

I. Dalla Pathology alla Apithology

Tradizionalmente, una larga parte degli operatori della salute mentale - o più in generale delle professioni sociali - ha concentrato l'attenzione su cosa, nell'uomo (sia singolarmente, sia socialmente) "va male" e su come poter intervenire per curare, trattare o correggere (Cowen, 1999). Questo sforzo ha consentito di raggiungere innumerevoli benefici sostanziali. Sono stati fatti enormi progressi nella comprensione e nel trattamento delle malattie mentali. La scienza psicologica è riuscita a penetrare all'interno di numerose patologie mentali in precedenza considerate "intrattabili" consentendo un netto miglioramento della qualità della vita dei pazienti e dei loro familiari.

Parallelamente, secondo Seligman (1994) questo investimento di energie verso la cura delle patologie mentali ha contribuito a togliere lo spazio ad altre due missioni fondamentali della psicologia: ¹rendere la vita delle persone migliore e ²valorizzare e sviluppare il talento. Di conseguenza, la psicologia è stata percepita, soprattutto a partire dalla seconda metà del '900, da molti (spesso anche al proprio interno) come un semplice sub-settore delle professioni sanitarie. La psicologia, scegliendo come campo prioritario di intervento la patologia mentale e la sofferenza psichica ha contribuito a limitare in modo significativo il suo campo di azione (Maddux, Snyder e Lopez, 2004).

Inoltre, secondo Weick e Chamberlain (1997) i paradigmi di natura psicodinamica sono riusciti a permeare molti ambiti, contribuendo a identificare gli utenti delle professioni di aiuto come "difettosi", "deboli" o "portatori di deficit".

Per Seligman (1994) la psicologia del secondo dopoguerra ha contribuito a rappresentare l'essere umano in un modo estremamente negativo.

Estremizzando il pensiero dell'Autore, la psicologia ha visto l'uomo come un tessuto in cui l'ordito è rappresentato dalle pulsioni e dagli istinti e la trama dai bisogni le cui risposte (termine estremamente passivo) sono legate a rinforzi e stimoli esterni. Inoltre, chiaramente in-

fluenzata dal materialismo storico di matrice marxista, la psicopatologia ha posto - spesso - al centro della narrazione della vita degli individui il conflitto, sia esso tra forze interne al mondo psichico sia esso relativo al contesto sociale e di vita delle persone, riducendo - sensibilmente - lo spazio narrativo individuale.

Se in un primo momento, l'attenzione della psicologia era rivolta alla cura e al trattamento delle grandi patologie mentali, in una seconda fase (dopo la seconda guerra mondiale) l'attenzione è stata estesa alla sofferenza e - di conseguenza - a tutti i fattori che potessero avere un effetto negativo su un qualsiasi ambito di vita degli individui, come ad esempio gli eventi di vita stressanti (come la separazione dei genitori o la perdita del lavoro) oppure le abitudini negative (cfr. Maddux, 2002).

La continuità tra le due fasi è data dall'utilizzo di una prospettiva di intervento psicopatologica, la discontinuità dal fatto che nella prima fase il limite erano le patologie umane mentre nella seconda fase - per estensione - l'ambito di studio è stato *tout court* la vita umana.

Per chiarire le differenze e le prossimità tra queste due fasi può essere di aiuto utilizzare una metafora mutuata da un altro ambito.

Il filosofo inglese Stephen Toulmin (1990), ragionando sul futuro del sistema internazionale in seguito alla caduta del Muro di Berlino, scriveva: se la metafora politica della modernità era il Leviatano, in futuro la situazione delle potenze nazionali e delle superpotenze potrà essere meglio descritta dall'immagine di Lemuel Gulliver che svegliandosi dal sonno si trova immobilizzato da un'infinità di sottilissime catene. Molto lontano dal significato di Toulmin¹, la metafora vuole suggerire una psicologia da prima interessata allo studio delle grandi patologie umane, simili al terribile mostro biblico e successivamente interessata agli infiniti lacci che limitano l'uomo nella sua libertà e nel suo sviluppo.

Saleebey (1997; 2001), in contrapposizione a questa visione di natura psicopatologica, propone l'adozione di una nuova prospettiva basata sulle risorse dei soggetti sul loro sviluppo, inteso come processo di superamento delle difficoltà del passato, rafforzamento delle aspettative e delle aspirazioni individuali, nonché utilizzo delle doti, delle conoscenze dell'individuo, della famiglia, del gruppo e della comunità. Secondo Seligman (1999) evidenzia come la psicologia non possa limitarsi allo studio della malattia, del danno o della debolezza ma debba anche interessarsi dei punti di forza e delle virtù.

¹ Leviathan è un'opera di Thomas Hobbes del 1651. Il Leviatano rappresenta simbolicamente lo Stato come un grande corpo le cui membra sono i singoli cittadini. L'opera è considerata la teorizzazione dello stato assoluto moderno.

Il "trattamento psicologico" non deve limitarsi a riguardare ciò che è sbagliato ma deve concorrere alla costruzione di ciò che è giusto.

Alle stesse considerazioni, meno recentemente era giunto anche O'Hanlon (1994), che facendo riferimento a una sua conversazione con Tapani Ahola, suggerisce di distinguere, nel percorso di sviluppo dell'intervento psicosociale, alcune "ondate" successive.

