

L'IMMAGINALE

OFFICINA

6

Direttore

Ezio BENELLI

International Foundation Erich Fromm

Comitato scientifico

Maria AMMON

World Association for Dynamic Psychiatry

Irene BATTAGLINI

Scuola di Psicoterapia Erich Fromm

Egon FABIAN

Deutsche Akademie für Psychoanalyse

Andrea GALGANO

Scuola di Psicoterapia Erich Fromm

L'IMMAGINALE

OFFICINA

La collana si esprime su un ampio margine interdisciplinare, avendo per coordinata centrale la psicologia. Accoglie contributi nazionali e internazionali, in italiano e in lingua originale, sui temi centrali alle professioni, anche emergenti, come la ricerca e la manualistica di psicologia, psicoterapia, diritto e criminalistica, e sviluppa le questioni trasversali immerse nel cuore delle immagini, come la psicoanalisi, l'arte, la letteratura. I lavori hanno il fine di ampliare lo studio, l'esegesi e l'epistemologia delle discipline incontrate, coniugando il rigore scientifico alla necessità di aprire gli argini del pensiero divergente, creativo, innovativo.

La sezione *Officina* accoglie manuali professionali di psicologia, psicoterapia, giuridica e criminalistica.

Desidero ringraziare il Dott. Ezio Benelli per l'idea e il supporto della traduzione italiana.

Egon Fabian

**L'importanza dell'umorismo
in psicoterapia**

Traduzione di

Chiara Arnone

Lino Arnone





Aracne editrice

www.aracneeditrice.it

info@aracneeditrice.it

Copyright © MMXVII

Gioacchino Onorati editore S.r.l. – unipersonale

www.gioacchinoonoratieditore.it

info@gioacchinoonoratieditore.it

via Vittorio Veneto, 20

00020 Canterano (RM)

(06) 45551463

ISBN 978-88-255-0159-9

*I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica,
di riproduzione e di adattamento anche parziale,
con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.*

*Non sono assolutamente consentite le fotocopie
senza il permesso scritto dell'Editore.*

I edizione: aprile 2017

Edizione originale:

Egon Fabian, *Humor und seine Bedeutung für die Psychotherapie*

© Psychosozial-Verlag, Gießen 2015, www.psychosozial-verlag.de

Indice

- 9 *Introduzione*
- 13 *Capitolo I*
Importanza dell'umorismo e del motto di spirito in psicoterapia
- 25 *Capitolo II*
Aspetti identitari nel motto di spirito ebraico
- 39 *Capitolo III*
Ironia e autoironia in psicoterapia
- 53 *Capitolo IV*
Umorismo nella terapia del disturbo borderline
- 65 *Capitolo V*
Umorismo e rabbia repressa
- 75 *Capitolo VI*
Umorismo e paura
- 81 *Capitolo VII*
Umorismo come risorsa
- 89 *Capitolo VIII*
Umorismo e saggezza
- 93 *Indicazioni testuali*
- 95 *Bibliografia*

Introduzione

Numerosi sono gli articoli e i libri dedicati all'umorismo e al motto di spirito in psicoterapia: ciò conferma non solo la serietà del tema (secondo Erich Kästner l'umorismo è « il tema più serio del mondo »), ma anche la sua importanza nella psicoterapia. Freud dedica proprio al motto di spirito il suo terzo libro — pubblicato cinque anni dopo *l'Interpretazione dei sogni*, un anno dopo *Psicopatologia della vita quotidiana*, nello stesso anno dei *Tre saggi sulla teoria sessuale* — poiché il sogno, la psicopatologia della vita quotidiana e l'umorismo sono tre manifestazioni non mediate dell'inconscio. Queste tre varianti conducono tutte alla profondità della psiche, seppur con modalità differenziate.

Il motto di spirito è collegato alla metafora e all'aforisma. Fa parte del linguaggio figurato assieme alle favole, ai miti, alle allegorie, alle similitudini e agli aneddoti. Tali figure semantiche hanno un ruolo fondamentale a completamento di qualsiasi psicoterapia, ma soprattutto nel trattamento dei cosiddetti disturbi dello sviluppo infantile. Con tali pazienti lo psicologo si trova ad affrontare una spiccata resistenza all'elaborazione dell'inconscio: spesso i pazienti non ricordano i sogni, hanno limitate facoltà associative, poca fantasia, e alcuni di loro provano sentimenti d'inferiorità o di colpa, perché sentono di non riuscire a rispondere alle “aspettative” del terapeuta.

