



Centro di Riferimento Regionale sulle Criticità Relazionali

In collaborazione con FORMAS – Regione Toscana

CONVEGNO

“Economia relazionale e sviluppo del potenziale umano. Quale futuro per gli operatori delle moderne Aziende Sanitarie in epoca di crisi?”

Firenze 15 Novembre 2011 Aula Magna del CTO – AOU Careggi

Salute mentale in crisi o in epoca di crisi?

Idee per nuovi percorsi

Dott. Mario Betti

Dirigente Medico Psichiatra Responsabile U.F.S.M.A. Val di Serchio Azienda USL 2 Lucca e Direttore della Scuola Schesis a Fornaci di Barga (Lucca)

Sono trascorsi oltre trenta anni dalla scomparsa di Franco Basaglia, colui che ha dato il via alla rivoluzionaria riforma dell'assistenza psichiatrica in Italia. Il superamento del manicomio e lo spostamento del fulcro operativo nella comunità sociale hanno avviato una serie di sperimentazioni innovative. Oggi però siamo giunti ad un momento di stasi. La ventata creativa degli anni del dopo-riforma sembra essersi esaurita ed i servizi psichiatrici tendono a ristagnare, impantanati in una prassi ripetitiva e conformistica. Le prospettive meccanicistiche del materialismo biologico e di quello sociologico imprigionano l'essere umano, strappando via ogni vocazione interiore e ogni anelito alla spiritualità.

In realtà, la crisi nel settore della salute mentale si inserisce in un vasto panorama che investe ormai tutta la sanità, pubblica e privata, e che trova le sue radici nella più ampia crisi di valori che caratterizza l'epoca

della globalizzazione. Per affrontare le criticità, è necessario attivare una nuova prassi terapeutica che vada oltre i modelli riduzionistici per recuperare relazioni di confidenza comunitaria. Ciò comporta l'assunzione di una visione più ampia, di tipo olistico, dell'uomo e del mondo.

La situazione psichiatrica oggi.

La psichiatria e, più in generale, la sanità, si trova oggi in una fase di stallo, stretta fra le tenaglie di una visione scientifica ed economicistica che impone i suoi dogmi e imbriglia la prassi operativa fra le smanie aziendalistiche dell'odierna politica sanitaria e le bramosie impellenti delle multinazionali del farmaco.

Sono trascorsi oltre trenta anni dalla scomparsa di Franco Basaglia, colui che ha dato il via alla riforma dell'assistenza psichiatrica, ponendo l'Italia all'avanguardia nel mondo. Il superamento del manicomio e lo spostamento dell'asse d'intervento a livello della comunità sociale hanno dato l'avvio ad una serie di sperimentazioni innovative. Oggi però siamo ad un punto morto. Dopo il fermento rivoluzionario degli anni Settanta e dopo il pathos del dopo-riforma, lo slancio innovativo si è andato scemando ed i servizi psichiatrici tendono a ristagnare, impantanati in una prassi ripetitiva e conformistica.

Chiusa nelle morsa degli assunti riduzionistici, la psichiatria si trova oggi ingabbiata fra due principali paradigmi: quello biologico-organicistico (che rimanda al modello medico) e quello socio-psichiatrico (che rimanda al modello sociologico). Ad essi si affianca un terzo paradigma, quello psicologico, il quale, lungi dall'offrire una prospettiva esaustiva dell'essere umano, finisce per scadere in una ulteriore forma di riduzionismo, che rimanda a molteplici modelli teorici e alle relative scuole, parrocchie settarie spesso fra loro in conflitto.

In realtà è tutto il panorama della sanità, pubblica e privata, e non soltanto della salute mentale, che appare impantato in una crisi di identità. Paradossalmente, proprio nell'epoca del più frenetico sviluppo tecnologico, dalla fabbricazione incessante e subentrante di strumenti ed apparecchiature sempre più ingegnose e sofisticate, il settore sanitario sembra pervaso da un'inerzia e da un'insoddisfazione generalizzata. La sanità è frammentata in mille rivoli pieni di tecnicismo e privi di anima. Gli operatori appaiono sempre più demotivati e disamorati, vittime di una operatività meccanica e deprivata degli spazi e dei tempi per la relazione e la risonanza empatica.

