

Il codice etico dell'EATA (European Association for Transactional Analysis) fornisce linea guida per le organizzazioni nazionali affiliate e per ciascun membro con l'obiettivo di aiutare i professionisti ad usare l'Analisi Transazionale nei campi della Psicoterapia, del Counselling, dell'Educazione e delle Organizzazioni in un modo etico.

Il codice etico dell'EATA è stato scritto rispettando ciò che viene affermato nella "Dichiarazione universale dei diritti umani" (1948).

I valori di base su cui si fonda sono:

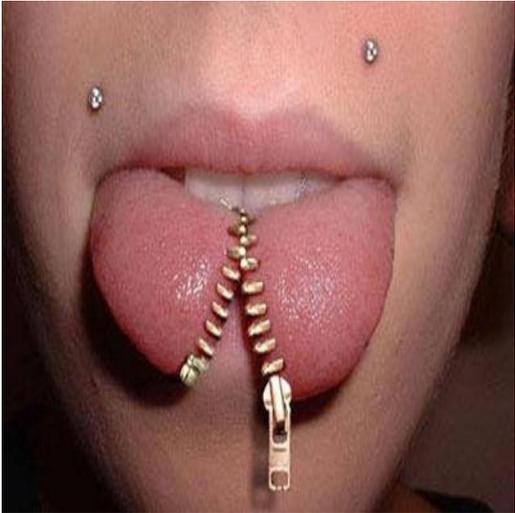
- Dignità degli esseri umani;
- Auto-determinazione;
- Sicurezza;
- Salute;
- Reciprocità.

Per quanto riguarda la Dignità dell'essere umano (Dignity of human beings) il codice etico EATA recita: «Ogni essere umano ha valore, indipendentemente da sesso, posizione sociale, credo religioso, origine etnica, salute fisica o mentale, convinzioni politiche, orientamento sessuale»

Tale affermazione è coerente con il primo principio filosofico dell'AT:

Io sono Ok, Tu sei OK.

Ora però guardate attentamente queste foto:





E' probabile che nel soffermarvi su alcune di esse abbiate sperimentato un'emozione spiacevole.

“Tutti possiamo essere in grado di sviluppare strategie consapevoli, mediante l'educazione della nostra consapevolezza Adulta circa l'importanza della differenza, ma che succede quando crediamo una cosa e ne sentiamo un'altra?”

(Hargaden & Sills, 2002)

E' interessante notare che l'etimo della parola «Satana» deriva da «Altro», quindi chiunque non sia «me» o «Noi» è «Altro» e ciò può far scaturire tanto la curiosità quanto l'angoscia.”

Usando il linguaggio dell'Analisi Transazionale potremmo dire che quando inseriamo la diversità nello schema dell'okness, allora diventa facile capire come una proiezione inconscia di un aspetto scisso del sé (G1) sull'altro, basata sulla diversità dell'altro, possa manifestarsi sia consciamente che inconsciamente.

In altre parole possiamo sperimentare rispetto alle differenze con l'altro emozioni piacevoli ed emozioni spiacevoli, ma soprattutto le emozioni possono essere consce o inconse.

Nel tentativo di dare coerenza a livello cognitivo (dare coerenza a livello cognitivo è una delle principali strategie che utilizziamo per diminuire i livelli di ansia) la mente può far ricorso alla teoria implicita della personalità (TIP, Cook 1970; 1984) secondo la quale, sulla base di credenze sociali, tendiamo a mettere insieme alcune caratteristiche di personalità (ad es. potremmo pensare che la donna che ha fatto massiccio ricorso alla chirurgia plastica è una persona di poco spessore; che l'uomo che ha preso in sposa una bambina ha delle perversioni sessuali; che il ragazzo africano che indossa l'estensore appartiene a una tribù primitiva; che la persona che sta ingurgitando fritti non faccia altro dalla mattina alla sera, etc....)