Queste problematiche occorrono particolarmente nel caso di pazienti psicosomatici che hanno strutturato un disturbo di pensiero concretista — il pensare solo a cose concrete, oggettive, senza l'integrazione di astrazione o di emozione — tanto da rendere quasi inefficaci alcune terapie verbali. Il linguaggio figurato, in questi casi è l'unico strumento che permette di affrontare sia le resistenze che il concretismo¹. Attualmente si può ampliare il repertorio della terapia utilizzando anche tecniche espressive e corporee, che a parer mio apportano un contributo fondamentale alla terapia individuale di tutti i disturbi dello sviluppo infantile.

1. Il pensiero concretistico è un pensiero basato su nozioni concrete, riferito ad elementi materiali.

L'umorismo invece ha altri meriti: può creare distanza dalla propria patologia e, in alcuni casi fortunati, dal proprio carattere, dalle proprie individuali debolezze. La comicità è una valida risorsa e una dote personale che può migliorare anche la prognosi della terapia. Inoltre ridere fa bene alla salute e ridere in compagnia facilita la relazione. L'umorismo è strumento efficace con i pazienti diffidenti, paranoici, ansiosi, depressi, psicosomatici o altamente traumatizzati che evitano il contatto e che, a causa del loro vissuto, lo considerano addirittura pericoloso. L'umorismo ci riporta nella fase dello sviluppo primario, in cui la relazione era diretta e non mediata dal linguaggio, una fase in cui il sorriso e il riso erano alcuni degli elementi fondamentali di attaccamento e di affetto. Scrive Grotjahn: « Il bambino ride ben prima di mostrare altre caratteristiche di appartenenza alla razza umana » (1957–1974). Il sorriso e il riso sono modalità di comportamento sociali primordiali, infatti si ride generalmente in due o in gruppo (Bergson, 199–1940). Ridere in compagnia unisce e crea uno stato di fiducia reciproca a patto che non si rida di terzi e che l'umorismo sia benevolo. Al contrario la derisione, lo scherno, la beffa e il sarcasmo possono risultare offensivi, crudeli e traumatizzanti. Numerosi sono i pazienti che riferiscono tali traumi subiti durante l'infanzia, e di conseguenza nelle loro psicoterapie bisogna dosare con attenzione l'uso della comicità. L'uso di una barzelletta in mani di psicoterapeuti inesperti può scatenare una reazione non prevista o una seria resistenza alla terapia. Così come per un qualsiasi altro strumento terapeutico, bisogna disporre di conoscenze fondate e di molta esperienza per saper utilizzare comicità e motto di spirito. Nell'intenzione dell'autore lo scopo di questo libro è proprio di fornire un aiuto in tal senso: in questo testo sono discusse le opportunità e le difficoltà che possono emergere nel percorso psicoterapeutico in cui vengono utilizzati comicità e motto di spirito.

Nel Capitolo I², *Importanza dell'umorismo e del motto di spirito in psicoterapia*, vengono distinte varie tipologie di umorismo e di motto di spirito e presi in esame i vantaggi e i rischi che possono nascere quando umorismo e motto di spirito vengono utilizzati durante il trattamento terapeutico.

La maggior parte della barzellette citate sono ebraiche. Alcune di esse vengono esaminate successivamente nel Capitolo II, *Aspetti*

2. I capitoli di questo libro si basano su parti di testi già pubblicati. Per la presente edizione si è provveduto alla loro completa revisione. La bibliografia è riportata in fondo al testo.

identitari nel motto di spirito ebraico, che tratta appunto la specificità e la storia del motto di spirito ebraico.

Il Capitolo III, *Ironia e autoironia in psicoterapia*, viene presa in esame l'ironia in ambito letterario in quanto "arma dei disarmati" e se ne approfondisce il significato nel campo della psicoterapia. L'autoironia viene definita « il tipo più maturo di ironia ».

