizzare questi errori in situazioni reali quotidiane permette alla persona di capire meglio l'origine delle sue illusioni socioperceptive. È vero che certe illusioni (sui sentimenti e gli atteggiamenti degli altri in particolare, ma anche sulle capacità personali o sui sentimenti di impegnarsi, ecc.) possono essere vitali per le persone se sono associate a sentimenti, credenze o valori fondamentali significativi.

2. Le selezioni e le percezioni sociometriche sono solo rappresentazioni impegnate. La domanda essenziale, che è stata a lungo oggetto di ricerca in psicologia o psicologia sociale (del bambino, dell'adolescente o dell'adulto) è la seguente: Come si organizzano le affinità o come emergono i comportamenti "repulsivi"? Le affinità sono basate su somiglianze²¹ (per esempio omofilia = amare chi ti assomiglia), su complementarità o su uguaglianze o gerarchie, o su specificità (alterità percepita o inconscia: per esempio, amare persone diverse da sé perché non ci si può "confondere" con loro)? Sembra essere un fatto che le somiglianze rispondano a una preoccupazione di sicurezza del sé, mentre l'alterità e la complementarità risponderebbero a un bisogno di appagamento. Le due tesi non sono esclusive.

Empatia e intersoggettività ²²

Nella concezione esistenziale, il solipsismo può essere superato solo in una relazione da soggetto a soggetto, nell'esperienza immediata dell'intersoggettività, della reciprocità delle coscienze. Lo sguardo dell'altro vi gioca anche un ruolo trainante. Ma, secondo Sartre, per esempio, l'altro è, in origine, colui che mi guarda e che mi aliena e mi congela in quello sguardo. La mia caduta originale è l'esistenza degli altri", "l'inferno è gli altri", ecc. Per evitare di essere bloccato, ridotto allo stato di oggetto-confitto, ho solo un mezzo di salvezza: la *ritorsione*,

²¹ La questione è importante, tanto più che il termine "affinità" per le relazioni tra persone è storicamente l'estensione di un termine chimico (o meglio alchemico, *affinitas*, XIII° S) che caratterizza la proprietà di due corpi di unirsi tra loro attraverso le loro particelle simili.

²² Le osservazioni che seguono in questo paragrafo sono basate o ispirate da *Personalizzazione e Intersoggettività* (Tap, P. 1986).

per congelare a mia volta gli altri come oggetti. Ma supponendo che la mia risposta abbia successo, la comunicazione fallisce, l'altro-soggetto mi sfugge. Così il *conflitto* è inerente a qualsiasi relazione intersoggettiva, anche e soprattutto alle relazioni amichevoli, amorose e più in generale prossimali. Nella *visione* sartriana, l'amore riguarda il possesso dell'altro come soggetto e oggetto, entrambi come libertà-catturati. Ora "l'altro è per principio inafferrabile: fugge da me quando lo cerco e mi possiede quando fuggo da lui"²³. Così, per difendersi, l'individuo tende a negare l'autenticità dell'altro. Questa visione porta alla conclusione pessimistica che "le soggettività rimangono fuori portata e radicalmente separate" (*op. cit.*). L'intersoggettività è dunque impossibile.

Alcuni lavori sembrano dare ragione a Sartre. Così, in una presentazione di lavori riguardanti i legami e le opposizioni tra intimità e socievolezza, Brehm (1984) mostra che l'amore è sempre più presentato in una prospettiva mercantile e utilitaristica di scambio sociale. Vengono evocate le molteplici difficoltà provate dai protagonisti delle relazioni intime. Così, la reciprocità dell'auto-rivelazione, confidandosi l'un l'altro e ricevendo confidenze in cambio, tende a svanire quando la relazione diventa più duratura. Non è quindi più facile raccontare la propria vita a uno sconosciuto in un corridoio, sul treno o su qualsiasi rete di ascolto percepita? Prendiamo un altro esempio, quello della gelosia. Questo sembra avere la sua origine soprattutto nella minaccia all'orgoglio e all'autostima, associata al bisogno di esclusività nella relazione con l'altro. Come disse La Rochefoucauld: "C'è più autostima che amore nella gelosia". Oggi, le rotture sentimentali e coniugali sono sempre più frequenti. Viviamo in un'epoca di relazioni multiple e relazioni multiple significano esperienze multiple di conflitto e dissoluzione. Dobbiamo concludere da questo che l'uomo è sempre un lupo per l'uomo, che gli esseri umani sono condannati a divorarsi l'un l'altro, a dilaniarsi o a rompere le loro relazioni?

Molti autori hanno criticato la versione pessimista delle relazioni umane. Per esempio, Gabriel Marcel (1968) critica la concezione sartriana perché implica il postulato cartesiano di un'autocoscienza primaria, di un cogito individuale isolato e anteriore. La contrappone all'ipotesi di un'intersoggettività primaria, anteriore alla coscienza separata di sé e degli altri. In termini di sviluppo infantile, Henri Wallon (1956) evoca l'ipotesi di una coscienza primaria "a doppio fuoco". Due termini, due fuochi "che non potrebbero esistere l'uno senza l'altro, anche se o perché sono antagonisti: uno, l'ego, che è un'affermazione di identità con se stessi, e l'altro, l'alter-ego, che riassume ciò che deve essere espulso da questa identità per conservarla" (1946). Secondo Gabriel Marcel, se il sé sperimenta un fallimento nella comunicazione intersoggettiva, è perché non è disponibile: "essere indisponibile: essere occupato con se stesso" (*op.cit.*, p.105). Mounier propone anche questa ipotesi: "È in un progetto preliminare di indisponibilità, e non nella mia libertà di soggetto, che afferro l'altro come oggetto, è nella stessa

²³ Sartre, J.P. (1943)

disposizione che mi riduco a riceverlo come invasore" ²⁴(op. cit., p. 105). Lo scopo latente dell'incontro sarebbe quello di permettere al soggetto di emergere da un forte stato di tensione caratterizzato da molteplici tensioni e contraddizioni. O si rifiuta allora l'incontro faccia a faccia per mantenere le proprie convinzioni nell'Amore e nell'Altro, o ci si prepara agli incontri deludenti provocati dal vulcanismo delle passioni, o infine ci si rimette alle manifestazioni basate sulle maschere sociali, giocando a rimorchiare in un contesto stiloso, non molto ben preparato per questo²⁵.

È quindi necessario rimettere in discussione la funzione della visione che gli altri hanno di se stessi nella dinamica intersoggettiva. L'alienazione del sé da parte dell'altro e il rifiuto in cambio di questo, non è fortunatamente l'unico motore della comunicazione intersoggettiva. La comunicazione con l'altro può altrettanto favorire l'emergere o il rafforzamento della mia identità. Lo sguardo può essere alienante, ma non può essere costantemente ridotto a un'invasione, uno sconfinamento che mi spoglierebbe e mi renderebbe schiavo. Lo sguardo dell'altro è almeno tanto sconvolgente quanto alienante. "Distrugge la mia fiducia, le mie abitudini, il mio sonno egocentrico. Egli è, anche ostile, il più sicuro rivelatore di me stesso. Così, la relazione interpersonale positiva è una provocazione reciproca, una fecondazione reciproca". ²⁶

Se è vero che l'altro può favorire la mia spersonalizzazione trattandomi come un oggetto, un animale o un automa²⁷, è anche vero che il primo movimento che rivela il soggetto, nella prima infanzia, è un movimento verso gli altri. Il bambino si espone agli occhi dell'altro, si mette di fronte al suo sguardo ma anche al punto di vista dell'altro. Quest'ultimo è quindi sia un *fomentatore di conflitti* che un *propulsore di progetti*. I progetti e i conflitti personali fanno parte della storia delle relazioni intersoggettive e della costruzione del soggetto, o del suo "scavo".²⁸

Alla fine, la comunicazione con l'altro può altrettanto favorire l'emergere o il rafforzamento della mia identità, promuovere la personalizzazione così come la fissazione alienante. L'esistente è lacerato, ma la sua esistenza è allo stesso tempo emergenza, tensione e lotta (Jaspers), è un essere teso verso la sua realizzazione (Heidegger).

²⁴ Mounier, E. (1947)

²⁵ La marmaglia "da aperitivo" cerca di soddisfare i propri bisogni, mentre gli altri sono lì per soddisfare le loro strategie di conservazione e riconoscimento sociale.

²⁶ Mounier, E. (1949), p. 455.

²⁷ Bettelheim ha proposto di definire l'alienazione in questo modo (1976).

²⁸ Gabriel Marcel, a proposito del funzionamento della persona, ha affermato che "non si tratta tanto di costruire quanto di scavare" (1940). Ma, come tutti i costruttori sanno bene, costruire implica necessariamente scavare, soprattutto per fornire le fondamenta!

I concetti centrali del modello rogeriano si basano sull'importanza della percezione-rappresentazione cosciente di sé, degli altri, della relazione tra sé e gli altri e la loro influenza sulle emozioni, i sentimenti, il comportamento relazionale e le modalità di organizzazione psichica messe in atto dalla persona in esame. È quindi importante tornare all'empatia e mostrare che non si limita all'acutezza della percezione del comportamento degli altri.

Empatia e affettività

Secondo Widlöcher "l'obiettivo terapeutico essenziale (nell'orientamento rogeriano) è quello di liberare la relazione presente dalle scorie del passato e di farle riconoscere il suo carattere originale: quello di essere una forma di amore non possessivo. Accedere a questa relazione positiva presente è liberarsi dalle pastoie nevrotiche delle fissazioni sul passato, ostacoli all'autentica individuazione" (Widlöcher, 1995). In altre parole, è nella prima infanzia, o almeno nel passato (amore possessivo, ecc.), che bisogna cercare la causa delle difficoltà personali, e in particolare socio-affettive, attualmente vissute dalla persona in consultazione. Questa posizione, sufficientemente prudente, è senza dubbio accettabile da molti terapeuti. Rogers non nega gli effetti della storia personale. Ciò che discute, tuttavia, è la validità delle terapie psicoanalitiche che implicano una centratura interpretativa dei processi regressivi (attraverso i ricordi e i sogni) e che si basano sull'ipotesi di un ritorno al trauma (reale o presunto) o alle fantasie associate alle esperienze infantili. L'atteggiamento del terapeuta rogersiano, inoltre, non ha nulla a che vedere con le concezioni e le pratiche cognitivo-comportamentali, di cui discute il carattere eccessivamente direttivo, ma soprattutto con la discrepanza tra le concezioni utilizzate per sostenere l'interpretazione delle difficoltà dei pazienti e l'insufficiente teorizzazione e giustificazione pratica della relazione terapeuta-paziente.

Qual è dunque l'atteggiamento del terapeuta rogersiano nella sua pratica di interazione? Come si giustifica l'empatia come metodo? Può essere confuso con la simpatia? Se no, cosa caratterizza questa "identificazione particolare"?

La nozione di empatia è effettivamente evocata in relazione a pratiche molto diverse. Per esempio, Chertok (1995) sostiene che l'ipnosi offre un modello privilegiato di empatia. Si dice che la relazione ipnotica abbia un elemento arcaico che non è accessibile alla verbalizzazione. L'interpretazione, un processo intellettuale, diventerebbe meno importante di "questa forma di comunicazione emozionale, intensa, fusionale e simbiotica chiamata empatia". L'empatia così presentata si confonde con la dipendenza emotiva e difficilmente corrisponde alla definizione di empatia di Rogers. Roustang (1980) si chiede se il vero potere del transfert non sia lo stesso dell'ipnosi. Questa identità di processo sarebbe stata sospettata da Freud, ma i suoi seguaci, tra cui Lacan, l'hanno rifiutata.

E il *confronto tra empatia e simpatia*? Secondo Bergson, la simpatia implicherebbe la capacità di una persona di "coincidere con ciò che l'altro ha di

unico e inesprimibile". Se Rogers non si spinge così lontano, assume, come abbiamo visto, un tipo di corrispondenza simile quando definisce l'empatia.

I terapeuti in generale tendono a rifiutare la confusione tra queste due nozioni. Ma vale la pena dare un'occhiata più da vicino. Il suffisso "patologia" presente in entrambi i termini è da mettere in discussione. Significa sofferenza, essere *malati* (pathos, patologia) ma anche *sentimento, affetto*²⁹. Simpatia significa certamente avere sentimenti positivi verso gli altri, legame affettivo, ma etimologicamente implica anche l'ipotesi di *soffrire-con*. La concordanza empatica implica una partecipazione emotiva del terapeuta? Se c'è partecipazione, che dire della sua "trasparenza" (apparire attraverso) e gestione (controllo, proiezione, trasferimento)?