La prima ondata corrisponde al modello "clinico" dove l'attenzione è sulla patologia. In questa prospettiva, domina l'approccio psicodinamico e il problema si situa nella singola persona o - per meglio dire - la persona è il problema. La seconda ondata, si può definire come "centrata sul problema" ed è di derivazione clinica. Gli approcci riconducibili al secondo modello, vedono il problema "al plurale" nei termini più ampi di una disfunzione o di un deficit nelle capacità cognitive o nel comportamento. Il problema, in questo caso, non è della persona ma risiede nella persona e la soluzione coincide con il problema. In questo modello, si possono collocare gli approcci cognitivo-comportamentali e la terapia razionale-emotiva (oltre agli approcci psicodinamici brevi). Tra la prima e la seconda ondata, si passa dalla centratura sulla patologia alla centratura sul problema. Nella terza ondata, secondo O'Hanlon, l'attenzione non è più sul problema ma sulla soluzione. Ci si pone alla ricerca dei "brandelli di soluzione" che sono racchiusi nell'esperienza del cliente più che alle possibili cause. La persona, in questa prospettiva, non è di per sé problematica, si tratta di aiutarla a ricostruire la sua esperienza di vita facendo a meno del problema. Si tratta di aiutare i clienti a costruire una storia personale positiva e libera dal problema dove essi siano protagonisti dell'azione volta a raggiungere i loro obiettivi. Nella terza ondata l'attenzione non è sui deficit del cliente ma sulle sue risorse.

Il percorso storico descritto da O'Hanlon risente anche dell'evoluzione che - storicamente - ha interessato il concetto di "aiuto", e possiamo dire che ogni fase ne venga anticipata dall'evoluzione del concetto di aiuto. Inizialmente legato alla carità e alla compensazione del disagio, solo all'inizio del secolo scorso ha iniziato ad assumere - sulla base di un forte pragmatismo sociale - la connotazione di supporto o di sostegno finalizzato al recupero e alla normalità. Negli ultimi anni, anche questa prospettiva sembra interessata da profondi e radicali cambiamenti. Similmente, anche le professioni che hanno al centro della loro azione l'erogazione di aiuto hanno subito profondi cambiamenti e - attualmente - una professione sociale (o di aiuto) è definita come un'attività professionale in grado di promuovere il cambiamento sociale, la soluzione dei problemi nei rapporti umani e l'emancipazione degli individui, con lo scopo di favorirne il benessere personale².

² Definizione ufficiale dell'IFSW - International Federation of Social Workers.

Tra le posizioni di Saleebey e Seligman e la "terza ondata" di O'Hanlon la differenza è data dal fatto che i primi insistono maggiormente sullo sviluppo e sulla promozione delle risorse, in qualche modo superando il concetto di supporto e inaugurando forse una "quarta ondata" dove l'attenzione è sul potenziamento e lo sviluppo delle risorse individuali. Una metalettura di questa analisi storica suggerisce l'esistenza di un allontanamento progressivo - da parte della psicologia - dalla patologia e un progressivo avvicinamento alla dimensione della salute e del benessere.

Con l'avvento della Psicologia Positiva si assiste al completamento dello spostamento del focus - da parte della psicologia - dalla *pathology* (patologia) alla *apithology* (apitologia). Il termine patologia ha la sua radice nel sostantivo greco πάθος (*pàthos*) che significa: sofferenza e fa riferimento allo studio delle malattie del mondo animale e vegetale ma - per estensione - può essere essa stessa usata come sinonimo di uno stato di malattia (es. avere una patologia). In senso figurato, una patologia è un comportamento deviante o anomalo di un sistema sociale.

Apitologia è un termine moderno (Varey, 2008) che deriva dal latino *āpex*, ossia: apice, vertice, sommità o cima. Il significato attribuito è "all'apice della vita" per intendere sia uno stato di particolare benessere sia un riferimento agli aspetti più importanti della vita stessa. Apitologia è un termine creato per essere utilizzato per indicare l'opposto o il contrario del termine patologia. L'uso del termine Apitologia è estremamente limitato e poco consueto ma consente di superare l'utilizzo del termine "salute" come opposto di patologia che - a nostro avviso - limita concettualmente lo spazio di azione al semplice ristabilire una condizione di "normalità" invece che il suo superamento. Il termine apitologia non è in uso all'interno della PP, dove invece trova più facilmente cittadinanza il termine *eudaimonia* o *flourish* (fioritura).

Il termine greco *eudaimonia* (εὐδαιμονία), spesso tradotto, in modo riduttivo, come "felicità" indica uno stato di benessere che comprende sia la soddisfazione personale dell'individuo sia la sua collocazione nel mondo. Questo termine stabilisce un forte legame tra "la mia collocazione nel mondo" e le piccole o grandi emozioni positive.

Per questo, come spiega Solone a Creso nel racconto di Erodoto (I, 21-45), non si può dire di nessuno che sia felice, se non dopo che ha concluso felicemente la sua vita!

Nell'etica dell'antica Grecia, l'*eudaimonia* corrisponde con il bene supremo e l'equilibrio del proprio rapporto con il mondo. Per questo motivo, Socrate afferma che chi subisce una ingiustizia, per quanto dolorosa, è meno infelice di chi la commette, poiché chi sta infliggendo una ingiustizia sta guastando anche il suo rapporto con il mondo.