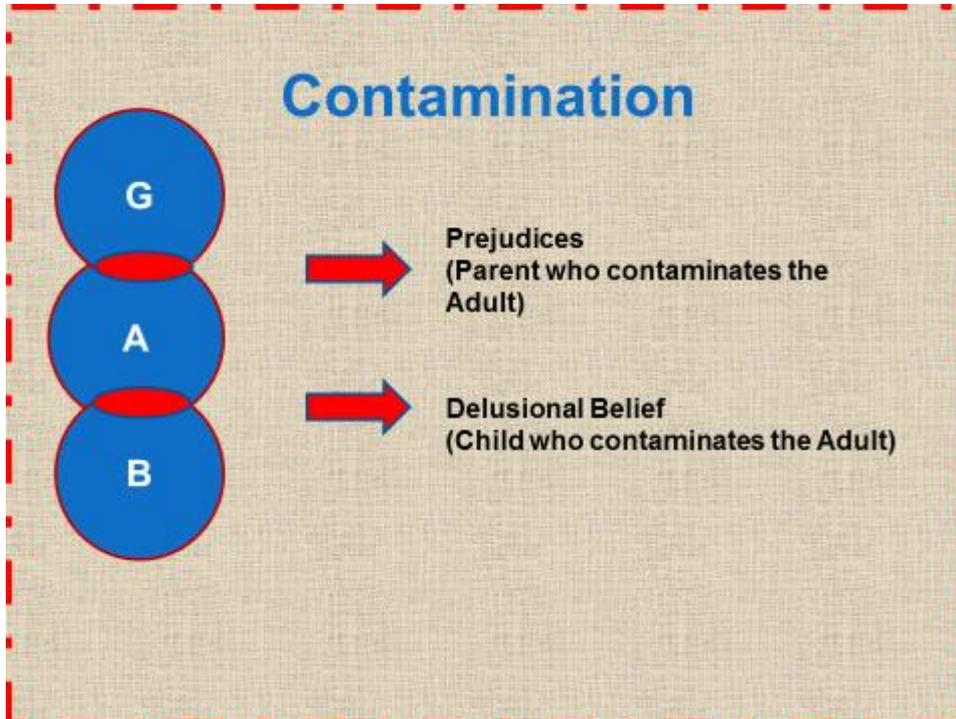
Nel modello Analitico Transazionale possiamo spiegare questo processo mediante il concetto di **Contaminazione**.

“Le contaminazioni rappresentano le inclusioni normalizzate di parte di uno stato dell'Io dentro l'altro” (Berne, 1961/1971 pag. 60)

Inclusioni normalizzate significa che sono percepite come egosintoniche nello Stato dell'Io presente, cioè che il proprio sentire è percepito come coerente con il sé: (ad es. “E' normale che io provi repulsione per l'uomo che ha preso in sposa una bambina!”)

Che ne è a questo punto del rispetto di tutte le forme di differenze? E' possibile che, nel vedere quelle immagini, in alcuni di voi si sia sviluppato un conflitto (come metto insieme le immagini che ho visto con la convinzione che qualsiasi modo di essere al mondo è Ok?) La natura di questo conflitto è in parte preconsa in parte conscia. La funzione della contaminazione è quella di far ignorare il conflitto, ma può accadere che gli stati dell'Io implicati emergano sotto forma di sintomi (analogia con il concetto che Freud nel 1917 descrisse come formazione di compromesso.)

Berne afferma che: la Contaminazione è perfettamente rappresentata da alcuni tipi di pregiudizi (Genitore che contamina l'Adulto) da una parte e da convinzioni deliranti (Bambino che contamina l'Adulto) dall'altra.



Come si interviene in AT quando si presenta questa condizione?

Attraverso il processo di **Decontaminazione**.

“La Decontaminazione è un processo cognitivo, emotivo e corporeo, tramite il quale la persona diventa capace di riconoscere gli elementi contaminanti dei propri stati dell’Io e separarli.”
(Cavallero, 1998)

“Il compito della Decontaminazione è quello di portare alla luce le relazioni interne, e principalmente quelle conflittuali e confusive, in modo da renderle gestibili, con tutta la sofferenza che ciò comporta.” (Cavallero, 1999)