La confusione tra malattia e sentimento mostra chiaramente che l'affettività in generale è percepita in modo piuttosto negativo (disturbo della condotta, difficoltà di espressione, ecc.) sia attraverso il linguaggio stesso che nelle pratiche relazionali.

Nel suo *Trattato delle Passioni*, come nelle *Meditazioni 6*, sugli "stati affettivi", Cartesio contrappone le passioni (ammirazione, amore, odio, desiderio, gioia, tristezza) alle "emozioni interne". Considera le passioni utili nella misura in cui spingono la persona ad agire e a "raggiungere il fine a cui partecipano i movimenti e le passioni". Ma la passione (in senso passionale) è l'exasperazione di un sentimento. Può mobilitare le emozioni, ma non è la stessa cosa³⁰. Le sei passioni evocate da Cartesio possono essere assimilate ai sentimenti. Il sentimento può essere associato a un'opinione o credenza (assenso), un'intuizione (presentimento) o un impulso appassionato (risentimento). Tutti i sentimenti inducono una persona ad agire o reagire, anche come risultato delle proprie azioni (Janet, 1929). Tende a guidare il nostro rapporto con gli altri e il mondo esterno, a volte in modo duraturo. "Il sentimento è prima di tutto la consapevolezza di una presenza, di un "c'è". Ma questa presenza non è neutrale. Il sentimento è coscienza di un valore, è sempre coscienza immediata di un'esistenza il cui valore ci impegna. Infine, il sentimento non può essere confuso con la conoscenza.

²⁹ Il termine "affetto" indica anche una malattia (per esempio, la malattia del cuore) e un sentimento positivo verso gli altri (per esempio, l'affetto madre-figlio).

³⁰ L'emozione è una crisi, più o meno improvvisa e violenta; è più limitata nel tempo, e più direttamente associata al corpo. Il sentimento è più o meno profondo e più o meno duraturo, ma introduce necessariamente un riferimento di valore e di significato. Anche la passione è data come significato, ma è un'idealizzazione fanatica dell'oggetto della passione; è esclusiva e idolatrica. In termini collettivi, la passione provoca un'aggregazione-fusione a spese dell'intersoggettività. Gli individui si stabiliscono insieme nella "sfera estetica", nella *passione immaginaria dell'immediatezza*, a spese delle *esigenze* (la sfera etica dell'Ideale) e della *realizzazione* (la sfera religiosa), (Kierkegaard, 1970).

Sulla base di questi presupposti, la simpatia è una forma caratteristica di sentimento. E l'empatia? Non può essere confuso con l'emozione o la passione. D'altra parte, abbiamo visto che può essere assimilato alla conoscenza intuitiva e diretta? Ma l'empatia non è qualcosa di più?

Confrontiamo questo con la *fenomenologia dell'affettività* proposta da Max Scheler (1928). Questo autore propone di considerare la simpatia come una modalità di conoscenza immediata associata all'intuizione, che chiama *intuizione emozionale sui valori e sulla diversità delle azioni della persona*. L'intuizione emotiva permette di cogliere l'espressione immediata delle esperienze altrui (che sono caratterizzate da sentimenti: amore, odio, ecc.). Facilita la partecipazione, la reciprocità delle coscienze, la scoperta del significato e dei valori. Implicherebbe un "discernimento affettivo". L'intuizione emotiva riguarderebbe tanto le comunità quanto gli individui.

Anche se il termine "emozionale" è confuso e discutibile, ci sembra che l'intuizione emozionale di Scheler abbia qualche somiglianza con l'*intuizione empatica* di Rogers. L'intuizione empatica di Rogers articola una particolare modalità di conoscenza (intuizione) e una particolare modalità di identificazione affettivo-assiologica (basata su sentimenti e valori, soprattutto etici).

Capitolo 4

Dall'apparenza all'autenticità e viceversa

La maschera come mascherata, parata e mediazione

La chiarezza, la trasparenza e l'intuizione implicano che il sé funziona come una casa di vetro, un sé luminoso e una comunicazione senza maschera o parata. Eppure, sappiamo quanto i comportamenti che dovrebbero differenziare uomini e donne siano basati sulla *mascherata* (per le donne) e sulla *parata* (per gli uomini). In effetti, queste due strategie riguardano tutti noi, uomini e donne, giovani e vecchi, ecc. Si basano sull'ipotesi dell'opposizione tra un interno (un'intimità) che si nasconde, e un esterno che serve sia da schermo che da proiettore.

- *Lo schermo* è allo stesso tempo ciò che *nasconde* (lo schermo, il paravento, ecc.) e ciò che viene *proiettato e mostrato* (lo schermo del cinema o del computer: la tavola su cui viene proiettata un'immagine);
- La *mascherata* è spesso evocata al femminile, forse in modo peggiorativo, perché è associata al *trucco, al make-up, allo specchio, al teatro (make-up artist) o alla magia (masco = strega; mascoto = incantesimo, portafortuna)*. In ogni caso, siamo introdotti al tema delle maschere;
- La *sfilata* si unisce per una parte alla mascherata, non più associata al volto, ma al corpo, per gli ornamenti aggiunti: vestiti, ornamenti, tatuaggi, *piercing*. Il verbo latino *parare* significava (se) "preparare", (s) "preparare"³¹. Ha proliferato in 1. parare, adornare; 2. fare una parata (come il circo, la parata),³² (per) sfilare se stessi, mettersi in mostra; 3. pararsi subito, proteggersi da (parata dello schermidore, ma anche paraurti, antiproiettile, o...). Bumper³³! ecc.), anticipando una manovra (parata).
- *L'apparenza*³⁴ e *le apparenze* sono state a lungo oggetto di discredito, in quanto filosofi e scienziati concordano sul fatto che la realtà dei processi non è la

³¹ Per esempio, le sfilate di corteggiamento negli animali, o i rituali di preparazione legati al matrimonio e al rapporto sessuale negli uomini, ma soprattutto nelle donne.

³² La sfilata si riferisce anche alla *mostra*. Entrambi implicano un'enfasi corporale, più o meno seducente o aggressiva.

³³ Termine usato da Freud per evocare le difese contro ciò che può mettere in pericolo il sé.

³⁴ I termini "apparire" e "apparenze" derivano dal verbo *parere*: apparire, comparire (così come le parole "transparaître" e "transparences") e devono

stessa delle manifestazioni percepibili e visibili. Le apparenze sono minimizzate perché sono solo *sintomi di processi nascosti*. Tuttavia, l'uomo di oggi continua a coltivare superbamente le apparenze, a curare molto le apparenze, l'immagine che dà di sé.

I diversi significati così aggiornati sono interessanti per il nostro scopo. Mostrano che il mascheramento è anche un modo di esprimersi e mostrarsi, di rivelarsi (nel modo in cui ci si nasconde, ci si rivela), ma anche di difendersi, in un rapporto con se stessi o con gli altri.

Naturalmente, rimane la questione di come si organizza la relazione tra ciò che è nascosto e ciò che appare. Si può supporre una *scissione* tra le due realtà, la realtà fenomenica e la realtà psichica, i comportamenti superficiali dell'essere e la personalità profonda, ecc. Si può supporre l'esistenza di una negazione di una di queste realtà o l'esistenza di meccanismi di duplicazione (scissione tra due sé o parti del sé) e/o di duplicità (nascondere ciò che sono a mio vantaggio), ecc. Ma possiamo anche analizzare la dinamica positiva dell'interazione tra due mondi che non devono né fondersi (il soggetto scompare nel movimento degli eventi successivi o delle identificazioni multiple) né separarsi (schizzo e incomunicabilità).

Gioco e finzione nella costruzione simbolica della persona

Wallon ha detto che "le emozioni legano il sociale al corpo" (1956). Questo è tanto più vero quando si tratta dell'emergere di comportamenti di gioco nei bambini. In effetti, è nell'esperienza immediata dell'emozione provata che i bambini piccoli fanno i loro primi giochi relazionali: per esempio, gli scoppi di risate del bambino nel gioco circolare in cui il viso viene nascosto con un fazzoletto che viene poi rimosso. Attraverso questi primi giochi il bambino impara a comunicare, nell'attenzione ai gesti dell'altro e nella riduzione della "tensione" che questi gesti provocano. Il bambino impara, tra l'altro, che ciò che è nascosto alla vista è sempre lì (l'oggetto nascosto dietro il mobile, il volto della madre o il proprio volto nascosto dietro il fazzoletto). Sperimenterà anche la manifestazione delle emozioni verso o da parte degli altri. Percepirà la necessità di assumere l'esistenza di sentimenti e pensieri che sono espressi solo parzialmente, che è meglio tenere per sé o che dovrebbero essere rivelati solo in certe circostanze o in relazione a persone privilegiate. È così che si costruisce il soggetto, nelle sue riserve (potenzialità e trattenimenti) così come nelle sue espressioni (verbali e non verbali).

Poi vediamo la comparsa di *simulacri*: per esempio, il bambino *finge di* tenere un cuscino e di dormire. I giochi simbolici o di finzione, compresi i giochi di ruolo, appaiono più tardi (Malrieu, 1967). Questi giochi permettono al bambino di

essere associati al fatto di "esserci" (in opposizione a "scompare": non esserci più). Ma l'apparenza può essere illusoria o falsificante.

appropriarsi e padroneggiare la realtà, ma gli danno anche la possibilità di anticipare gli eventi, felici o sfortunati, e di prepararsi ad affrontarli.

Il gioco del bambino fa parte di quello che Winnicott (1971) ha chiamato lo *spazio potenziale* (1971), che è quell'in-tra il personale e il sociale, che non è né totalmente l'uno né totalmente l'altro, che può favorire la costituzione di spazi di libertà (reali o immaginari) e, gradualmente, di tutta la cultura. Per l'adulto, come per il bambino, il gioco è sempre sia sociale che separato dal sociale, perché implica il rischio, il confronto con l'incertezza. Simulacro e vertigine sono processi che permettono sia agli adulti che ai bambini di correre un rischio ancora più chiaramente sociale, quello di lasciare il ruolo assegnato. Georges Herbert Mead (1934) affermava che la vita sociale può essere assunta pienamente solo nella misura in cui l'individuo accetta il ruolo legato al suo status senza confondersi totalmente con esso. Questa è senza dubbio la chiave di questo apparente paradosso che lega e separa sia il gioco che la cultura. Quest'ultimo si arricchisce di tendenze che mantengono una certa distanza tra l'individuo e le sue determinazioni sociali, o che incoraggiano ad assumere il rischio di una vita collettiva mai totalmente priva di incertezze.

È in questo contesto che si può collocare l'uso delle maschere nei riti religiosi. La maschera non è lì solo per nascondere. Al contrario, è lo spirito corrispondente che può esprimersi, mostrarsi, attraverso la persona che indossa la maschera. La maschera diventa una mediazione, non questa volta tra lo psichico e il sociale, ma tra il qui sotto e l'oltre. Permettono al gruppo di trovare la sua sicurezza, di avere la prova che gli dei o gli spiriti stanno bene con loro. Come tutti gli oggetti simbolici, permette di fare un collegamento tra ciò che è separato. Piuttosto che negare la separazione, bisogna stabilire nuovi mezzi di comunicazione tra gli elementi (gruppi, persone, ecc.) che sono stati separati. Questo è il paradosso della maschera: nasconde e rivela. In questo intermezzo attivo, l'arricchimento culturale e la tessitura del legame sociale hanno luogo, attraverso il gioco dei significati collettivi. Una parte del gioco interviene in questi rituali. Sono generalmente fatti per gli uomini. Le donne non devono partecipare al significato, non devono essere nel "segreto". In realtà, fingono, fanno il gioco di non sapere e si comportano con i bambini come se non conoscessero i segreti (poteri magici, sessualità, ecc.).

Crozier (1977) ha mostrato che in ogni organizzazione sociale, e senza dubbio in ogni società, c'è *uno spazio (o zona) di incertezza e indecisione nell'interazione di regole e divieti*. Questo spazio permette agli attori sociali di sviluppare la loro libertà, di gestire nuove scelte. Il termine "gioco" questa volta significa non solo la relativa mancanza di definizione del ruolo degli attori, ma anche la vaghezza del funzionamento (così come ci può essere "gioco" nell'articolazione tra elementi di qualsiasi sistema meccanico o idraulico). L'ipotesi di Crozier è stata talvolta tradotta in termini di strategia dell'attore. Se sono totalmente trasparente, il mio comportamento è prevedibile nel gioco della relazione di potere. Se, al contrario, mantengo una certa opacità, se il mio comportamento non è totalmente prevedibile, acquisisco potere su coloro di cui conosco in anticipo gli

atteggiamenti o le decisioni. Questa ipotesi sul cinismo del comportamento umano è agli antipodi della concezione rogeriana che rifiuta di gestire le situazioni in termini di relazioni di potere e di ruoli. Senza negare queste relazioni, Rogers vuole situarsi diversamente.