Nel Capitolo IV, *Umorismo nella terapia del disturbo borderline*, vengono indagati gli aspetti specifici dell'uso dell'umorismo e del motto di spirito nella psicoterapia di pazienti con tale disturbo di personalità. L'utilizzo dell'umorismo e della barzelletta con pazienti con aree traumatiche infantili, categoria in cui rientrano anche i pazienti borderline, richiede molta attenzione e notevole esperienza.

Nel Capitolo V, *Umorismo e rabbia repressa*, e nel Capitolo VI, *Umorismo e paura*, vengono esaminati due particolari aspetti del lavoro terapeutico con l'utilizzo di umorismo e motto di spirito che rappresentano due strumenti analitici utili per il trattamento di tali emozioni.

Nel Capitolo VII, *Umorismo come risorsa*, viene presentato l'umorismo "maturo" in quanto parte produttiva e risorsa fondamentale della personalità. Chi possiede il senso dell'umorismo è capace di relativizzare i conflitti poiché riesce ad effettuare un cambiamento di prospettiva sugli eventi. Se il paziente possiede tra le sue risorse il senso del comico, ciò può contribuire ad un esito positivo della prognosi psicoterapica.

Nelle Conclusioni, *Umorismo e saggezza*, si sottolinea il legame tra umorismo, gioco e creatività e si evidenzia come il senso del comico sia carattere fondamentale della saggezza umana. Inoltre in tale capitolo viene esposto il ruolo della creatività, della giocosità e dello stile di vita non convenzionale del terapeuta in quanto figura di riferimento determinante nella terapia.

L'aspetto terapeutico è il punto di osservazione centrale del libro, ma il presente volume non si rivolge solo ai terapeuti: ho cercato di evitare l'uso di un linguaggio eccessivamente tecnico in modo che anche il lettore meno esperto sia in grado di ridere alle battute. La risata è un esito collaterale del testo, ma certamente non ne è la finalità ultima, perché se un libro sull'umorismo fa troppo ridere, non è un buon libro, ma se non fa ridere per nulla allora è pessimo.

Importanza dell'umorismo e del motto di spirito in psicoterapia

L'uso dell'umorismo e i suoi effetti in psicoterapia, soprattutto in psicoanalisi, sono sempre stati controversi. Sebbene attualmente si ritenga efficace l'uso della comicità in terapia (Baker, 1993; Christie, 1994; Frings, 1996; Grotjahn 1957–1974; Pasquali, 1986; Poland, 1990; Rose, 1969 *et al.*), le opinioni su modalità, tempi d'uso, indicazioni o eventuali rischi divergono a seconda degli autori che si sono interessati a tale argomento. Uno dei primi autori a occuparsi di questo tema, Lawrence Kubie, conclude il suo articolo del 1971 *The destructive potential of humor in psychotherapy* con la seguente riflessione:

L'umorismo ha un suo posto fondamentale nella vita. Lasciamolo lì dov'è e prendiamo atto che c'è un ambito della vita in cui esso può avere un ruolo marginale, o forse nessun ruolo, ovvero la psicoterapia. (Kubie, 1971)

È corretta l'indicazione di Kubie sul fatto che l'umorismo tra il terapeuta e il paziente possa celare aggressività e ostilità del paziente dietro una facciata di un falso “cameratismo” e servire quindi come strumento di inganno o di banalizzazione. Corrette risultano anche le sue due seguenti considerazioni. La prima sull'uso dell'umorismo, specialmente quello maligno da parte del terapeuta ai danni del paziente, perché ciò può attivare involontariamente un transfert o scatenare una reazione paranoica. La seconda riguarda il pericolo insito nell'uso dell'umorismo da parte di un terapeuta inesperto. Si noti però che quando Kubie sostiene che l'umorismo pregiudichi « la necessaria riservatezza del terapeuta » e « faciliti il flusso delle libere associazioni solo in determinate condizioni », egli si riferisce al trattamento psicoterapeutico del paziente nevrotico e alla classica modalità d'analisi sul lettino. Tuttavia viene da chiedersi se ciò che sostiene Kubie valga anche per la terapia di altre malattie psichiche: ad esempio la schizofrenia?

