

LE TERAPIE FOLLI: COME RICONOSCERE TERAPEUTI E PSEUDOTERAPEUTI

de Mango Lucia (Psicologo)

Chi si interessa di psicologia è incappato di certo nel famoso caso del piccolo Albert¹, un bambino di 9 mesi su cui il comportamentista John B. Watson e la studentessa Rosalie Rayner, prendendo spunto dalle ricerche di Ivan Pavlov sui processi di condizionamento nei cani, nel 1920 pensarono di condurre un esperimento sull'induzione di paura. Un'idea deontologicamente infelice! Il protagonista (non credo volontario) ribattezzato da Watson e Rayner "Albert B.", fu esposto ad una serie di stimoli inclusi un topo bianco, una scimmia, maschere di varie foggie e giornali in fiamme osservando le sue reazioni. Inizialmente il piccolo non mostrò segni di spavento ma successivamente diede intense risposte di paura quali piangere, gridare, allontanarsi dall'animale. Dopo il condizionamento, il Piccolo Albert non aveva solo paura dei topolini bianchi, ma anche di un'ampia varietà di oggetti bianchi dalla forma in qualche modo simile (inclusi una pelliccetta della signorina Rayner e la barba di un costume di Babbo Natale). Che ne è stato di lui? Watson e Rayner non furono in grado di eliminare la paura nel bimbo, che in realtà si chiamava Douglas Merritte, che sviluppò questa fobia per tanti altri oggetti. Douglas morì all'età di 6 anni, nel 1925, e rimane uno dei misteri della psicologia. Come le favole di Fedro, il racconto di questo esperimento insegna qualcosa: la competenza non sempre si accompagna all'etica. E non sempre dove c'è uno psicoterapeuta c'è professionalità. E' questo il caso delle psicoterapie New Age: un misto di metafisica, religione e intuizioni pseudoscientifiche che si spacciano per terapie di aiuto ma sono in realtà delle ciarlatanerie. Milioni di persone hanno bisogno di una buona psicoterapia e la maggior parte degli operatori che forniscono questo trattamento sono onesti e coscienti. Secondo una ricerca, «negli Stati Uniti ci sono più di 250.000 terapeuti accreditati e un americano su tre si è rivolto a uno di loro» (Bufler, 1995)². Non si sa invece quanti siano quelli che non sono né accreditati né autorizzati, per non parlare di quelli che, nonostante siano in possesso di titoli, propongono terapie bizzarre e che svolgono attività che hanno ben poco a che fare con quanto viene generalmente definito «aiuto». Queste terapie folli fondano il proprio successo sulla conquista della fiducia del paziente, fragile e confuso, il quale crede in maniera ammirata e del tutto incondizionata nella figura dell'operatore che lo sta salvando, anche se quest'ultimo gli chiede prestazioni sessuali o afferma che sia stato rapito dagli alieni; infatti tra i Crazy Therapist Singer e Lalich annoverano nella loro guida per riconoscere un incompetente, terapeuta immorale o ciarlatano, lo sfruttatore che ti chiede di spostargli un armadio per esorcizzare il tuo dolore, lo scienziato idiota che ha già capito il problema senza fare l'anamnesi, il nevrotico che parla al paziente dei propri problemi sessuali col partner, l'esorcista che sostiene di dover far riemergere le vite passate del paziente, il predatore sessuale che tocca con mano il caso che gli si presenta. E ce ne sono tanti altri, che abusano della fiducia che le persone ripongono nella figura del terapeuta, attivando su esse abusi, soprusi e manipolazioni emotive e mentali. Le terapie New Age hanno tutte in comune la convinzione che una persona con dei problemi non sia responsabile di tali problemi, ma che la causa risalga a qualche evento traumatico del passato, la convinzione che, per essere aiutato, il paziente debba scoprire la causa del suo problema, e la profonda mancanza di interesse per la verità o per la precisione. I motivi per cui sono criticate e spesso rifiutate sono quindi:

1. riferimenti teorici inesistenti, vaghi o poco plausibili (almeno rispetto a teorie psicologiche);
2. assente o insufficiente documentazione della loro utilità ed efficacia;
3. spiegazione di molti (o di tutti) i problemi e disturbi psicologici sulla base di un'unica causa generale e, di conseguenza, proposta di una tecnica terapeutica unica e uguale per tutti i problemi e per tutti i pazienti. Alcune delle metodologie e degli strumenti di cui si servono sono la terapia della memoria repressa o la regressione a vite trascorse, per far riemergere un trauma passato che per loro è la causa del problema, l'induzione nel far credere al paziente che tale causa sia, invece, la sua famiglia, allontanandolo, quindi, da essa, e conquistando la sua totale fiducia, e poter fargli fare qualsiasi cosa, e il ricorso a riti magici o spirituali. Sempre Singer e Lalich, nella loro opera *Crazy therapies*, pongono l'accento su una serie di terapie assurde, che hanno avuto spesso tragiche conseguenze: la teoria della regressione e della rigeneratorizzazione di Sechehaye e Rosen, usata da Jacqui Schiff col ritorno a succhiarsi il pollice e indossare pannolini, per esempio, ha causato la morte di un ragazzo di 16 anni, John Hartwell, ustionato in