Da "persona" a "persona"...

Il termine "persona" deriva dal latino *persona*, a sua volta di origine etrusca e che significava prima "maschera del teatro" e poi "personaggio (del teatro)". Se, come Shakespeare, equipariamo (metaforicamente) il mondo a un teatro, la questione è come assumiamo i nostri ruoli e se, come attori, ci identifichiamo con essi. Detto altrimenti, vengono poste tre domande più o meno contraddittorie:

- Qual è la relazione tra i ruoli sociali (che svolgo) e la persona (che sono)? I primi sono vissuti come vincoli o come opportunità? Sono fedele alle aspettative degli altri attori o di chi struttura la scena?
- Posso esprimermi in modo autentico nelle mie pratiche di ruolo? La vita sociale, con il suo lato teatrale, non è artificiale rispetto alla realtà psichica?
- Dovrei adattarmi, integrarmi, interpretare i ruoli previsti o dovrei cercare di essere me stesso? Sono entrambi simultaneamente concepibili?

Il sociologo Gurvitch (1966) ha considerato che la socievolezza implica il collegamento tra la coscienza individuale (attore) e la coscienza collettiva (scena e testo). Sulla base del grado di *fusione degli* individui nel *We*, del grado di *attrazione delle* pratiche sociali (motivazione degli attori, interesse per i ruoli giocati) e dell'intensità della *pressione* esercitata dal gruppo, ha definito la differenza tra *massa* (fusione +, pressione +), *comunità* (equilibrio tra fusione e pressione) e *comunione* (fusione +, attrazione +, pressione -). Vediamo, quindi, che i processi socio-affettivi, gli effetti del potere e della costrizione, sono all'opera nella socievolezza di gruppo, come lo erano nella socievolezza interpersonale (doppia o multipla).

Come essere allo stesso tempo *socius* (membro di una società), *alter-ego* (in una relazione prossimale e identificativa con l'altro) e *soggetto*? Per riprendere la metafora del teatro, il soggetto non è solo l'*attore* (sociale), deve essere anche un *autore* (di opere e prodotti che hanno senso, per sé e per gli altri) e un *regista* (capacità di organizzare spazi reali e immaginari, di gestire reti e interazioni, di facilitare l'espressione e l'innovazione, per sé e per gli altri). Ma naturalmente, la realtà sociale può essere il risultato della pressione (costrizioni) e della mancanza di attrazione (scarsa motivazione sul lavoro o nella vita privata, ecc.)

È vero che le organizzazioni sociali, le strutture e le istituzioni sono la fonte di molti mali. Sono pesanti, superficiali, freddi, ipocriti, ecc., mentre noi aspiriamo all'autenticità, alla profondità, alla libertà, al calore comunicativo. Ma se cerchiamo attivamente questi valori, la società non si oppone, per la buona ragione che non esiste "una" società, ma una molteplicità di gruppi con molteplici aspirazioni e ingiunzioni. Per liberarmi, per dare un senso alla mia vita, per trovare calore, cercherò chi sente, pensa, vive o vuole vivere come me; definirò ciò a cui

mi oppongo e ne trarrò le conseguenze nelle mie azioni e interazioni. In questo modo, potrò integrare il mio modo di affermarmi e il mio modo di gestire i legami sociali, di socializzare.

Infatti, il bisogno di affermarsi può comportare l'assunzione di rischi nella scelta dei ruoli e delle attività. "L'uomo moderno vive una forte ansia esistenziale che alla fine lo fa cadere in depressione o lo spinge a realizzare il suo potenziale e a fare qualcosa, qualunque siano i rischi. Vuole provare qualcosa al di là di se stesso, per soddisfare la sua ricerca di un Altro radicale, che gli permetta di trascendere lo stato della vita quotidiana."³⁵

³⁵ Tap, P. (1988) p. 241

Capitolo 5

Positività: fiducia e senso di valore

La fiducia come credo primario

Rogers è stato spesso criticato per la sua nozione di fiducia, in quanto può essere lavorata a partire da storie individuali e collettive. Secondo lui, la fiducia incondizionata sarebbe quella della relazione del bambino con sua madre, una fiducia organizzativa che precede qualsiasi codice, qualsiasi contratto. Propone come obiettivo di trovare questo tipo di funzionamento nel qui e ora della relazione terapeutica. È quindi opportuno discutere questa fiducia primaria madre-bambino prima di analizzare il significato dell'introduzione di questa positività incondizionata nella terapia.

Sul tema della fiducia primaria, Rogers si unisce ad alcuni psicoanalisti come Erikson e Winnicott.

Secondo Erikson (1972), nel primo anno di vita, il bambino sperimenta il benessere o il malessere fisico e psicologico attraverso la mediazione della relazione con la madre, in particolare nella regolazione dei bisogni nutrizionali, la gestione delle cure e il controllo delle relazioni affettive. Avere fiducia nel bambino significa imparare a *fidarsi della* somiglianza e della continuità dei "fornitori esterni". La fiducia nell'altro faciliterà la fiducia in se stessi, la capacità di resistere alle frustrazioni e ai sentimenti di abbandono. Il bambino accetterà allora di lasciare la madre fuori dalla sua vista, senza mostrare eccessiva ansia o rabbia. Al contrario, il sentimento di cattiveria sarebbe associato alla sofferenza fisica o psicologica sregolata, alla scarsa qualità delle interazioni. Secondo Erikson la soluzione del conflitto nucleare tra fiducia e sfiducia è il primo compito del sé. Permetterà la costruzione da parte del bambino di un sentimento di identità (continuità di sé) e di autostima che non contraddice ciò che gli altri si aspettano da lui.

Ma questa fiducia primaria negli assoluti sarà costantemente messa in discussione man mano che il bambino costruisce la propria immagine nell'interazione con gli altri, sperimenterà il dubbio, l'incertezza o persino la diffidenza verso gli altri che percepisce come resistenti, frustranti e proibitivi. I genitori devono essere in grado di trasmettere al bambino una convinzione profonda, quasi somatica, che ciò che fanno ha un significato. In definitiva, i bambini diventano nevrotici non a causa delle frustrazioni, ma a causa dell'assenza o della perdita del significato sociale di queste frustrazioni. In altre parole, la relazione di potere (o impotenza) è già presente nella gestione delle prime interazioni sociali attraverso l'affermazione dei desideri e la loro limitazione.

Secondo Winnicott, "la madre che è abbastanza buona risponde all'onnipotenza del bambino e, in una certa misura, gli dà senso più e più volte" (1965,122). "La

madre "abbastanza buona" sembra essere una condizione fondamentale per l'emergere e lo sviluppo della fiducia in se stessi nel bambino" (Tyar, 1998)³⁶. La madre "abbastanza buona", secondo Tyar, "sarebbe (di fatto) la madre che frustra il bambino con la privazione" (opt.cit.112). "Il bambino crea il Kred³⁷ che la madre presenta al bambino" (opt.cit.113). Il Kred descrive l'esperienza di onnipotenza del bambino associata all'onnipotenza della madre.

Il lavoro della madre trasforma l'ansia in un'esperienza in cui il bambino può superare se stesso. "La madre sufficientemente buona costituisce il primo stadio del principio di fiducia nella declinazione delle distinzioni dentro e fuori, bene e male, incorporazione e proiezione, onnipotenza e angoscia ... da lì può essere ordinata la fiducia che appare non come uno stato dell'io ma come un'opera premoica, lo stato di fidanzato³⁸", (opt.cit., 113).

Dalla fiducia primaria alla demistificazione: la positività incondizionata rivisitata

La fiducia implica l'istituzione di valore, *affidabilità* e *fede*, in se stessi e negli altri. La sfiducia è associata all'introduzione di un problema, una differenza stigmatizzata, un giudizio di valore negativo sui giudizi degli altri. "Il principio di fiducia interviene con la questione dell'estraneità, perché sfida le figure del discorso della differenza nella comunità civile" (opt.cit., 254) (cfr. l'inquietante estraneità di Freud, la collusione dell'identico e del diverso...).

C'è quindi un pericolo nella terapia rogeriana di confondere la positività incondizionata verso il consulente con il sentimento di onnipotenza materna che il terapeuta può sperimentare e l'aspetto fusionale che può accompagnarlo. Questo perché la fiducia può essere definita come "fare affidamento con fiducia sull'*integrità* di un'altra persona" (Webster). L'integrità (sia psicologica che morale) implica "integrità", assenza di difetti, armonia, ecc. L'autostima del bambino implicherebbe quindi la percezione illusoria di una madre onnipotente attraverso la sua stessa integrità. Ma la persona, durante la sua vita, sperimenterà fallimenti di fiducia, dubbi sulla condotta degli altri. È quindi necessario distinguere tra la fiducia come questione pragmatica (fiducia vissuta giorno per giorno) e la fiducia come valore etico? Come dice Tyar (op. cit.) in modo così bello, non si tratta di cercare di riconquistare la fiducia primaria, ma di coltivare la capacità di *diffidenza*, sia nei confronti di se stessi che degli altri. "Se il lavoro

³⁶ La forma britannica "good enough mother" è tradotta come "madre abbastanza buona", il termine "enough" evoca la mancanza, mentre il termine "enough", traduzione letterale di "abbastanza", evoca l'eccesso.

³⁷ Kred = credenza primaria, il credo della fiducia (questo termine sarebbe la radice molto antica di tutte le parole legate alla credenza, *credere in latino, ecc.*)

³⁸ Il "fidanzato" equivale quindi a un'*alleanza originaria* (questo significato si trova in "fidanzamento" e come suffisso in fiducia, diffidenza, ecc.)

di demistificazione rende il soggetto ottimista, non è per una diagnosi della realtà esterna ma per la *posizione soggettiva che l'essere è disposto a prendere*" (op.cit. 253). Qui ritroviamo, ma dopo una deviazione, il fatto che la positività incondizionata verso gli altri non è una fusione emozionale infantile, ma, al contrario, una decisione eticamente fondata al servizio di una pratica di incontro.

La fiducia come contratto socio-morale: il difficile ritorno alla "fides".

L'origine comune delle parole latine *fides* (fede) e *foedus* (patto, accordo, alleanza)³⁹ suggerisce l'idea di fiducia. "La fede è un impegno duraturo di fiducia in forme variabili come: parola data, promessa, professione di sé, giuramento, contratto, trattato, alleanza, convenzioni varie. Questo richiede "fidarsi" e "ispirare fiducia". Il carattere giuridico e religioso del latino "*fides*" si basa sul fatto che la fiducia non è naturale; che l'assenso deve essere gestito, non "giurato". La lealtà pone naturalmente notevoli problemi sociologici e giuridici. È spesso uno dei fondamenti della coerenza di un gruppo e della possibile cooperazione tra i suoi membri. Quando una persona è in difficoltà, si può dire che la sua fiducia nel funzionamento sociale è piuttosto "raffreddata", così come la sensazione di essere amato e riconosciuto da chi gli sta vicino. Il ritiro sociale e la difficoltà ad accettare l'aiuto degli altri sono quindi associati a problemi di personalizzazione. Per facilitare l'integrazione sociale, il soggetto deve riacquistare un minimo di fiducia nel funzionamento sociale, anche se le istituzioni, attraverso la burocrazia o la negazione delle persone, non sono pronte a cambiare le modalità di accoglienza per renderle più umane.

³⁹ Secondo Dumezil (1958), vengono dalla stessa radice indoeuropea, *beidh-*, che ha dato anche il greco *pistis*.

Capitolo 6

Non direttività, permissività o interazione democratica?

Laissez-faire o permissivismo?

Si pone ora la questione se la pratica della non-direttività implica il laissez-faire nella concezione rogeriana centrata sulla persona? In effetti, il confronto tra permissivismo e laissez-faire è necessario.

La pratica della non-direzionalità suggerisce effettivamente questa implicazione, poiché sembra essere legata al laissez-faire dall'atteggiamento di ascolto e di silenzio del terapeuta nei confronti del suo cliente. La confusione tra questo metodo e il laissez-faire è mantenuta da coloro che criticano la concezione rogeriana, poiché può essere intesa come una strategia o uno stile educativo. Per mostrare che c'è davvero una distinzione tra laissez-faire e permissivismo, prendiamo l'esempio delle strategie educative dei genitori. Rogers ha criticato la strategia educativa autoritaria in favore di una strategia permissiva che suggerisce la tolleranza dei genitori, la libertà e l'iniziativa del bambino.