Il modello bio-psico-sociale.

Negli ultimi decenni, si è cercato di ovviare alle ristrettezze dei diversi riduzionismi, introducendo il concetto di "modello bio-psico-sociale". Si è creduto, con questa operazione, di ricomporre la complessità dell'essere umano.

In realtà, si è trattato di un'operazione essenzialmente nominale che è servita ad incollare insieme spezzoni separati. Intendiamoci, il fatto di tenere presenti gli aspetti organici, quelli sociali e quelli psicologici rappresenta un passo avanti per avere una prospettiva più articolata e per offrire una rosa di risposte più completa. Tuttavia, non è in questo modo che si ricompono l'unità e la globalità dell'essere umano. Corpo, mente e ambiente sono ancora visti ed affrontati come entità separate.

Il superamento del riduzionismo è solo apparente. Manca la coscienza, principio fondante e ineludibile dell'esserci. Il paradigma di riferimento rimane quello meccanicistico, basato sulla visione materialistica e incapace di assurgere ad una prospettiva più globale. Occorre procedere, invece, ad un radicale cambiamento di paradigma che dischiuda una visione più ampia del mondo e sul quale si possa innestare una nuova prassi terapeutica.

Crisi di settore o crisi globale?

La crisi della sanità si innesta nella più generale crisi economica, sociale e valoriale, legata all'autocollasso del neo-capitalismo e della globalizzazione. Le gabbie del materialismo dogmatico, sia nella veste dello scientismo individualistico che del determinismo sociologico, finiscono per incastrare l'essere umano, scotomizzando ogni vocazione interiore e ogni anelito spirituale.

Eppure, in questo panorama di apparente desolazione, si intravedono gli anticorpi, emergono le risorse che ci fanno sperare in un cambiamento radicale.

Le strutture economiche e politiche delle multinazionali, incentrate sull'ideologia di uno sviluppo materiale e tecnologico incessante ed inarrestabile sono ormai entrate in crisi. Il monito biblico – “crescete e moltiplicatevi - è stato già ampiamente ottemperato. Ormai ci siamo moltiplicati all'inverosimile. E' di pochi giorni fa la notizia della nascita del settemiliardesimo essere umano. Non c'è più spazio per una nuova crescita. E' giunto il momento di una svolta radicale. I tempi sono maturi per l'acquisizione di una nuova coscienza planetaria, per uno sviluppo “eco-solidale”, per la ricerca di una nuova armonia fra l'essere umano e l'universo che lo accoglie.

I Creativi Culturali.

Questa esigenza interiore, questa spinta alla ricerca di nuovi modelli relazionali più solidali, di stili di vita più sani e di un più equilibrato rapporto con l'ambiente sta coinvolgendo settori sempre più consistenti della popolazione mondiale. Si tratta di un processo di profonda trasformazione culturale che è stato oggetto di importanti ricerche, fra le quali ricordiamo quelle svolte dal sociologo Paul Ray negli Stati Uniti tra gli anni 1995 e 2000 (P.H. Ray, 1997; P.H. Ray e S. Anderson, 2000). Esse non si limitano ad evidenziare gli aspetti di crisi e trasformazione in atto nella società moderna, ma individuano anche l'emergere di un nuovo paradigma, attorno al quale sembra raccogliersi una parte sempre più consistente della popolazione statunitense (circa il 25% degli adulti).

Queste persone sensibili al nuovo paradigma culturale sono state definite “Creativi Culturali”, in quanto propugnano un nuovo tipo di cultura, divergente rispetto a quella dominante, che si incentra sui seguenti aspetti: attenzione alle relazioni interpersonali e alla questione della pace; elevata sensibilità ecologica ed interculturale; ricerca di una spiritualità universale e impegno per la crescita personale; insoddisfazione verso le istituzioni e la politica; rifiuto del materialismo e dell'ostentazione sociale; sostegno ad un'economia solidale.