Ci sono alcuni autori che non riconoscono o banalizzano le differenze tra umorismo innocente, cinico e sarcastico; invece altri autori generalizzano il concetto e ritengono sbagliato in toto ogni forma di umorismo. Nel suo testo *Die lachenden Dritten* [I terzi che godono] Sarah Kofman (1986–1990) segue l'esempio di Freud quando afferma: « Si ha sempre bisogno di qualcuno più sventurato di noi ». Hobbes definisce l'umorismo come la reazione di un uomo debole o sfortunato ai danni di un altro uomo, più debole e sfortunato (cit. dal tedesco Zillmann, 1983). Il filosofo Henri Bergson (1900–1940) descrive un solo tipo di umorismo, quello offensivo e derisorio *tout court*, tanto che avrebbe fatto meglio a intitolare il suo testo *L'irrisione* piuttosto che *Il riso*. Inoltre dalla lettura della notevole mole di saggi critici (ad es. Kotthoff, 1993; Baker, 1993) risulta chiaro che le parole “umorismo” e “battuta di spirito” vengono spesso usate come sinonimi. Anche la differenza tra arguzia, comicità e umorismo, basata sulla « tendenza al risparmio di energia psichica » (Freud, 1905) è rimasta solo di tipo speculativo, priva di conseguenze sul piano terapeutico. Da questi e altri diversi esempi di inesattezze e confusioni concettuali, ne conseguono opinioni divergenti sull'importanza dell'umorismo in psicoterapia. Risulta quindi necessario stabilire in maniera chiara i concetti di “umorismo” e “motto di spirito” e definire le differenze. Secondo il dizionario tedesco *Brockhaus* (1969) l'umorismo è:

un'allegria priva di preoccupazioni. L'umorismo permette di realizzare, come nel giuoco, un riequilibrio armonico delle contraddizioni per mezzo del distacco che crea una prospettiva estetica. L'umorismo procura un sorriso benevolo e comprensivo nei confronti delle debolezze umane e delle iniquità dell'esistenza.

A mio parere Il *senso del comico* è sia la capacità di reagire a situazioni comiche con una risata o un sorriso (quindi in modo sonoro o in modo silenzioso) che la capacità di creare tali situazioni, poco importa se reali o fantastiche. Inoltre, non tutte le forme di umorismo si concludono con un “sorriso benevolo e comprensivo”. Solo chi ha un senso maturo di comicità è in grado di ridere di se stesso, delle proprie debolezze e dei propri difetti, ed è quindi capace di distanziarsene o di accettarle, perché in grado di comprenderle a un livello più elevato. Il senso ironico presuppone una certa capacità di pensiero teorico: questa è una capacità non verbale, che ritroviamo già nel bambino sano. Infatti già a poche settimane il bambino ride se qualcuno gli fa cuccù. Se Freud avesse giocato un po' di più con i

suo figli, non avrebbe mai scritto che « al bambino manca il senso del comico » (Freud, 1905). L'umorismo infatti è una forma spontanea ed universale di relazione umana che non prevede delimitazioni culturali: un atteggiamento o un comportamento umoristico vengono universalmente capiti. Una persona con il senso dell'umorismo s'intende immediatamente con un'altra persona con la stessa caratteristica. L'umorismo è legato alla giocosità e alla creatività: Koestler (1996) associa il talento comico alla ricerca scientifica e all'atto creativo. Poland (1990) lo associa alla saggezza, e lo ritiene alla portata di tutti, anche se con le dovute differenze.

Ci si può quindi domandare: perché esistono persone senza senso dell'umorismo e altre che addirittura si sentono ferite o offese dal comico?