¹ S. W. Bijou e D. M. Baer, *Lo sviluppo infantile. Un'analisi comportamentista*. Roma: Armando, 1994

² M. T. Singer e J. Lalich. *Crazy therapies: What are they? Do They Work?*. San Francisco: Jossey-Bass, 1996

una vasca da bagno perché rifiutatosi di regredire e prendere il biberon, e numerose altre violenze riportate nel suo libro *All my children*, e ingiurie e torture testimoniate da suoi ex pazienti³. Sandra Roy e Bob Mandel ritengono che i problemi psichici siano dovuti al modo in cui si è venuti alla luce: aiutano dunque il paziente a rinascere in modo corretto; ma in Colorado Connell Watkins e Julie Ponder hanno applicato la teoria su una bambina di 10 anni, Candace Newmaker, alla quale è stato diagnosticato un disturbo reattivo di attaccamento poiché la sua madre adottiva ne riferiva problemi comportamentali a casa, nonostante a scuola invece non fosse stato rilevato alcun sintomo. Quattro persone (per un totale di 300 kg) si sono sedute a cavalcioni sulla piccola, che pesava 31 kg, imballata in una coperta e bloccata; le sue lacrime e il suo scalciare sono stati interpretati come crisi di ira ed ignorati, finché la bambina è stata scoperta. Era deceduta. Assassinata perché non abbastanza legata alla madre adottiva, che ha approvato lo psicodramma della rinascita che ha fatto morire soffocata sua figlia solo per evitare di affrontare le sue prospettive irrealistiche di essere amata come una madre naturale⁴. E ce ne sono tante altre di folli teorie: dalla respirazione energica di Orr all ipnosi in veste di rapitori alieni di Hopkins, Jacobs e altri, dalla terapia primordiale di Janov per il quale urlare è trarre profitto alla Tecnica di Organizzazione Neurale di Ferreri che ha deciso, senza il minimo accenno di prove scientifiche, che tutti i problemi fisici e mentali sono dovuti a teschi non allineati, e i quali metodi di premere su orbite degli occhi, crani e mandibole sono stati descritti come "tortura" da parte dei genitori dei bambini che aveva in cura per la dislessia. L'elenco è lungo, così come gli scarsi o sconcertanti risultati. Ciò però non implica che la psicoterapia sia da ripudiare, anzi, quando applicata da terapeuti seri e deontologicamente corretti, è un percorso di aiuto molto efficace che apporta significativi cambiamenti nell'attività funzionale cerebrale dei pazienti, strettamente correlati al miglioramento clinico. La verifica della competenza della persona alla quale ci stiamo affidando, però, è indispensabile, e cogliere i suddetti elementi caratteristici dei terapeuti folli non è difficile. Quindi Amici miei, ténete a mente questo: non ci sono né cattive erbe né uomini cattivi. Ci sono solo cattivi coltivatori . (Victor Hugo)

Book Review

(redazionale)

"Crazy" Therapies. What are they? Do They Work? by Margaret Thaler Singer and Janja Lalich San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1996

There are very few sure things in life, but the following guide to recognizing an incompetent, immoral or quack therapist is about 99.9% guaranteed. You should not trust your therapist, regardless of his or her reputation, fame, diplomas, certificates, etc., if

1. He or she tries to have sex with you or claims that having sex with one's therapist is "good therapy." Intimate sexual behavior, including erotic kissing, fondling or lovemaking, between therapist and patient is always inappropriate. (The Sexual Predator)
2. He or she tries to have you move in and do chores, keep the books, work the farm, have sex, etc. (The Exploiter)
3. He or she spends a lot of time during your sessions talking about his or her own personal problems, such as her husband's illness, his wife's frigidity, another patient's hang-ups, his sexual needs. (The Neurotic)
4. He or she requires as a condition for therapy that you cut off all relations with your spouse, children, parents and other loved ones. (The Cult Guru)
5. He or she claims to know what your problem is and how to fix it, even though no thorough history of you has been taken. (The Savant Idiot)
6. He or she claims that you must be hypnotized in order to discover either hidden memories or hiding entities which are causing your problems. (The Exorcist)
7. He or she specializes not in treating people for specific problems such as depression or anxiety, but rather in treating people as if all problems have an identical cause. (The Johnny-One-Note)
8. He or she claims to have a technique which works miracles or works like magic, curing those who had heretofore been considered hopeless. (The Miracle Worker)
9. He or she has a checklist which is claimed to be an excellent way to find out if you suffer from whatever the therapist specializes in, and you have enough checks to qualify. (The Scientist)
10. He or she requires as a condition for therapy that you accept certain religious, metaphysical or pseudoscientific notions. To have good therapy you should not be required to believe in God, reincarnation, alien abductions, possession by entities, inner children, Primal Pains, channeling, miracles, or any of the many pseudoscientific theories popular among therapists. (The New Age Pseudoscientist).

³ *Les pratiques de Jaqui Schiff*, Rapport au premiere ministre, 2006

⁴ *Attachment Therapy, Rebirth*. Rapport au premier ministre, 2006