Altre ricerche, svolte in molti paesi d'Europa ed in Giappone, confermano che questa cultura emergente si sta manifestando in varie parti del pianeta e in particolare nei paesi più industrializzati. Il primo studio in

Italia, eseguito grazie ad una collaborazione fra Club di Budapest, Università di Siena e Villaggio Globale di Bagni di Lucca, mostra che i Creativi Culturali reggiungono il 35% della popolazione adulta.

Malgrado la loro consistenza numerica, i Creativi Culturali non sono ancora pienamente coscienti della propria identità di gruppo e hanno la tendenza a credere che poca gente condivida i loro valori. Questo è dovuto soprattutto al fatto che i loro punti di vista sono ignorati dai principali mezzi d'informazione. Ciò nonostante, grazie alla loro entità numerica, tendono ad influenzare il campo degli affari, della politica, e della vita pubblica.

Oltre il modello bio-psico-sociale: il paradigma olistico.

Si prospetta una svolta epocale che ci pone di fronte ad una scelta: o continuare ad affannarsi per una crescita competitiva e conflittuale oppure operare una trasformazione interiore per la realizzazione di una nuova umanità.

Questa realizzazione non può che iniziare a livello locale, negli spazi relazionali di tutti i giorni. "Cio che sta in alto è come ciò che sta in basso" – recita un antico aforisma alchemico. Gli sviluppi della fisica post-quantistica parlano ormai, con David Bohm, di universo olografico, in cui la più piccola parte racchiude in sé l'informazione globale.

Ed allora, vediamo di tornare a delimitare la nostra analisi al settore da cui eravamo partiti, quello della sanità e della salute mentale.

L'essere umano è un'unità di mente e corpo, indissolubilmente connessa con l'ambiente naturale e con il contesto socioculturale e relazionale in cui si trova calato. Questa unità corpo-mente-ambiente è anche coscienza di sé ed apertura alla trascendenza. Si contraddistingue per uno slancio vitale che la spinge ad autoprogettarsi nello spazio-tempo, ossia verso il mondo e verso il futuro, e a ricercare significati spirituali che oltrepassano il proprio essere nel mondo. Possiamo parlare di una "realtà olistica" in cui si risolvono tutti gli aspetti somatici, psichici, ambientali e spirituali.

Il paradigma olistico rimanda ad una posizione filosofica non-riduzionista e può essere considerato come la controparte dell'atomismo. Il termine "olismo" (dal greco *όλος* = "tutto") fu coniato da Jan Smuts (1870-1950), intellettuale e filosofo sudafricano, autore di *Holism and Evolution* del 1926.

La comunità sociale: fra convivenza e confidenza.

E' necessario attivare una nuova prassi terapeutica che vada oltre i modelli riduzionistici per assumere una visione più ampia, di tipo olistico. Ma quali sono gli assunti di base per realizzare un cambiamento radicale di paradigma senza perdere gli apporti tecnici che la medicina moderna ha saputo apportare?

Noi crediamo che una sanità che sappia essere ad un tempo scientifica ed umanistica non possa prescindere dalle seguenti azioni:

- Spazi e tempi adeguati per le relazioni interpersonali;
- interazione con l'utenza nell'arco delle 24 ore;

- azioni sinergiche con la rete comunitaria;
- spazi di accoglienza residenziale extraospedaliera a rapido turn over;
- integrazione dei trattamenti e differenziazione delle risposte erogate;
- verifica dei risultati di esito.

L'assunto di base per la realizzazione di un nuovo modello di sanità prevede che esso sia incentrato sulla relazione interpersonale e sull'interazione sistematica con la comunità.

Si tratta di dare vita ad un nuovo modo di operare nel campo della salute (non solo mentale), in cui gli aspetti tecnici si coniugano alla socialità e alla solidarietà. I percorsi per la salute non possono, infatti, ridursi a processi tecnicistici avulsi dal contesto sociale e culturale in cui la persona si trova a vivere e ad agire. E' dall'interazione sinergica e consapevole fra cittadini (utenti o non), familiari ed operatori, che possono svilupparsi efficaci percorsi socio-sanitari e prendere corpo nuove modalità di intervento e trattamento.

Una visione integrale dell'uomo e dei trattamenti.