La permissività è spesso riferita in termini di un atteggiamento tollerante dei genitori nei confronti del bambino. Si basa sull'idea di incoraggiare una grande libertà nell'attività dell'altro e la scelta dei valori per lo sviluppo del bambino. Freud ha sottolineato l'importanza di rispondere ai bisogni istintivi del bambino, il che ha aperto la strada a un'educazione meno direttiva e meno autoritaria. Dreikurs, un discepolo di Adler, sosteneva un'educazione aperta che combinava libertà e responsabilità nel sistema di apprendimento. Ha evocato l'idea di stimolazione, di incoraggiare il bambino a fare scelte volontarie. Tuttavia, ha insistito sulla necessità di evitare il lassismo e di definire le restrizioni per dare alla struttura sociale un senso di sicurezza e funzionalità. In effetti, si tratta di far reprimere al bambino le libertà di cui egli stesso è incline a fare uso per impegnare naturalmente la sua responsabilità nell'ordine sociale.

Albert Pessio, invece, ha studiato l'impatto emotivo sul bambino del comportamento permissivo e restrittivo e ha proposto che i genitori intervengano quando il bambino si comporta in modo distruttivo per lui e per gli altri. Da parte sua, Ginott sottolinea l'importanza della restrizione come garanzia di evitare rischi insicuri sottolineando il messaggio implicito che contiene: evitare la paura degli impulsi.

D'altra parte, l'iper-permissività (laissez-faire) è generalmente disapprovata.

Per chiarire le cose, gli studi (Lewin, 1939; Schaefer, 1959; Malrieu et al, 1969; Baumrind (1971); Vandenplas-Holper, 1979; Lautrey, 1980; Maccoby e Martin, 1983) affrontando la nozione di strategie educative dei genitori hanno permesso di definire delle tipologie che si basano il più delle volte sull'articolazione binaria

tra sicurezza emotiva (S+ = sicurezza/ S- = insicurezza) e autorità (C+ = controllo/ C- = lassismo), portando all'esistenza di quattro strategie.

Anche Baumrind (1971) ha stabilito una tipologia incrociando il controllo e il sostegno dei genitori. Contrasta gli stili educativi: stimolante o "autoritario" (alto controllo e sostegno), permissivo (il permissivo è più o meno confuso con il laissez-faire, controllo lasco e alto sostegno) e autoritario (alto controllo e basso sostegno). La permissività qui sarebbe un basso controllo. Autoritario sarebbe un forte controllo. Qui si riferisce al *permissivismo controllato*, cioè un atteggiamento di autorità che si riferisce a un minimo di restrizioni combinato con la necessità assoluta di rispettare certi limiti decisi dai genitori. Conclude che il controllo forte o debole condanna il bambino alla dipendenza.

Secondo la tipologia di Maccoby e Martin (1983), sembra che il *laissez faire* si confonda con il disimpegno dei genitori e non con la permissività. Secondo questi autori, lo stile permissivo mostra poco controllo (C-) e più sicurezza (S+), nel senso di una presenza implicita di calore.

Così, senza confondere il permissivismo con il laissez-faire, possiamo evocare l'idea che la nozione di non-direttività nella pedagogia di Rogers può essere sostituita da quella di "permissivismo controllato", che presuppone allora un funzionamento democratico. Questa associazione corrisponderebbe alla stimolante pratica educativa di Malrieu et al. (1969) e Baumrind (1971), poiché Rogers sottolinea l'importanza dell'ascolto fiducioso, della comprensione e dell'accettazione del soggetto nella situazione pedagogica o terapeutica, per permettergli di affrontare i suoi problemi e adottare comportamenti adeguati.

Il calore di non fusione e il controllo non vincolante definiscono la strategia democratica?

La relazione pedagogica deve essere vista come una relazione democratica che implica un processo di impegno da parte delle parti interagenti ma anche processi di *apertura e convivialità* fatti di scambi con il mondo esterno. Il riferimento alle tipologie educative familiari basate sulla sicurezza e sul potere, ci mostra che queste due caratteristiche sono necessarie per assicurare il funzionamento interno delle famiglie. Ma secondo Kellerhals e Montandon (1991), non sono sufficienti a garantire la coesione familiare. Infatti, sottolineano l'importanza delle relazioni stabilite dalle famiglie con il mondo esterno per lo sviluppo dell'individuo. In questo senso, hanno definito quattro stili di coesione del gruppo familiare basati sull'*autonomia interna (o fusione) dei membri* e sull'*apertura (o chiusura) della famiglia al mondo esterno*. Anche nella relazione terapeutica sono all'opera queste due caratteristiche: la sicurezza, come base della fiducia, e il potere, come cornice e limiti da fissare, per garantire il funzionamento interno della relazione. Ma si pone la questione dell'interattività con il mondo esterno.

Nell'orientamento rogeriano, si pone la questione della natura dell'impegno delle parti interagenti: è egualitario? Si può parlare di relazioni democratiche in questo rapporto a due?

Nella psicoterapia non direttiva di Rogers, il terapeuta aiuta semplicemente il soggetto ad esprimersi riformulando certe conclusioni o impressioni che il paziente comunica al terapeuta. Così facendo, "il soggetto ottiene libero accesso alle sue esperienze vissute, in particolare alle esperienze presenti che nascono dalla relazione terapeutica". Qui il terapeuta basa la sua strategia democratica nella relazione sulla necessità di coinvolgere la persona nella scoperta di sé e di aiutarla a diventare se stessa attraverso l'autoconsapevolezza. Questa consapevolezza deriva da esperienze passate e da una maggiore apertura all'esperienza grazie al fatto che la persona sperimenta, attraverso la relazione, una gamma più varia di emozioni, con maggiore intensità. Questo stretto contatto con le proprie emozioni può allora portare il soggetto ad avere più fiducia in se stesso, nel suo corpo, e aiutarlo ad orientare il suo comportamento e a fare delle scelte. La coesione relazionale si basa qui sulla libertà di espressione e sulla non influenza reciproca tra il soggetto e il terapeuta, come può essere il caso nella relazione educativa tra genitori e figli (Maccoby & Martin, 1983). Il terapeuta trasmette un calore non fondente, non si fonde con l'altro, ma in modo non vincolante, controlla il quadro stesso della relazione incitando, con la sua stessa presenza, il soggetto ad evocare le sue esperienze.

Apertura, convivialità, associazione e impegno

La dinamica dell'interazione interpersonale, nell'orientamento rogeriano, si basa sul principio della libertà di ogni persona e sulle relazioni egualitarie tra i due partner coinvolti nella relazione. Questa concezione può essere applicata alle relazioni diadiche o di gruppo. Tuttavia, è difficile applicarlo alle relazioni istituzionali.

Tutta l'interazione diadica, centrata sulla comunicazione e l'apertura all'altro, si basa su processi di impegno e di responsabilizzazione nella relazione, da un soggetto all'altro. Il potere è presente in qualsiasi relazione, non si esprime solo in termini di controllo ma può essere più o meno fusionale (potere affettivo).

L'*impegno*, come condotta o atto di decisione, mette in gioco l'essere stesso di colui che è coinvolto nel corso del mondo ed è un potere di sé su se stessi che non appare legato a nessuna determinazione particolare e trascende ogni limite. La condotta di impegno è un tipo di atteggiamento volto ad assumere attivamente una situazione, uno stato di cose, un'impresa o un'azione in corso. Si riferisce a uno stile di esistenza, un modo di situarsi di fronte agli eventi, di fronte agli altri, di fronte a se stessi, attraverso le azioni. La forma concreta dell'impegno permette a due esseri di situarsi in relazione l'uno con l'altro.

L'impegno intersoggettivo si rivela la forma più decisiva di impegno: nella misura in cui si riferisce a uno stato di vita. Questo tipo di impegno combina due approcci particolarmente significativi: la promessa (relativa a uno status di esistenza) e la messa in gioco della totalità di un'esistenza. L'impegno educativo e terapeutico sembra poter funzionare al massimo delle sue potenzialità solo se si mette la "sordina" alla pressione della concorrenza e delle pressioni istituzionali, per

metterla in attesa. D'altra parte, è difficile non prendere in considerazione le difficoltà che le persone sperimentano in questi gruppi e istituzioni e la sofferenza che queste difficoltà producono.

Capitolo 7

Affrontare e gestire la sofferenza: stress, coping e resilienza

La *gestione della sofferenza* si basa su un adattamento riuscito a situazioni percepite come destabilizzanti per il soggetto ma anche sul necessario riconoscimento di se stessi come persona. Tutte le sofferenze non partecipano in definitiva a una sofferenza originaria e comune: la semplice sofferenza di esistere come persona? L'essere sofferente e l'essere sofferente (o in altre parole, in attesa di qualcosa, l'anziano alle prese con la solitudine e l'isolamento, per esempio), vive male il fatto di non essere considerato dagli altri come una persona, nella sua totalità, e di essere "disadattato" di fronte alle nuove situazioni che gli si presentano.

In questo, lo sviluppo della persona si basa sulla dinamica delle relazioni interpersonali in relazione alla dinamica collettiva o istituzionale, attraverso la quale si mettono in atto strategie di personalizzazione e gestione della sofferenza.

Ansia, ansia e stress come disturbi dell'adattamento

Nelle scienze sociali e umane, l'*adattamento* significa mantenere l'equilibrio o addirittura tornare allo stato precedente qualunque siano i cambiamenti nell'ambiente. Secondo Nuttin (1967), il termine adattamento corrisponde a un adeguamento funzionale tra i due poli del processo vitale: l'organismo e l'ambiente. L'adattamento si riferisce a tutte le forme di interazione che assicurano il funzionamento di un organismo o personalità e l'ambiente. "L'individuo si adatta al suo ambiente solo nella misura in cui riesce a costruire questo ambiente secondo le proprie concezioni di esso" (op.cit., p.127). Attraverso la trasformazione delle situazioni secondo le proprie concezioni, l'individuo cerca di realizzare se stesso nel mondo. L'adattamento sarebbe quindi una "strategia messa in atto dal soggetto per realizzare "le proprie strutture nei limiti delle esigenze dell'ambiente e della plasticità dell'organismo" (op.cit., p.136). Piaget (1954), da parte sua, considera l'intelligenza come una forma di adattamento in quanto è un'estensione dei meccanismi biologici di adattamento. Risulta dall'equilibrio dinamico tra due processi: l'assimilazione e l'accomodamento, che permettono al soggetto di organizzarsi e di differenziare sempre più il suo comportamento. Quando l'afflusso di dati supera la capacità dello schema di assimilazione, lo squilibrio finisce solo quando il bisogno è soddisfatto.

In questo, il disadattamento può essere una forza motrice per lo slancio vitale. Provoca la sensazione di discrepanza tra sé e gli altri, tra la nostra percezione interiore, la nostra concezione della vita e l'immagine che gli altri ci mandano di noi stessi, l'immagine che il mondo ci rimanda della sua complessità. Questo

vuoto funziona come fonte di ispirazione, curiosità, ricerca e creazione. Ma l'individuo è ancora inadeguato in alcune aree della sua esistenza.

La vita del soggetto può essere punteggiata da eventi (malattia, lutto, fallimento...) che mettono in discussione il suo equilibrio psicologico sociale e biologico. Secondo Rivolier (1989), il soggetto stabilisce allora delle strategie di coping immediate e puntuali necessarie per mantenere o ripristinare l'equilibrio costruito. Così, la persona sofferente percepisce in un dato momento il divario tra lui e gli altri, un divario relativo al suo modo personale di funzionamento che non sembra più essere adeguato alla realtà della vita quotidiana. Dovranno superare l'angoscia e l'ansia che stanno vivendo e gestire lo stress legato alle situazioni che hanno vissuto. L'ansia, l'angoscia e lo stress sono percepiti come problemi di adattamento.

L'*ansia* si riferisce a uno stato emotivo doloroso sperimentato in una situazione traumatica o legato all'aspettativa di pericolo legato a un oggetto indeterminato (Mazet e Houzel, 1975). È un'emozione in risposta a una minaccia simbolica, esistenziale o effimera (Lazarus, 1991, citato da Sordes-Ader, 1996, p. 76). L'essere ansioso sperimenta una mancata corrispondenza tra le domande che si pone sulla propria origine e sul proprio destino nel mondo e le risposte che questo stesso mondo può dargli. Si sente isolato in se stesso di fronte alla sua difficoltà di stare al mondo. Il soggetto sarebbe allora il creatore di senso o sarebbe situato all'interno di un senso che deve sempre riprendere, senza poterlo mai afferrare nella sua totalità, pur restando attento ad esso.