Numerosi autori (Martin & Lefcourt, 1983, Korotkov, 1991; Decckers & Ruch, 1992; Kuiper *et al.* 1992; Ruch, 1996; Craik *et al.* 1996) hanno tentato di descrivere l'umorismo come un carattere della personalità, spiegandone ad esempio la funzione nella gestione dello stress oppure hanno provato a misurarlo nei test, in quanto aspetto specifico. Il concetto di comicità però non è basato su un modello di personalità e quindi non può essere una caratteristica fisica misurabile. A mio parere il senso dello comico deve essere correlato ma anche distinto da altre caratteristiche strutturali (come ad esempio le funzioni dell'Io), così da comprenderne in modo completo il valore psichico e il suo eventuale utilizzo in psicoterapia. Inoltre bisogna distinguere e caratterizzare i concetti di "umorismo" e di "motto di spirito", nonché le loro varianti.

Il bambino piccolo esplora il mondo circostante con curiosità "aggressiva", giocosità e spesso infantile comicità. Anche se questo tipo di esplorazione implica un limitato allontanamento dalla madre e dalla famiglia, essa è permessa senza sensi di colpa. Se invece il gruppo familiare ostacola il distacco per paura, allora la curiosità aggressiva viene modificata in modo distruttivo, o in casi eccezionali, in maniera deficitaria (cfr. Ammon, 1970, 1979). L'umorismo favorisce la separazione giocosa e rappresenta allo stesso tempo una funzione creativa. L'umorismo non può svilupparsi in una famiglia depressa, ansiosa, maniacale, paranoica o simbiotica, il cui deficit identitario può essere bilanciato solo da una sana omeostasi con la realtà esterna. L'umorismo non costruttivo (sarcasmo, cinismo, ironia maligna) esprime invece una forma di aggressività distruttiva, in quanto non è presente un distacco interiore. Ecco come l'umorismo può diventare

socialmente distruttivo, offensivo, e irrispettoso, come ad esempio la derisione malevola, la caricatura, o la presa in giro di difetti corporei o mentali di altre persone.

Il bambino vissuto in una famiglia senza senso del comico è privo di humor perché non gli è stato insegnato a relazionarsi in modo creativo, bonario e spiritoso. Lo stimolo può anche provenire da persone esterne al nucleo familiare: anche un parente può letteralmente “salvare” il bambino attraverso la sua giocosità empatica e il suo umorismo, proprio come accade nel film *Mon oncle* di Jacques Tati. Non avere senso comico è un sintomo patologico: è sintomo di depressione e di una capacità comunicativa alterata (cfr. Grotjahn, 1957–1974; Stein 1985) e non è certamente un semplice deficit di talento naturale, come affermano Freud (1928) e Grotjahn (1957–1974). Grotjahn osserva laconicamente « l'umorismo o lo si possiede o non lo si possiede ». Ad esempio si narra che la regina Vittoria d'Inghilterra non abbia mai riso ad una barzelletta in tutta la sua vita (*ibidem*).

Il motto di spirito è una forma verbale d'umorismo. Il concetto moderno di barzelletta come “storiella” arguta di varia lunghezza trae origine dall'etimologia del termine (franc. “esprit”, ingl. “wit” o “witticism”), ovvero dalla verve umoristica considerata una qualità dello spirito. Poiché si tratta di una forma verbale, essa si evolve successivamente all'umorismo e non è solo soggetta agli stimoli della comunicazione primaria, ma anche a quelli secondari di tipo culturale. La battuta di spirito è una forma complessa e compiuta di umorismo in cui può essere presente un gioco verbale. È quindi falso pensare che l'umor verbale degli inglesi o degli americani sia diverso da quello degli ebrei, ungheresi, o russi: semplicemente risulta diverso perché un gruppo etnico davanti ad una delle barzellette verbali più comiche di un altro gruppo etnico o non ride, perché non la comprende o ride poco perché la comprende in maniera diversa. Ad esempio, la battuta ebraica dell'Europa dell'Est, nata nei primi del XIX secolo è un genere altamente specifico, intellettuale e complesso di motto di spirito, in cui risultano fondamentali due aspetti: l'autoironia e il problema dell'identità ebraica. L'autoironia, in quanto reazione alla sofferenza, al senso di colpa e alle ambivalenze, esprime il problema dell'identità ebraica utilizzando il concretismo (vedi Capitolo III).