L'esigenza di superare la visione frammentaria e riduzionistica dell'uomo e del mondo è stata sempre presente nella storia del pensiero, influenzando la medicina e la scienza. Si può dire che la visione olistica risale alla notte dei tempi ed è stata patrimonio delle discipline spirituali, orientali ed occidentali, dell'Antichità.

La tradizione taoista, per esempio, ha dato origine ad una medicina che si integra armonicamente con le leggi universali del Tao e che vede l'organismo umano come un tutto inscindibile, vivificato da un fluire ininterrotto di energie. Ricordiamo l'aforisma di Lao Tze (VI sec. a.C.) secondo cui "la somma delle parti non costituisce il tutto". Nell'Antica Grecia, Ippocrate, tutt'oggi considerato il padre della medicina, aveva sostenuto la necessità di affrontare la malattia nella sua globalità. Nei suoi trattati chiamava in causa fattori dietetici, climatici, psicologici e sociali, valorizzando inoltre il dialogo fra medico e paziente.

In epoca moderna, con l'affermarsi dello scientismo meccanicistico e del riduzionismo organicistico, siamo giunti all'attuale egemonia della farmacoterapia allopatica. Tuttavia, accanto alla medicina ufficiale, hanno continuato a diffondersi le cosiddette "medicines complementari o alternative" e le "discipline bio-naturali", ispirate ad una visione olistica. Negli ultimi decenni, questi trattamenti hanno ottenuto importanti riconoscimenti presso molte università e presso la stessa OMS.

La riduzione fenomenologica: prendersi cura senza giudicare.

Lo studio dell'uomo nella sua complessità olistica è stato l'oggetto delle scienze umane ed antropologiche del Novecento. In particolare, vogliamo fare riferimento a tre principali filoni di pensiero: la Fenomenologia, la Teoria dei Sistemi e la Psicologia Umanistica (con i suoi risvolti transpersonali).

La filosofia fenomenologica, posta a cavallo fra l'idealismo tedesco e l'esistenzialismo, si sviluppa e si afferma con le opere di Edmund Husserl e di Martin Heidegger. Trova poi larga applicazione in ambito

psicologico e psichiatrico, offrendo nuovi ed originali strumenti di comprensione. Come sottolinea Pietro Chiodi (1964), l'indirizzo fenomenologico, prima che un corpo sistematico di opere, rappresenta un clima filosofico e culturale che finisce per contaminare e fecondare differenti ambiti culturali.

La fenomenologia trascendentale, fondata sul pensiero di Husserl, si incentra sull'analisi dei vissuti, indagando le modalità con cui si struttura il modo di pensare, di sentire, di rapportarsi agli altri e al mondo. Alla base di questo metodo troviamo il procedimento della "epochè" o "riduzione fenomenologica". Il termine, introdotto da Zenone, fondatore dello Stoicismo, divenne uno dei capisaldi concettuali dell'antica Scuola Scettica. Niente viene dato per scontato; l'esistenza del mondo e delle cose viene messa fra parentesi, ogni interpretazione, opinione o teoria è sospesa. La riduzione fenomenologica diviene il caposaldo per penetrare dentro i vissuti con immediatezza, senza condizionamenti e pregiudizi; l'oggetto e la coscienza stessa sono "ridotti" a puro fenomeno. *L'intenzionalità* della coscienza (del vissuto) è posta al centro dell'indagine antropologica e ciò costituisce una vera e propria rivoluzione epistemologica. L'atto conoscitivo (intenzionale) e l'oggetto conosciuto (intenzionato) costituiscono un tutt'uno solidale. Così, nella *relazione intenzionale* si risolve ogni frattura fra soggetto e realtà oggettiva.

E' interessante rilevare come questa concezione trovi interessanti analogie con il neo sciamanesimo di Carlos Castaneda e con le più recenti formulazioni del cognitivismo costruttivista.

L'analitica esistenziale prende le mosse dall'ontologia di Heidegger e viene sviluppata in ambito psicopatologico con l'antropoanalisi di Ludwig Binswanger. Vengono sudiate le strutture dell'essere umano inteso ontologicamente come Esserci (Dasein), ossia come essere qui ed ora. L'esistenza umana si configura ad un tempo come "essere-nel-mondo" (un tutt'uno col mondo) ed autotranscendersi nel mondo (essere aperto al mondo).