L'*ansia* si riferisce anche a uno stato emotivo con un tono negativo. Comprende tre elementi fondamentali: la percezione di un pericolo imminente; un atteggiamento di attesa di fronte a questo pericolo; un sentimento di disorganizzazione legato alla consapevolezza della totale impotenza di fronte a questo pericolo (Pichot, 1987). L'*ansia*⁴⁰ è definita come una paura senza oggetto, primaria o secondaria, isolata o associata a dispositivi di fuga (fobia) o di lotta (ossessioni). L'*ansia* normale ha una funzione adattativa in quanto è una risposta emotiva di arresto e di risveglio ad una situazione incongrua. L'*ansia* patologica è causata da troppe situazioni ansiogene (fattori esterni di natura psicologica e sociale) o da troppa facilitazione della risposta (fattori interni di natura neurobiologica). Anche la tolleranza all'esperienza ansiosa deve essere presa in considerazione.

L'*ansia* differisce dall'angoscia in quanto è molto più vissuta somaticamente, con tutti i suoi disturbi organici, sintomi di costrizione e oppressione. L'*ansia* è un pensiero in più; è una tensione duratura legata a un disturbo psichico che riflette una sensazione indefinibile di insicurezza. L'aspettativa psicologica, l'apprensione

⁴⁰ L'*ansia* psichica è solitamente distinta dall'*ansia* fisica ("nodo" alla gola, palpitazioni, respirazione accelerata, minzione frequente, diarrea, pallore, deglutizione delle gambe).

di un evento felice o infelice, di una situazione difficile o pericolosa, provoca un dolore psicologico doloroso (Sordes - Ader, 1996).

Per quanto riguarda lo stato di *stress*, sembra anche riflettere un insieme di disturbi biologici e psichici, temporanei o duraturi, causati da qualsiasi tipo di aggressione su un organismo e le sue risposte.

Nella lingua inglese questo termine significa: costrizione, insistenza, forza applicata a un oggetto, tensione. "Nel linguaggio della psicologia contemporanea, questo termine si riferisce sia a situazioni di vari gradi di stress sia alle reazioni fisiologiche e psicologiche di una persona in queste situazioni" (Van Rillaer, 1992, 66).

Selye, un ricercatore canadese, osserva soggetti con una varietà di malattie: tutti presentano una risposta difensiva comune a diversi attacchi. Poi studia gli effetti di diversi aggressori. È così che definì, nel 1936, ciò che avrebbe chiamato la "Sindrome generale di adattamento". Il termine stress non è apparso fino al 1946 e si riferisce a una risposta fisiologica dell'organismo a diversi agenti esterni nocivi. Più tardi, riprese queste nozioni e definì lo stress "biologico" come un'interazione tra forze opposte e resistenza.

Dopo un ulteriore lavoro sullo stress "buono" e "cattivo", Selye, nel 1956, ha ridefinito lo stress come la risposta non specifica del corpo a qualsiasi richiesta ambientale. Le tensioni vengono dall'esterno del soggetto: sono stimoli ambientali che causano stress, gli stressor. Questi ultimi coprono "una moltitudine di fattori determinanti che possono causare disturbi, squilibri che portano alla tensione individuale, sconvolgendo l'equilibrio del corpo" (Cazals, 1995, p.39). Le fonti di stress possono essere legate all'ambiente materiale, al ritmo di vita, al contesto familiare, al lavoro professionale. Le manifestazioni di stress sono, a questo proposito, legate alle esigenze di adattamento. La risposta del soggetto agli stimoli ambientali non è immediata. Le informazioni devono essere elaborate, valutate, in relazione alle esperienze passate, alle risorse disponibili, allo stato presente e all'anticipazione del futuro. L'adattamento del soggetto si basa sull'uso di un sistema di risposte adeguate alle richieste della situazione sentita come angosciante, che poi lo porta a ridurre il suo stato di ansia o a mantenere un livello accettabile di tolleranza.

Difesa, adattamento e superamento

In tutte le situazioni, felici o infelici, il rapporto con gli altri si rivela un fattore determinante nello sviluppo personale dell'individuo e nel suo adattamento alle situazioni. Il soggetto è portato a dimostrare un adattamento di successo per superare gli ostacoli e superare la situazione sentita come stressante. Mette in atto strategie di identità e meccanismi di difesa specifici per reagire alle pressioni interne ed esterne, che sono fonti di stress. Nel tentativo di adattarsi alle pressioni interne, il soggetto mobilita *meccanismi di difesa* inconsci la cui funzione è quella di incanalare e gestire lo stress vissuto. Prendendo in considerazione i dati della realtà e mettendo in atto processi di trasformazione

(assimilazione/accomodamento), il soggetto si adatta alla situazione, riducendo o eliminando tutto ciò che causa ansia. In modo costruttivo, il soggetto tende a concentrarsi sulla soluzione del problema vissuto come stressante, al fine di superarlo. In una modalità più difensiva, utilizza processi di sublimazione, che riflettono una difesa sovra-adattata, permettendo di mettere in gioco processi socialmente accettabili.

Molti studi hanno proposto modelli per le reazioni e le strategie degli adolescenti in situazioni difficili (abuso, disabilità, malattia, ecc.): o il soggetto mette in atto strategie di risposta di fronte allo stress (Lazarus, 1966; Lazarus e Folkman, 1980) o adotta comportamenti protettivi e resilienti (Rutter e Garmesy, 1983; Garmesy, 1996) attraverso l'attuazione di meccanismi psicologici di difesa. Si sviluppa così un processo di reazione ai rischi attraverso la protezione.

Coping e resilienza

La teoria del coping si basa (Lazarus, 1966) sull'ipotesi di una transazione che avviene tra il soggetto e l'ambiente nel contesto di una situazione che comporta eventi generatori di stress nel soggetto. Il soggetto dovrà reagire sia ai fattori di stress che a gestire il proprio stress.

Il coping è un fattore di stabilizzazione che permette al soggetto di mantenere l'adattamento psicosociale durante i periodi di stress. Il soggetto modifica costantemente il suo ambiente per trovare condizioni compatibili con i suoi desideri e le sue possibilità. Il successo dell'adattamento alla situazione dipende, in parte, dalla capacità degli individui di abbandonare le loro abituali strategie di coping che sono diventate inefficaci o irrilevanti e dalla loro capacità di sviluppare nuove strategie di coping (Mages e Mendelsohn, 1979).

La risposta "coping" dipenderà anche dall'esperienza passata del soggetto, dall'apprendimento, dalle abilità, dalla memorizzazione di fallimenti e successi, dall'autovalutazione e dalla risposta alla domanda (Rivolier, 1989, 93). La competenza implica che il soggetto sia in grado di adattarsi, acquisendo la capacità e la flessibilità per sviluppare nuove strategie che richiedono creatività e velocità nella realizzazione di attività mentali e comportamenti motori e sociali.

In effetti, secondo Lazarus, "il faire-face può essere visto come una forma di problem-solving in cui ciò che è in gioco è il benessere della persona ... e si riferisce specificamente alla relazione con la situazione di domanda che è vissuta come un produttore di stress" (in Rivolier, 1989, 93). "La valutazione soggettiva della situazione (il significato che il soggetto dà alla situazione) determinerà perché e in che misura la relazione che la persona ha stabilito con l'ambiente è diventata stressante" (Esparbès-Pistre, Sordes-Ader e Tap, 1996, p. 265). Questi autori hanno evidenziato le seguenti strategie adattive: controllo, supporto sociale, ritiro, rifiuto. Il coping non è solo un processo adattivo ma anche una strategia di personalizzazione.

La teoria della *resilienza* (Rutter & Garmesy, 1983) è stata sviluppata per capire come il soggetto riesce a resistere in situazioni considerate molto brutali, difficili

e/o conflittuali: conflitti familiari (Shaw & Vondra, 1993; Legrand-Sébille, 1997), guerra (Baddoura, 1998), abbandono (Fonagy & al. 1991), la vita nei campi di concentramento (Moskovitz, 1983), situazioni di avversità croniche a lungo termine (malattia, disabilità, ecc.). Questa teoria è "basata su un aspetto psicobiologico dell'individuo, sulla sua robustezza, la sua capacità di resistere "in qualsiasi circostanza", la sua *resistenza* che implica una capacità di impegno, di sfida e di controllo (Kobasa et al., 1982) in situazioni rischiose, ma anche una "competenza" a sopportare la sofferenza, sotto lo sguardo degli altri o meno" (Tap e Vinay, 1999). Il comportamento di resilienza è stato definito come "comportamento adattivo positivo" (Garmesy, 1996). Il soggetto utilizza al meglio le modalità di protezione già sperimentate fin dall'infanzia per difendersi dai rischi e continuare a funzionare nonostante i fattori di stress. La resilienza si sviluppa e viene appresa a tutte le età (Rutter & Madge, 1976).

La resilienza implica molteplici meccanismi di coping, in parte legati alla "resilienza" di una società e in parte alla "resilienza" della sua gente.

In contrasto con il coping, che è associato a eventi specifici (preoccupazioni quotidiane o eventi importanti), il coping non è associato al "background genetico" di un bambino (Rutter, 1998) e si riferisce a situazioni durature e ripetitive. Quando una situazione presenta dei rischi, i meccanismi di resilienza si attivano prendendo l'iniziativa, permettendo all'individuo di sentire un senso di efficienza e di controllo sulla propria vita di fronte allo svolgersi degli eventi. Tuttavia, l'iniziativa si riferisce all'assunzione di rischi, che è considerata positiva se l'obiettivo è il successo. Questa modalità di funzionamento può essere devastante, soprattutto durante l'adolescenza, quando il soggetto non sempre misura la piena ampiezza e le conseguenze delle sue azioni.

Per interagire con l'ambiente, il soggetto utilizza le mediazioni necessarie di cui dispone: cioè la sua capacità di sopportare, di resistere, di essere resiliente, di fare lo sforzo essenziale e di sperimentare la sofferenza. Nella resilienza, l'individuo sviluppa meccanismi protettivi che riducono l'impatto del rischio influenzando il rischio stesso o modificando il fatto di essere esposto o di essere esposto al rischio. La protezione sta nel modo in cui si affronta il cambiamento (Rutter, 1990).

Così, il coping permette di lavorare sullo stress e sui fattori di stress immediati e di realizzare una gestione sia emotiva che funzionale, ma non molto sostenibile, nella situazione attuale. La resilienza, invece, influenza il modo in cui si reagisce a uno stress molto elevato, costante e duraturo. Permette al soggetto di lavorare sui propri limiti di fronte a situazioni di stress.

Capitolo 8

Personalizzazione, socializzazione e temporalità

Da personalità a persona

In psicologia, la personalità è evocata in termini di sistemi organizzati e strutturati composti da elementi stabili e individualizzati.

Così, nonostante la diversità delle situazioni, gli individui possederebbero dei tratti specifici che richiederebbero una certa coerenza tra di loro, per assicurare la stabilità della condotta.

La personalità può essere evocata de facto come un sistema istituito che avrebbe le sue regole, i suoi regolamenti, implicando la nozione di routine, "habitus". Corrisponderebbe a modi di essere e di comportarsi. È "una funzione di coordinamento e gerarchizzazione del comportamento secondo le esigenze dell'azione e delle relazioni interpersonali e sociali" (Tap, 1979, p.10).

Tuttavia, non è innato e si costruisce durante l'esistenza di un individuo dalle sue relazioni con gli altri (Nuttin, 1965) e dalle pressioni esterne e interne al soggetto che possono in qualsiasi momento mettere in discussione il suo modo di fare.

Così, è in queste situazioni più o meno difficili, soprattutto durante il periodo dell'adolescenza che è una fase privilegiata di sconvolgimento, che il soggetto dovrà sorprendere se stesso o gli altri prendendo decisioni che non sono abituali per lui.

Il passaggio da questa struttura alienata a una struttura di personalità più autonoma è il risultato del processo di personalizzazione (Tap, 1988).

Secondo Malrieu, la personalizzazione comporta la creazione di opere. Questo permette all'uomo sia di difendersi che di superare le condizioni che lo alienano (1978, 1979). "È nell'atto di difendersi per non perdersi che si raggiunge quello che può sembrare il vertice della realizzazione umana" (Malrieu, 2003, 14).