Nella battuta di spirito, così come nell'umorismo, possiamo trovare forme costruttive o distruttive, in rapporto all'intenzione del motto di spirito. In quanto prodotto culturale definito dal linguaggio, la battuta di spirito presuppone quanto segue:

- a) un senso di comicità generale;
- b) una certa familiarità con le sottigliezze della lingua e della cultura di appartenenza.

Anche per la battuta, come per l'umorismo, si possono distinguere famiglie in cui il motto di spirito è presente in maniera costruttiva o non costruttiva, e famiglie in cui la battuta di spirito non è mai usata, così come in generale non viene mai fatto uso di comicità.

Però non esiste una precisa linea di demarcazione: non tutte le battute sono uguali. C'è una differenza enorme tra il gioco di parole di Freud (*Opere*, vol. V, p. 22, trad. it.) in cui « una personalità in vista della vita pubblica ha *dietro di sé* un grosso *futuro* », e una battuta ebraica con uso di un linguaggio aristocratico (Freud 1905) in cui una ricca ebrea *viennese* lamentandosi per i dolori del parto « raggiunge *strati* di consapevolezza *sempre* più profondi » (*Opere*, vol. V, p. 71, trad. it.) (vedi Capitolo III).

Approfondiamo ora il fenomeno per cui in genere i bambini piccoli reagiscono a una battuta rimanendo disorientati, offesi, o impauriti (Fonagy 1970; Nemes 1994). Il pensiero del bambino è concreto, o più esattamente magico-concreto, come quello dei popoli e delle culture primitive. I bambini non possiedono le *sfumature* della lingua astratta e la sottigliezza del *double entendu*, spesso presenti nella battuta di spirito (si veda Freud 1905). Come si vedrà successivamente (cfr. Cap. III) la contraddizione tra pensiero concreto e pensiero concettuale è alla base di qualsiasi barzelletta. Non ci si deve quindi meravigliare se il bambino si offende o reagisce in maniera paranoica (Wolfenstein, 1951) a una battuta spiccatamente verbale, perché egli possiede ancora un pensiero notevolmente concretistico, e ciò ancor di più se la battuta è distruttiva, malevola-ironica o cinica. Nella battuta ironica è ancora più evidente rispetto al motto di spirito generale il contrasto tra il senso letterale, cioè tra quello che concretamente viene detto e il significato figurato, traslato, quando per esempio attraverso il contrario viene esplicitata una critica, un'aggressività, oppure un rifiuto (secondo Stein "l'inversione di significato", 1985). Di conseguenza l'ironia richiede una grande capacità d'interpretazione del verbale e del pensiero astratto-concettuale. Quindi è ovvio che i bambini o le persone con struttura psicosomatica e di tipo psicotico con un disturbo di pensiero concretistico avvertano l'ironia verbale solo come offesa. A tal proposito Theodor Reik (1913, 1926) ha studiato il contenuto tematico aggressivo insito nel motto di spirito cinico.

Numerosi neuroscienziati concordano nel ritenere l'umorismo, così come per altre capacità simboliche o astratte figurative, di competenza dell'emisfero cerebrale destro, e lo considerano il prodotto di una sinergia tra i due emisferi (McGhee & Goldstein, 1983; Tucker, 1981; Wapner *et al.*, 1981; Rotenberg, 1993, 1994).

Il bambino non può capire la battuta ironica, ma grazie alla sua intuizione e alla sua capacità di comprensione del non verbale, del tono della voce e del linguaggio corporeo, può riconoscere senza problemi un contenuto verbale aggressivo. I bambini sanno "riconoscere" benissimo l'umorismo non verbale, a meno che il loro senso dell'umor non sia già strutturalmente carente.

Rimarremo sorpresi della relazione che si può instaurare coinvolgendo i bambini in un gioco spiritoso, ad esempio basato sulla comicità del linguaggio corporeo, o con elementi imitativi.