La rivoluzione fenomenologia ha permesso di penetrare più profondamente nei vissuti della persona con disagio psichico sospendendo ogni sorta di giudizio. Da queste premesse sono scaturite le idee di autori che hanno profondamente rivoluzionato la prassi psichiatrica, quali Thomas Szasz, Roland Laing e lo stesso Basaglia.

La Teoria Generale dei Sistemi.

La Teoria Generale dei Sistemi, elaborata da Ludwig Von Bertalanffy a partire dagli anni Trenta, trova applicazione in tutti i campi del sapere, dalla fisica alla chimica all'astronomia alla fisiologia all'antropologia. Secondo la teoria dei sistemi, le proprietà di un sistema non possono essere spiegate esclusivamente tramite le sue componenti. La sommatoria delle parti è sempre maggiore (e quindi differente) della somma delle prestazioni delle parti prese singolarmente. Particolarmente importante per i suoi sviluppi nel campo della psicologia e della psichiatria è l'applicazione di questi principi ai sistemi relazionali umani (gruppi, famiglie, organizzazioni sociali di vario genere). I comportamenti, le emozioni, i pensieri di un singolo individuo trovano espressione e significato nel sistema relazionale in cui l'individuo si trova a vivere e ad interagire.

Le criticità relazionali ed i conflitti interpersonali devono essere letti ed affrontati all'interno del contesto in cui hanno origine e sviluppo. Occorre prendere in esame il sistema o, meglio, i sistemi di riferimento. Quando si parla di "sistema" non vogliamo intendere un aggregato di parti che interagiscono meccanicamente fra loro, sulla base dei principi della cibernetica. Un sistema relazionale umano - sia esso

la famiglia, la comunità sociale o l'ambiente di lavoro - è qualcosa di più: è vivere un'esperienza profonda e coinvolgente; è condividere vissuti, desideri ed emozioni; è sentirsi sospinti all'incontro e, spesso, al conflitto; è partecipare ad una convivenza.

Psicologia Umanistica e Psicoterapia Transpersonale.

Agli inizi degli anni Sessanta, nasce negli Stati Uniti, ad opera di Abraham Maslow ed Anthony Sutich, la Psicologia Umanistica, una corrente che si ricollega all'indirizzo fenomenologico esistenziale europeo. Non si tratta di un preciso sistema teorico, ma di una corrente di pensiero nella quale convergono autori di diversa provenienza. Essa nasce come reazione alle due correnti che dominavano il panorama della psicologia in quegli anni: il Comportamentismo e la Psicoanalisi.

Il punto centrale dalla prospettiva umanistica è rappresentato dai valori umani e dalla tendenza a perseguirli, secondo quello che Maslow ha chiamato "auto-attuazione" e "autorealizzazione."

Queste idee hanno influenzato la nascita del "Movimento per lo Sviluppo del Potenziale Umano", un vasto movimento di opinione che ha preso corpo soprattutto presso l'Esalen Institute, in California.

La Psicologia Transpersonale nasce alla fine degli anni Sessanta, in California, per opera di un gruppo di ricercatori legati alla Psicologia Umanistica, fra i quali ricordiamo Viktor Frankl, Stanislav Grof, James Fadiman, anche se il termine "Psicologia Transpersonale" sembra essere stato utilizzato per la prima volta da Roberto Assagioli, il creatore della Psicopsintesi agli inizi del Novecento.

L'approccio transpersonale riconosce l'importanza della spiritualità nello studio della psiche umana. Esso si oppone radicalmente alla psicologia accademica che nega valore psicologico alla spiritualità, tacciandola di superstizione primitiva, pensiero magico, immaturità emotiva o patologia. L'aggettivo "transpersonale" rimanda al concetto di "persona", inteso nella sua etimologia latina di *maschera*. In questa accezione, il termine "persona" è stato usato da Carl Gustav Jung per indicare gli aspetti esteriori, di facciata, del comportamento umano, quelli che rispondono alle aspettative socio-ambientali e culturali, secondo una prospettiva fondata sui pregiudizi e le aspettative della cultura dominante. La *dimensione personale* è quella connessa con l'esistenza convenzionale e con il comune stato ordinario di coscienza. La *dimensione transpersonale* riguarda, invece, gli aspetti che stanno dietro ed oltre la facciata e che sono da ricondurre a stati modificati di coscienza e a forme di esistenza non ordinaria.