La personalizzazione implica quindi la messa in discussione degli stili stabiliti e il riaccendersi di una tensione di auto-realizzazione attraverso l'articolazione cooperativa di ricerche strategiche. Per svilupparsi, adattarsi, aggiustare, orientarsi, difendersi, tenendo conto dei propri ancoraggi identitari, delle proprie radici, il soggetto mette in atto un insieme di strategie, ognuna delle quali emerge e si sviluppa in stretta relazione con le altre.

Facendo riferimento al lavoro di Tap (1988) e di Esparbès, Sordes-Ader e Tap (1996), le strategie individuali o collettive più illustrative di questo processo di personalizzazione sono quattro:

- *Le strategie identitarie hanno* la funzione di mantenere una continuità del sé nel tempo, e cercano di rafforzare l'autostima e il benessere del soggetto attraverso la legittimazione delle sue azioni e l'ancoraggio del soggetto in un tempo personale, familiare o culturale. Secondo il processo di **identificazione** sotteso a queste strategie, il soggetto costruirà la sua identità, integrando il cambiamento nella continuità.

L'identità è "il processo attraverso il quale il soggetto (o il gruppo) tende a gestire il paradosso tra la continuità del suo essere (identità) e l'osservazione o il bisogno di autotrasformazione, secondo il significato dato alle situazioni, ai comportamenti sociali, ai progetti e ai processi adattivi (gestione dello stress)" (Tap, 1999). Permette al soggetto di "rassicurarsi" costantemente, di far sembrare o diventare invariante un'immagine di sé mutevole, una posizione sociale instabile, progetti variabili e reazioni adattive. "L'identità implica la messa in atto di strategie identitarie grazie alle quali la persona si costruisce in azione (in un rapporto di soddisfazione/insoddisfazione, un sentimento di valore personale che articola l'essere e il divenire) attraverso difese e richiami multipli" (op.cit.).

- *Le strategie di integrazione sociale, il posizionamento e gli impegni sociali* si basano su molteplici pratiche e bisogni sociali. Questi includono gli stili di attaccamento, le modalità di appropriazione dello status sociale, i ruoli e i caratteri, cioè la socializzazione legata all'iniziazione, all'inserimento e all'integrazione. Queste strategie sono guidate dalle modalità di influenza dei fattori culturali e sociali, dall'identificazione con ruoli e modelli sociali, dall'adozione di atteggiamenti conformi alle aspettative delle persone privilegiate e significative per il soggetto. Essi mirano a sviluppare il sé attraverso l'interazione tra l'organismo e gli stimoli-eventi (principalmente persone).

- *L'anticipazione, la previsione e le strategie di progetto* implicano la definizione di un obiettivo da raggiungere, in funzione degli ostacoli e delle risorse interne o esterne. L'approccio progettuale si svolge in ambienti complessi, in risposta a una situazione problematica, a un conflitto da superare e alla necessità di prendere una decisione. Il progetto intende gestire l'indeterminatezza di questa situazione. Emerge da un'analisi fine della situazione, che mira a raccogliere informazioni e a identificare le opportunità e i vincoli esistenti (Oubrayrie 1992). Le strategie di progetto devono essere intese come una risposta a una situazione specifica fatta di vincoli, opportunità e disponibilità. "La strategia (del progetto) mira a trasformare la situazione iniziale nella direzione degli obiettivi desiderati. Per farlo, deve prendere in considerazione gli ostacoli percepiti, il costo di aggirare o superare questi ostacoli" (Boutinet 1990, p.232).

"Tutte le strategie di progetto implicano una rappresentazione della situazione vissuta e il desiderio di riorganizzarla, di trasformarsi, di preparare il futuro. Di fronte a situazioni conflittuali, critiche, dove il soggetto non può più proiettarsi

nel futuro, anticipare, prevedere, inventare, il progetto avrà la funzione di riaggiustare, riarmonizzare, ripristinare le capacità, attraverso strategie di superamento del problema. Il soggetto è portato a controllare la situazione e a controllare se stesso per affrontarla" (Esparbès-Pistre, Sordes-Ader e Tap, 1996, p.261).

- Le *strategie di coping (far fronte)* allo stress implicano la capacità di reagire alle difficoltà immediate o future, di adattarsi a situazioni difficili o nuove. Perché lo stress si verifichi, la richiesta deve essere percepita come una minaccia e il soggetto deve sentire di non avere i mezzi per affrontarla.

Per superare il conflitto legato alla situazione percepita come stressante dal soggetto, egli si impegna in strategie di coping per adattarsi alla nuova situazione o per difendersi da qualsiasi presa o sottomissione. Queste *strategie di coping per affrontare* situazioni difficili includono la gestione dello stress (attraverso l'implementazione di strategie di coping) e la gestione del rischio attraverso l'esistenza di processi "resistenti all'eccitazione" (resistenza e difesa) o metodi di protezione contro le loro conseguenze negative (resilienza) (Tap e Vinay, 1999). Ciò che rende possibile l'articolazione di queste diverse strategie "è il significato che il soggetto dà alla situazione, al contesto in cui si trova, al rapporto tra la sua storia e le sue aspirazioni. Questo significato non può essere ridotto a elementi di comprensione e di senso. Include il modo in cui il soggetto applica la sua gerarchia di valori alle necessità dell'azione, ma anche il modo in cui alla fine trasforma questa gerarchia, a seconda degli effetti dell'adattamento sul proprio sviluppo" (Tap, 1999).

Così, la persona non è una "struttura condizionata sottomessa, passiva e immobile". La sua caratteristica essenziale è l'impegno, è atto, realizzazione e si vive in un orizzonte temporale. La persona è inseparabile da un presente, è un soggetto attore che fa scelte, ha iniziative, ma è anche un passato, una storia, strategie di radicamento e continuità dell'identità, è anche organizzazione di nuove temporalità, organizzazione e realizzazione di possibilità. La persona deve essere intesa come un tentativo di unificare essere e agire, potere e significato" (Tap, 1991, p. 54).

Lo studio dello sviluppo della persona implica dunque considerare la persona nella totalità del suo essere, nella sua interezza. La concezione rogeriana evoca il fatto di concentrarsi sulla persona e di considerare questo sviluppo come pienamente funzionale e autorealizzato. Attraverso l'attuazione di nuove strategie di personalizzazione nel corso del suo sviluppo, il soggetto "aggiorna" la struttura della sua personalità, secondo le situazioni e le sfide che sperimenta, ma allo stesso tempo assicura la realizzazione della sua persona.

Dinamiche personali e gestione del tempo

Le dinamiche personali e la gestione del tempo si basano sulla costruzione dell'identità insieme allo sviluppo del progetto. La costruzione dell'identità personale come sottostruttura della personalità è fondamentale per lo sviluppo

della persona. Permette di dare un senso al soggetto, al suo percorso di vita. Può essere definito come *un sistema di rappresentazioni e sentimenti di e su se stessi* (Tap, 1991).

Nella ricerca di un'identità personale, il soggetto è alla ricerca di senso e significato. Cerca di situarsi in relazione ai sistemi di significato esistenti fuori di lui (cultura, ideologia, morale, credenze). È anche alla ricerca di potere e influenza controllando la situazione e ciò che gli accade. La sua ricerca di autonomia si fa attraverso gli sforzi per darsi le proprie norme, i propri limiti interni o esterni, evitando un'eccessiva dipendenza dagli altri e dalle istituzioni. Infine, cerca una gerarchia di valori che gli permetta di stabilire una legittimità nella sua relazione con coloro che difendono o promuovono valori simili. Le sue varie ricerche d'identità si inseriscono in un rapporto con il tempo e sollevano quindi l'importanza della relazione con il passato, il presente e il futuro, soprattutto durante l'adolescenza. In questo modo, si sviluppa un'autocoscienza nel tempo, un'iscrizione del sé nella temporalità che è sempre gestita nel presente.

L'identità del soggetto assume significato in relazione alle esperienze e alle ancore del passato, si attualizza nel presente attraverso l'autoaffermazione e la valorizzazione sociale degli atti e, infine, si costruisce (o si rinnova) attraverso progetti nel futuro, riflettendo uno sforzo di anticipazione da parte del soggetto e un desiderio di far rivivere l'identità secondo motivazioni profonde. È quindi il *qui e ora che ha* senso in relazione al passato e al futuro. Allo stesso modo, è in gioco l'integrazione sociale e psicologica del soggetto, attraverso l'ancoraggio nel passato e i progetti nel futuro.

Più specificamente, il progetto comporta una tensione di auto-realizzazione da parte del soggetto. Attraverso la subordinazione dei mezzi ai fini, cui mira il soggetto nella realizzazione dei suoi progetti, quest'ultimo deve compiere sforzi che si accompagnano al piacere e/o alla sofferenza nella loro realizzazione. I progetti, sia individuali che collettivi, si evolvono in relazione ai dati e alle esigenze sociali. Secondo Malrieu (1973), si sviluppano attraverso i conflitti che possono essere identificati nelle relazioni interpersonali. Il superamento di questi conflitti passa così attraverso una fase di oggettivazione delle relazioni interpersonali e la determinazione di obiettivi e comportamenti critici rispetto alle situazioni, alle identificazioni personali e sociali e ai modelli di valore precedenti. In questo senso, il progetto è al centro dello sviluppo personale e dell'adattamento. I progetti multipli sono impostati durante la vita, in particolare durante l'adolescenza. Il progetto professionale, tra gli altri, ha la particolarità di favorire l'integrazione sociale necessaria per stabilire l'identità personale dell'adolescente (Rodriguez-Tomé & Bariaud, 1987; Dubet, 1973; Boutinet, 1990; Guichard & Huteau, 1997). Lo sviluppo di un progetto di vita permette al soggetto di situarsi nel tempo e nella società. Il progetto sentimentale e familiare risponde a un ideale di sé nel futuro attraverso la ricerca dell'anima gemella e la costituzione di una famiglia (Rodriguez-Tomé & Bariaud, 1987). La storia e le esperienze emotive del soggetto sono poi tutti fattori che entrano in gioco nello sviluppo del progetto.

Il progetto, come processo di personalizzazione, è uno sforzo per liberarsi attraverso l'azione e l'interazione. È anche una fonte di socializzazione del soggetto, in quanto richiede il riferimento a modelli sociali e l'identificazione con questi modelli. Il progetto facilita l'auto-realizzazione attraverso l'affiliazione al gruppo, la creazione produttiva e la partecipazione ad attività collettive (Tap e Oubrayrie, 1993).

Il progetto può diventare un vero e proprio processo di adattamento in certe situazioni. Per esempio, di fronte alla malattia, alcuni adolescenti usano questa strategia come mezzo per affrontare la situazione presente (Seiffge-Krenke, 1993). In generale, in assenza di un autoprogetto, il soggetto soffre. Possono allora ritirarsi nel passato (nostalgia, lutto impossibile) piuttosto che guardare al futuro; sarà difficile per loro far fronte alle necessità di integrazione sociale e di adattamento alle difficoltà della vita quotidiana.

Così, attraverso la realizzazione di progetti (familiari, sociali, professionali...), la persona può adattarsi a nuove situazioni ma anche integrarsi socialmente.

La persona e la sua integrazione sociale

Nel corso del suo sviluppo, il soggetto fa molteplici progressi che coinvolgono i processi di personalizzazione e socializzazione. Se il soggetto si trova di fronte alla necessità di assumere un ruolo e di stabilire una posizione sociale, cerca anche di realizzarsi come persona. Il processo di socializzazione è messo in gioco sotto la pressione di gruppi e istituzioni il cui scopo è la loro sopravvivenza o la loro stessa promozione, a volte a scapito dell'autorealizzazione della persona. Lo sviluppo della persona implica quindi il processo di socializzazione che si realizza attraverso una doppia integrazione: integrazione sociale e integrazione psichica.

L'*integrazione sociale* si riferisce alla messa in gioco di tre processi che permettono al soggetto di entrare nelle relazioni e nelle reti sociali: *iniziazione* (apprendimento dei codici del sistema), *inserimento* (registrazione posizionale nello stesso sistema), e *integrazione stessa* (l'articolazione cooperativa delle differenze e delle somiglianze con gli altri membri del sistema).

L'*integrazione psicologica dei dati sociali* consiste nel "portare in sé le caratteristiche e le esigenze sociali e culturali". Sono coinvolti anche tre processi: l'identificazione, si riferisce alla capacità di identificare gli attori sociali e di identificarsi con loro, poi viene l'interiorizzazione e l'appropriazione delle loro caratteristiche.