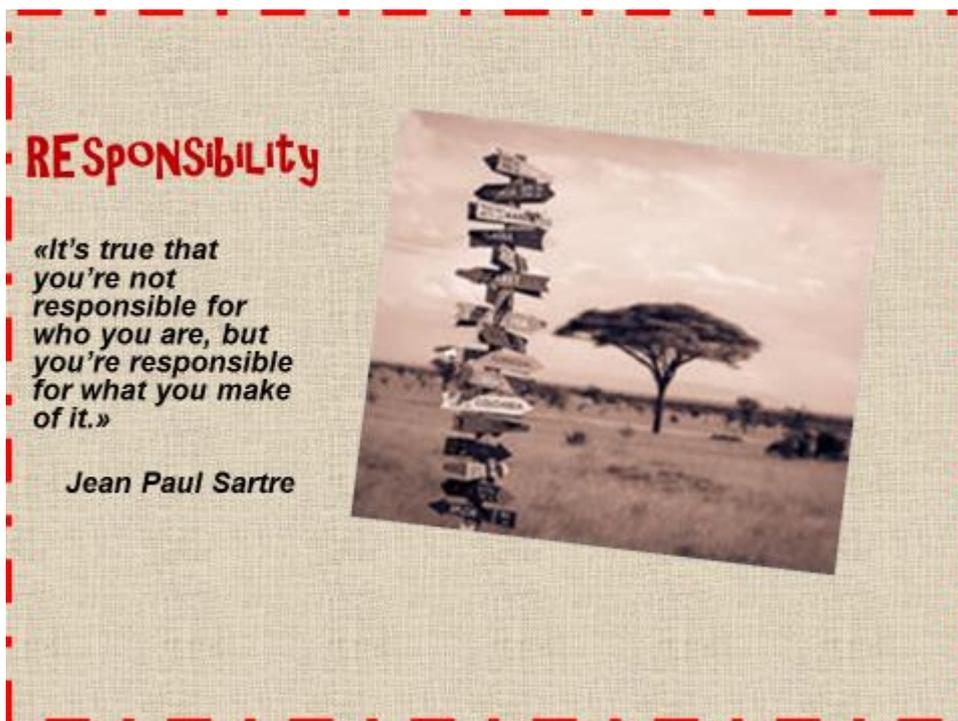
Esistono quattro fasi nel processo di Decontaminazione:

- 1) La persona prende se stesso e il proprio comportamento come oggetto di osservazione, utilizzando un’area non contaminata dell’Adulto.
- 2) La persona diventa consapevole che alcuni comportamenti, sentimenti o pensieri sono incongruenti con il suo Sé attuale.

3) La persona riconosce che gli aspetti di sé non congruenti sono «reliquie arcaiche» della propria vita passata o introiezioni di figure parentali.

4) La persona accoglie come propri i suoi diversi stati dell'Io e se ne assume la responsabilità.

Per tornare alle foto, il processo di decontaminazione mi permette di diventare consapevole che talune attribuzioni di significato non sono universali, ma nascono dalla mia esperienza, dalla mia storia (quindi tanto dai miei pregiudizi, quanto dal mio mondo interno!) Solo una volta acquisita la consapevolezza di questo (processo che spesso comporta della sofferenza) ho la possibilità di assumermi la responsabilità dei miei pensieri/vissuti/comportamenti e solo in questo momento mi metto nella posizione di poter cambiare qualcosa dentro di me....



BIBLIOGRAFIA

- Berne, E. (1957). Ego States in psychotherapy. *The American J. of Psychotherapy*, 11, 293-309. (Reprinted in: *Intuition and ego states*, 1977).

- Berne, E. (1961). *Transactional analysis in psychotherapy. A systematic individual and social psychiatry*. New York: Grove Press.
- Cavallero, G. C. (1998) La decontaminazione. In: Novellino M. *L'approccio clinico dell'Analisi Transazionale*. Milano: FrancoAngeli.
- Cavallero, G. C. (1999). Il cambiamento atteso durante la fase di decontaminazione. *Costellazioni*, 3, 19-25
- Cook, M. (1970) *Experiments on orientation and proxemics*. Human Relations, 23, 61-76.
- Freud (1915-1917).Opere. Vol. 8: *Introduzione alla psicanalisi*. Torino: Bollati-Boringhieri
- Hargaden H, & Sills C, (2002) *Analisi Transazionale una prospettiva relazionale*. ANANKE