L'approccio transpersonale si propone di indagare che cosa si nasconde dietro la maschera, quali sono le componenti profonde dell'uomo che restano celate dietro i suoi condizionamenti, le sue abitudini, i suoi ruoli standardizzati, quali sono le potenzialità evolutive della persona.

Viene auspicata, a questo scopo, la realizzazione di *stati modificati di coscienza*, ossia di stati mentali che si discostano dall'esperienza ordinaria di veglia. Questi vengono perseguiti attraverso tecniche di respirazione, di rilassamento, di meditazione, di attivazione emozionale e corporea, che inducono profondi *insight* e, talora, intense catarsi. A questo fine, possono essere utilizzati procedimenti mutuati da discipline orientali - quali lo Yoga, il Taoismo, lo Zen - od occidentali - quali l'Ipnosi, il Training Autogeno di Schultz, l'Orgonoterapia di Reich, la Bioenergetica di Lowen - solo per citarne alcuni.

Negli ultimi anni sono venute alla ribalta in ambito accademico una serie di tecniche di meditazione. John Kabat-Zinn ha sdoganato, sotto il termine di "Mindfulness", antiche tecniche buddiste di meditazione

aperta, quali la Vipassana, innestandole nell'ambito della Psicologia Cognitivista¹. La Meditazione Trascendentale, ideata e divulgata da Maharishi Mahesh Yogi, attinge invece alle tecniche mantriche dell'Induismo.

Interessanti suggestioni le ritroviamo nelle meditazioni di Osho, il quale, attingendo da diverse discipline spirituali, ha confezionato innumerevoli sequenze meditative, adattandole alle esigenze della vita moderna. Sono tecniche di vario tipo (statiche, dinamiche, mantriche, concentrative, ecc.) che possono offrire a ciascuna persona il tipo di sequenza più adatto per le sue caratteristiche personologiche e per le sue condizioni mentali ed emozionali².

Le nuove frontiere della scienza.

Le concezioni meccanicistiche della vecchia fisica newtoniana sono da considerare superate alla luce delle più moderne acquisizioni della scienza.

La *Teoria della Relatività* mette in discussione l'esistenza di uno spazio e di un tempo oggettivi, che possono essere scomposti e misurati come entità indipendenti ed avulse dalla mente di chi osserva.

Secondo la *Meccanica Quantistica*, i fenomeni della "non località" e dell'"olografia" pongono in correlazione analogica le macro e le microstrutture. In questo modo, la scienza meccanicistica lascia spazio ad una visione olistica che finisce per interessare la struttura dell'intero cosmo, dalle microparticelle agli universi.

La concezione olistica del mondo è avvalorata dal fatto che ogni interazione tra sistemi fisici porta ad uno stato di "entanglement" che implica una perdita di identità dei sistemi interagenti. L'universo è un intero indivisibile, un tutto senza soluzioni di continuità, le cui parti non hanno più un'identità separata³. In questa direzione si muovono le proposte cosmologiche di David Bohm, che vede l'Universo come gigantesco ologramma in cui ogni singola parte contiene in sé le informazioni dell'intero. Vengono riformulate, in modo nuovo, concezioni molto antiche, che stabiliscono strette correlazioni fra macro e microcosmo. Così recita un famoso aforisma alchemico: "En to Pan" (Uno il Tutto). Al paradigma olistico si riallaccia anche la ricerca neuropsicologica di Pribram che descrive il cervello come una matrice olografica, capace di tradurre in ologrammi i messaggi del mondo esterno e nella quale le informazioni rimangono distribuite in ogni frammento.

¹ Antonella Montano: Mindfulness. Guida alla meditazione di consapevolezza, 2007.

² Osho: Meditation: The Art of Ecstasy, 1976.

³ Massimo Teodorani: Entanglement. L'intreccio nel mondo quantistico: dalle particelle alla coscienza, 2007.