In questo doppio gioco di integrazione, la persona deve adottare posizioni sociali specifiche ai diversi ruoli che assume (ruolo professionale, ruolo genitoriale, ecc..... In questo modo, la personalità stessa del soggetto sarà espressa attraverso una pluralità di ruoli diversi e complementari. Le posizioni assunte dal soggetto saranno espresse attraverso gli atteggiamenti verso gli altri e le situazioni che il soggetto percepisce. In riferimento a Maisonneuve (1973), il personaggio costituirebbe un compromesso tra la spontaneità del soggetto (impulsi e aspirazioni) e le esigenze sociali; ha una funzione di garantire e valorizzare

Quattro personaggi sono così distinti: il personaggio come ruolo stereotipato (il *dovere di essere*), in accordo con le aspettative del modello, il personaggio come maschera (l'*apparenza*), che si riferisce ad un compromesso più o meno lucido, con intenzioni opportunistiche e manipolative, il personaggio come *rifugio* (o come alibi), associato ad una presa di ruolo protettiva o addirittura magica, e infine il personaggio come ideale personale (la *volontà di essere*), che si riferisce all'espressione del sé più profondo.

Attraverso questi diversi ruoli, la persona tende ad adattarsi alla situazione. Le strategie che i soggetti utilizzano "consistono nel trovare una soluzione reale (più o meno rilevante) al conflitto riconosciuto modificando la relazione dei ruoli giocati" (Maisonneuve, 1973, 105).

L'articolazione di questi diversi ruoli e la risoluzione dei conflitti rimangono una questione psicologica importante per assicurare lo sviluppo dell'individuo e per adattarsi con successo a una società in costante cambiamento.

Conclusione lungimirante (Pierre Tap)

Parte di questo lavoro era stato pubblicato da noi due nella rivista portoghese "*Pessoa como Centro. Revista de estudos rogerianos*" con il titolo "*Personalisação e dinamica relazionale*" (Lisboa 1999-4, pp. 41-84). Ma da allora abbiamo rivisto e completato il nostro concetto e abbiamo avuto l'opportunità di applicare le strategie di personalizzazione alle diverse fasi della vita: da quella che si chiama la "crisi dei due-tre anni", che inizia prima, intorno ai 18 mesi! (Tap, 2017) alla pensione e alla fine della vita (Tap, 2011, 2013, 2018), attraverso la crisi dell'adolescenza e le diverse fasi della vita adulta, come proposto da Erik Erikson (1972, 1974).

Per esempio, nel libro "Questions d'éducation familiale" abbiamo proposto insieme la teoria delle "dinamiche transazionali" nelle relazioni di potere tra adolescenti e genitori in relazione all'"analisi critica dell'*empowerment*" (Tap e Oubrayrie Roussel, 2004, pp. 27-52). Partiamo dal presupposto che l'acquisizione del potere da parte dell'adolescente si costruisce progressivamente attraverso l'attuazione, durante l'interazione genitore-adolescente, di procedure e processi educativi e psicologici che contribuiscono allo sviluppo delle competenze del soggetto. Il modello delle strategie di personalizzazione (identità, posizionamento sociale, gestione dello stress o coping, e progetto) può essere messo in relazione con le nozioni di negoziazione, empowerment e responsabilizzazione utilizzate in altre scienze. "Le strategie di progetto, in particolare, permettono di liberarsi da una situazione problematica, di trovare una breccia, un'apertura, una falla, di dare un senso a un itinerario, di gestire i conflitti attraverso l'anticipazione o la speranza di un cambiamento (reale o immaginario). Di fronte a un progetto contrastato, il soggetto può utilizzare molteplici strategie (Safont, Leonardis & Oubrayrie, 1994, Tap e Oubrayrie, 1993): può essere "autonomo" o "eteronomo" o "reazionario", o contro-dipendente..." (Tap e Oubrayrie-Roussel, 2004, p.33).

Ho anche proposto di differenziare tra lo sviluppo della persona (personalizzazione) e l'*identizzazione*.

L'identizzazione è il processo di costruzione, sviluppo, evoluzione delle rappresentazioni legate alle identità (identità individuale e identità collettiva) come genere e sesso, età, professioni, culture, ecc.). L'identità, etimologicamente parlando, si concentra soprattutto sullo "stesso", la permanenza, la stabilità o l'equilibrio delle rappresentazioni (del sé, di noi). *L'identità, invece, introduce l'ipotesi di una dinamica paradossale tra due o più processi che possono armonizzarsi o entrare in conflitto (crisi d'identità)*. Implica quindi sia lo sforzo costante di differenziazione, affermazione e valorizzazione nei comportamenti e nelle pratiche, in relazione agli altri (autopromozione), sia la costruzione di un'interiorità, una soggettivazione, una

tendenza a dare senso e valore a se stessi, alla propria vita, alle proprie credenze, impegni e progetti (autoidentificazione). È quindi particolarmente importante non confondere le identificazioni con le identificazioni, ma cercare di capire come si oppongono, si armonizzano o coesistono in parallelo".

Nell'editoriale del 2019 del mio sito ufficiale (www.pierretap.com)⁴¹ ho detto: "Ho proposto di chiamare 'identificazione' il to-and-fro tra l'identità e il progetto di cambiamento (individuale o collettivo). Nel mio ultimo capitolo pubblicato "Sofferenza, trauma, coping e resilienza nella vita" (2018) evoco il mito dell'isola Vanuatu "*l'albero e la piroga*" analizzato da Joël Demaison nella sua tesi (1985): Ogni uomo è combattuto tra due bisogni contraddittori e tuttavia importanti: il bisogno della piroga, cioè il movimento, il viaggio, il *ritiro da se stessi, dalla propria comunità*, e - il bisogno dell'albero, cioè il radicamento nella propria identità, *l'attaccamento alla propria comunità*. Gli uomini vagano costantemente tra queste due necessità, a volte cedendo all'una, a volte all'altra, *fino al giorno in cui capiscono che è con l'albero che si fa la piroga* (vorrei aggiungere qui, però, che la piroga può anche fare un movimento per salvare l'albero dalla scomparsa!)

Questa metafora si applica bene anche al concetto che ho proposto di chiamare "identificazione", la costruzione armoniosa o conflittuale dell'attaccamento primario e del progetto del sé (articolato a progetti collettivi). Spero naturalmente che altri riprendano questo concetto... con la metafora.

Passiamo il "testimone" a loro!

⁴¹ Il mio sito www.pierretap.com è stato bloccato (12 gennaio 2021) da Adobe per motivi tecnici (l'uso di Adobe Flash Player è diventato obsoleto). Michel Tap, mio figlio maggiore e webmaster del sito, troverà spero una soluzione a questo blocco!

Bibliografia :

- Baddoura, C.F. (1998). Traverser la guerre. In B. Cyrulnik (Ed.). *Ces enfants qui tiennent le coup*. Revigny sur Ornain : Hommes et Perspectives, 73-89.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Development psychology monographs*, 1 (part 2), 1-103.
- Bettelheim, B. (1976) *Surviving and others essays*. New-York, Knopf (tr. Fr. 1979, *Survivre*, Paris : Laffont
- Bergson, H. (1896). *Essai sur les données immédiates de la conscience*. Paris: P.U.F. éd.1961.
- Boutinet, J.P. (1990). *Anthropologie du projet*. Paris: P.U.F.
- Brehm S.S. (1984) Les relations intimes in Moscovici S. (ed) *La Psychologie sociale*, Paris : P.U.F.
- Cazals, M-P., (1995). *Transformations des activités individuelles et évolutions de la vulnérabilité psychologique de jeunes en situation précaires : approche transversale et longitudinale*. Thèse de doctorat Nouveau Régime, Université Toulouse II.
- Chertok, L. (1995). Hypnose. In *Encyclopaedia Universalis*, n°4, 483 c.
- Corraze, J. (1995) Personnalité. In *Encyclopaedia Universalis*, n°17, 920c
- Crozier, M. & Friedberg E. (1977) *L'acteur et le système*. Paris : Seuil.
- Demaison, J. *Les fondements d'une identité. Territoire, histoire et société dans l'Archipel de Vanuatu (Mélanésie) Essai de géographie culturelle ; Tome 1 (1986) L'arbre et la pirogue. p. 518.*
- De Vos, G.A. (1980) L'identité ethnique et le statut de minorité in P. Tap (éd.) *Identités collectives et changements sociaux*, (27-38), Toulouse: Privat
- Dubet, F. (1973). Pour une définition des modes d'adaptation sociale des jeunes à travers la notion de projet. *Revue Française de Sociologie*. XIV, 221-241.
- Démocrite, d'A. *Doctrines et réflexions morales*, Paris : Solovine, 1928
- De Singly, F. (1996) La fabrique familiale de soi in *Sciences Humaines*, n° spécial *Identité, Identités : l'individu, le groupe, la société*, 15, 18-21.
- Dumezil, G. (1958). *L'Idéologie tri-partite des Indo-Européens*. Paris : N.R.F.
- Erikson, E. (1972) *Adolescence et crise, La quête de l'identité*. Paris : Flammarion
- Erikson, E. (1974) *Enfance et Société* (5° éd) Neuchâtel, Delachaux et Niestlé.
- Esparbès-Pistre, S., Sordes-Ader, F. & Tap, P. (1996). Stratégies de personnalisation et appropriation de compétences à l'adolescence : différences entre garçons et filles. In O. Lescarret & M. De Léonardis (Eds), *Séparation des sexes et compétences*. Paris : L'Harmattan. 247-277.
- Festinger, L. (1957) *A theory of cognition dissonance*, Evanston : Row Peterson.
- Fonagy, P., Steele, H. & Steele, M. (1991). Maternal representations of attachment during pregnancy predict the organization of infant-mother attachment at one year of age. *Child Development*, n°62, pp.891-905.

- Garmezy, N. (1996). Reflections and commentary on risk, resilience, and development. In R.J. Haggerty, L.R. Sherrod, N. Garmezy & M. Rutter *Stress, risk and resilience in children and adolescents, Processes, Mechanisms and interventions*. Cambridge : Cambridge University Press.
- Guichard, J. & Huteau, M. (1997). L'école et les intentions professionnelles des adolescents. In H. Rodriguez-Tomé, S. Jackson & F. Bariaud (Eds), *Regards actuels sur l'adolescence*. Paris : P.U.F., 207-234.
- Gurvitch, G. (1966). *Etudes sur les classes sociales*. Paris : Denoël.
- Heidegger, M. (1927) *Zein und Zeit*. Tr.fr. (1986) *L'être et le temps*, Paris : Gallimard.
- Janet, P. (1929) *L'évolution psychologique de la personnalité*. Paris : Maloine.
- Jaspers, K. (1950) *Einführung in die Philosophie*. Tr. Fr. *Introduction à la philosophie*. Paris : Plon.
- Kaës, R. (1991) rubrique « groupe interne » in R. Doron & F. Parot *Dictionnaire de Psychologie*, Paris : P.U.F.
- Kellerhals, J. & Montandon, C. (1991). *Les stratégies éducatives des familles*. Paris, Neuchâtel : Delachaux et Niestlé.
- Kierkegaard, S. (1970). *Œuvres complètes*, Tome IV, trad. P.-H. Tisseau et E.-M. Jacquet-Tisseau, Editions de l'Orante.
- Kobasa, S.C., Maddi, S.R. & Kahn, S. (1982). Hardiness and health : a prospective study. *Journal of personality and social psychology*, 42, 168-177.
- Lautrey, J. (1980) *Classe sociale, milieu familial, intelligence*, Paris : P.U.F.
- Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York : McGraw-Hill.
- Lazarus, R.S., Kanner, A.D. & Folkman, S. (1980). Emotions : a cognitive-phenomenological analysis. In R.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York : Oxford University Press.
- Legrand-Sébille, C. (1997). Réflexions anthropologiques sur la grande pauvreté. *Devenir*, 4, 4 : 49-68.
- Lewin, K. & al. (1939). Patterns of aggressive behavior in experimentally created «social climates ». *Journal of Social Psychology*, 271-299.
- Maccoby, E.E. & Martin, J.A. (1983). Socialization in the context of the family : Parent-Child Interaction. In Mussen, P.H. (Ed). *Handbook of Child Psychology*, 4è Edition. Hetherington, M.A. (Ed.). Socialization, Personality, and Social Development. (Pp. 1-101) New York : John Wiley Sons.
- Maisonneuve, J. (1973). *Introduction à la psychosociologie*. Paris : P.U.F., Le Psychologue.
- Maisonneuve, J. (1995) *Sociométrie*, Encyclopaedia Universalis, n°20, 230c
- Mages, N.L. & Mendelson, G.A. (1979). Effects of cancer on patients' lives : a personological approach. In G .C., Stone, F., Cohen & N.E. Adler (Eds.), *Health psychology : a handbook*. San Francisco : Jossey-Bass.

- Malrieu, P. (1967). *Les émotions et la personnalité de l'enfant*. Paris : Vrin
- Malrieu, Ph. & al. (1969). Education familiale et comportements scolaires. *Annales de l'Université de Toulouse Le Mirail, Homo VIII*, t. V, 4, 47-69.
- Malrieu, Ph. (1973). La socialisation. In H. Gratiot-Alphandéry & R. Zazzo *Traité de psychologie de l'enfant*. Tome 5. La formation de la personnalité. Paris : P.U.F.
- Malrieu, Ph. (1978) Psychologies génétiques, psychologies historiques. *Journal de psychologie normale et pathologique*, 3, 261-277.
- Malrieu, Ph. (1979) La crise de personnalisation. Ses sources et ses conséquences sociales. *Psychologie et Education*, 3(3), 1-18.
- Malrieu, Ph. (2003) *La construction du sens dans les dires autobiographiques* Toulouse, Erès
- Marcel, G. (1968) *L'être et l'avoir*, Paris : Montaigne
- Marcel, G. (1940) *Du refus à l'invocation*. Paris : Gallimard
- Maslow, A. (1954) *Motivation and Personality*. New-York : Harper & Row
- Mead, G.H. (1934). *Mind, self and society. From the stand point of a social psychology*. Chicago : The University of Chicago Press. Tr.fr. 1963, L'esprit, le soi et la société, Paris : P.U.F.
- Marty, P., De M'Uzan, M. & David, C. (1963). *L'investigation psychosomatique*. Paris : P.U.F.
- Mazet, P. et Houzel, D. (1975). *Psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent*. Paris : Maloine.
- Moreno, J.L. *Les fondements de la sociométrie*, 1954, Paris : P.U.F.
- Moskovitz, S. (1983). *Love despite hate*. New York : Schocken Books.
- Mouloud, N. (1995). Intuition. In *Encyclopédie Universalis*, n°12, 524 C.
- Mounier, E. (1936) in 1961, I, p.528
- Mounier, E. (1946a). *Traité du caractère*. In *Oeuvres*. Paris: Seuil, Tome II, Réed. (1961) p. 69.
- Mounier, E. (1947) *Introduction aux existentialismes*, Paris : Montaigne.
- Mounier, E. (1949). *Le personnalisme*. Paris : P.U.F.
- Mounier, E. (1961) *Oeuvres*. Paris : Seuil
- Nuttin, J.R. (1967). Adaptation et motivation humaine. In Bresson & al., (Eds.), *Les processus d'adaptation*, pp. 127-138, Symposium de l'A.P.S.F.L., Marseille, 1965, Paris : P.U.F.
- Oubrayrie, N. (1992). *Le contrôle dans l'évaluation et l'orientation de soi de l'enfance à l'adolescence*. Thèse de Doctorat Nouveau Régime, Université Toulouse II.
- Pedinielli, J-L. (1992). *Psychosomatique et alexithymie*. Paris : P.U.F.
- Piaget, J. (1954). Les relations entre l'intelligence et l'affectivité dans le développement de l'enfant. In B.
- Pichot, P. (1987). *L'anxiété*. Paris : Masson.

- Rimé et K. Scherer (Eds.), (1989). *Les émotions*. Neuchâtel : Delachaux et Niestlé. pp.75-96
- Rivolier, J. (1989). *L'homme stressé*. Paris : P.U.F.
- Rodriguez-Tomé, H. & Bariaud, F. (1987). *Les perspectives temporelles à l'adolescence*. Neuchâtel : Delachaux et Niestlé.
- Rogers, C. (1968). *Le développement de la personne*. Paris : Dunod.
- Rogers, C. (1984). Le développement de la personne. Entretien avec Carl Rogers. In *Journal des psychologues*, n°23, 10-12.
- Roustant, E. (1980) *Elle ne le lâche plus*. Paris : Minuit
- Rutter, M. & Madge, N. (1976). *Cycles of disadvantage*. London : Heinemann educational Books.
- Rutter, M., & Garmesy, N., (1983) Developmental psychopathology in E.M., Hetherington (Ed) P.H., Mussen (series ed.) *Handbook of child psychology. Vol. 4 : socialization, personality and social development* (New-York : Wiley, 775-911.
- Rousseau, J-J. (1762) *Emile ou de l'Education*. cf. *Œuvres complètes*, La Pleiade, Tome IV ; Paris : N.R. F.
- Rutter, M. (1990) Psychosocial resilience and predictive mechanisms. In J. Rolf, A.S. Masten, D. Cicchetti, V. Carlson & al. *Risks and protective factors in the development of psychopathology* (Pp. 79-101). New-York : Cambridge University Press.
- Rutter, M. (1998). Epidemiological approaches to developmental psychopathology. *Archives of General Psychiatry*. 45.
- Safont, C., de Leonardis, M. & Oubrayrie, N. (1994) Les stratégies de projet à l'adolescence : présentation d'une technique et son opérationnalisation. *Revue Psychologie et Education* n° 16, pp.49-62
- Sartre, J-P. (1943). *L'être et le néant*. Paris : Gallimard. coll. Tel. éd. 1976.
- Schaefer, E.S. (1959). Maternal behavior and child behavior and their correlations from infancy through adolescence. *Monographs of the Society for Research in Child Development*.
- Scheler, M. (1928). *Nature et formes de la sympathie*. Paris : Payot.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*, McGraw-Hill. Trad. de la 2° éd ; mise à jour : *Le stress de la vie*, Paris : Gallimard, 1975, 425 p.
- Sifnéos, P.E. (1973). « The prevalence of <alexithymic> characteristics psychosomatic patients », In *Psychoter. Psychosomatic*, 22, 255-262.
- Seiffge-Krenke, I. & Shulman, S. (1993). Stress, coping and relationships in adolescence. In S. Jackson & H. Rodriguez-Tomé (Eds), *Adolescence and its social worlds*. (Pp.169-196). USA : Hove (UK), LEA.
- Shaw, D.S. & Vondra, J.I. (1993) Chronic family adversity and infant attachment. *Journal of child psychology and psychiatry*, 34, 1205-1215

- Sordes-Ader, F. (1996). *Les conséquences psychologiques du cancer : Anxiété, Estime de soi, Projets et stratégies de coping des adolescents*. Thèse de Doctorat Nouveau Régime, Université Toulouse II.
- Sordes-Ader, F., Esparbès-Pistre, S. & Tap, P. (1997). Adaptation et stratégies de coping à l'adolescence : étude différentielle selon le sexe et l'âge. *Spirale, revue de recherches en éducation*, Lille, n°20, 131-154
- Tap, P. (1964) Pour une psychologie personnaliste in *Présence de Mounier* Frères du Monde n° 27, 61-64
- Tap, P. (1979). *Relations interpersonnelles et genèse de l'identité*. Annales UTM, Homo XVIII, 7-43.
- Tap, P. (1986) Personnalisation et intersubjectivité, n° spécial *Intersubjectivités, Connexions*, 47, 149-164
- Tap, P. (1988). *La société Pygmalion. Intégration sociale et réalisation de la personne*. Paris : Dunod. (tr. Port. 1996 *A Sociedade Pigmaliao. Integração Social e Realização da Pessoa*. Lisboa, Instituto Piaget).
- Tap, P. (1991). Socialisation et construction de l'identité personnelle. In H., Malewska-Peyre & P. Tap (Eds.), *La socialisation de l'enfance à l'adolescence*. Paris : P.U.F., 49-73.
- Tap, P. & Oubrayrie, N. (1993). Projets et réalisation de soi à l'adolescence. In S.N.E.S (Eds.), « *Projets d'avenir et Adolescence. Les enjeux personnels et sociaux* ». Paris : ADAPT, 15-43.
- Tap, P. (1997). A propos de la spatialisation du psychique par le regard chez Descartes.
- Tap, P. (1999). Le lien social et la personnalisation dans l'autoformation. In S. Alava (Ed.). *Autoformation et lien social*. Toulouse, EUS
- Tap, P. & Vinay, A. (2000). Dynamique des relations familiales et développement personnel à l'adolescence. in J.P. Pourtois & H. Desmet Parent Educateur pp. 87-157. Paris, PUF.
- Tap, P. & Oubrayrie-Roussel, N. (2004) Dynamique transactionnelle et relations de pouvoir entre adolescents et parents (analyse critique de l'empowerment) in E. Palacio-Quentin, J.M. Bouchard et B. Terrisse *Questions d'éducation familiale* Editions Logique Québec, pp. 27-52
- Tap, P. (2008) Dynamique institutionnelle et stratégies identitaires de l'utilisateur du social in M. Lafourcade et V. Meyer *Les usagers évaluateurs ? Leur place dans l'évaluation des « bonnes pratiques professionnelles »* Conférence au Groupe National des Etablissements et Services Publics Sociaux – GEPSO. Annecy-le-Vieux Sept 2008, pp. 23-40, Ed. Les Etudes Hospitalières ed 2008
- Tap, P. (2011) Corps, affectivité et sexualité avec l'avancée en âge » in Ph. Pitaud *Sexualité, handicap et vieillissement* pp. 75-120 Erès
- Tap, P. (2013) Violences, contrôles, attachement et lâcher-prise en fin de vie in Ph.Pitaud *Vivre vieux, mourir vivant* pp. 149-166 Erès

- Tap, P. (2017) Construction de l'identité et du lien social entre 2 et 3 ans. Affirmation, caprice, agressivité ? in M.P. Thollon-Behar *Accueillir l'enfant entre 2 et 3 ans*, pp. 45-76. Erès
- Tap, P. (2018) Souffrances, traumatismes, coping et résilience dans la vie in Ph. Pitaud *Gérontologie : aux portes de la souffrance* pp. 135-168 Erès
- Tyar, A. (1998). *Les aléas de la confiance*. Paris : L'Harmattan.
- Vandenplas-Holper, Ch. (1979). *Education et développement social de l'enfant*. Paris : P.U.F.
- Van Rillaer, J. (1992). *La gestion de soi*. Liège : Mardaga.
- Wallon, H. (1956) Les étapes de la personnalité de l'enfant, in *Le problème des stades en psychologie*, Paris : P.U.F. repris dans « Buts et méthodes de la psychologie ». *Enfance*, 1963, 1-2, 5-71
- Widlöcher, D. (1995) Psychothérapie. *Encyclopaedia Universalis*, n° 19, 262a
- Winnicott, D. (1965) *The maturational processes and the facilitating environment*. Tr. fr. *Processus de maturation chez l'enfant*. Paris : Payot, 1970
- Winnicott, D. (1971) *Playing and reality*. Tr.fr. *Jeu et réalité*. Paris : Gallimard, 1975.

Tabella dei contenuti

Prefazione (Pierre Tap) ...

Introduzione.....

Capitolo 1. La persona singola o multipla? Una parola sulla
congruenza

Congruenza interna e consapevolezza.....

Dissonanza e alessitimia.....

La congruenza esterna come mappatura tra il sé e gli altri.....

Capitolo 2. L'intuizione visionaria: lo sguardo

....

La chiaroveggenza

.....

Trasparenza

L'intuizione.....

Capitolo 3.Intuizione empatica.

Empatia e sociometria.....

Empatia e intersoggettività.....

Empatia e affettività

Capitolo 4. Aspetto e autenticità e ritorno.....

La maschera come mascherata, parata e mediazione.....

Gioco e finzione nella costruzione simbolica della persona

Da "persona a persona.....

Capitolo 5. Positività: fiducia e senso di valore

La fiducia come credo primario.....
Dalla fiducia primaria alla demistificazione: la positività incondizionata
rivisitata

.....
La fiducia come contratto socio-morale: il difficile ritorno alla "fides".....

Capitolo 6. Non direttività, permissività o interazione democratica.
Laissez-faire o permissivismo?

.....
Il calore di non fusione e il controllo non vincolante definiscono la strategia
democratica?
Apertura, convivialità, associazione e impegno

Capitolo 7. Affrontare e gestire la sofferenza: stress, coping e
 resilienza

Ansia, ansia e stress come un disturbo di coping ...

Difesa, adattamento e superamento.....

Coping e resilienza.....

Capitolo 8. Personalizzazione, socializzazione e temporalità

.....
Da personalità a persona.....

Dinamiche personali e gestione del tempo.....

La persona e la sua integrazione sociale.....

Conclusione lungimirante (Pierre Tap)

Bibliografia