Così come per i bambini, la comicità non verbale costruttiva viene "compresa" dalla maggior parte dei pazienti con problemi psichici, anche da quelli con un "disturbo dello sviluppo infantile", i quali generalmente non la concepiscono come un'offesa o una presa in giro. Tale forma di comicità annulla il deficit legato all'incomprensibilità del motto di spirito verbale e quindi può evolversi in un successo terapeutico, successo che ha molto in comune con altri linguaggi figurativi primitivi come le similitudini, le metafore e le favole. Anche i pazienti più difficili riescono a comprendere un genere di comicità come quello riportato di seguito:

Una paziente schizofrenica innamorata dell'aiuto primario della clinica entra in una sala del gruppo plenario con in mano un mazzo di rose. Nella stanza un folto gruppo plenario sta svolgendo la terapia, sono quindi presenti tutti i terapeuti e una sessantina di pazienti della clinica. Le rose sono per "il più bel medico della clinica" e quindi la paziente porge all'aiuto primario una rosa lunga e molto bella. La paziente però nota che il primario, che sta conducendo il gruppo seduto accanto all'aiuto primario, "sembra amareggiato" per non aver ricevuto nulla e quindi, per consolarlo, decide di regalare anche a lui una rosa, una rosa corta e appassita. A quel punto, nel mezzo del gruppo psicodinamico siedono l'aiuto primario con in mano una rosa lunga e dritta e il primario con una rosa corta e tutta appassita. L'intero gruppo scoppia per cinque minuti in una fragorosa risata. Anche i depressi gravi ridono di gusto. L'implicazione sessuale della scena non ha bisogno di chiarimenti (si noti come si possa ridere veramente di gusto solo in gruppo, e non solo alle spalle di qualcun altro).

Bisogna prestare attenzione all'uso del motto di spirito verbale, poiché questo, a seconda della complessità e della sottigliezza, presuppone un minimo di pensiero concettuale assente nei pazienti con gravi disturbi del pensiero concreto. Inoltre bisogna considerare che in molti pazienti con tali disturbi del pensiero concreto il linguaggio rappresenta una ferita dell'infanzia. Come spesso accade per i pazienti schizofrenici il linguaggio può esprimere una comunicazione a doppio legame in contrasto con la comunicazione emozionale. Oppure, come succede per i malati psicosomatici, il linguaggio può essere puramente funzionale senza elementi emozionali o affettivi. Così come accade in alcune famiglie distruttivo-aggressive di malati schizofrenici o borderline, il linguaggio può risultare cinico, derisorio e offensivo. Per questo motivo quando si usa in psicoterapia il motto di spirito è bene prestare attenzione al fatto che esso rimanga essenzialmente costruttivo e che non provochi con la sua sottigliezza linguistica un disturbo concretistico del paziente: ad es. quando esso facilita un transfert paranoico oppositivo — se il paziente aveva avuto un padre che esprimeva la sua aggressività con prese in giro ironiche o ciniche — prima che si sia stabilita un'alleanza terapeutica basata sulla fiducia. Bisogna stare attenti anche ai pazienti che provengono da ambiti culturali diversi, poiché in alcuni casi il tipo di motto di spirito europeo, o meglio dell'Europa dell'est e dell'Europa centrale, non viene capito. È inoltre sempre importante chiedersi in che modo si sia già consolidata e affiatata la relazione tra il terapeuta e il paziente, e tale domanda ovviamente implica anche la valutazione delle diverse situazioni di transfert: stranamente in letteratura questo aspetto della relazione terapeutica è stato spesso sottovalutato. A tale proposito, Frings (1996) e altri autori sottolineano correttamente l'importanza del controtransfert nel lavoro dello psicoterapeuta.

Soprattutto la comicità non verbale favorisce la relazione e la fiducia nel corso della terapia. L'umor e la giocosità sono perciò elementi indispensabili nella terapia delle psicosi e devono fare parte della personalità del terapeuta che lavora con tali malati e con pazienti con patologie dello sviluppo infantile o adolescenziale. L'opinione diffusa in letteratura per cui i pazienti schizofrenici non hanno senso del comico (cfr. Sands, 1984) si basa sulla reazione di questi pazienti al motto di spirito verbale. Per questi motivi l'uso della battuta di spirito verbale deve essere soppesato caso per caso a seconda del processo terapeutico.

In questo senso l'uso del motto di spirito ebraico può spesso risultare efficace poiché in esso è centrale l'elemento dell'autoironia benevola e relativizzante. Si notino i seguenti esempi:

Goldberg passeggia tranquillo sul ponte di una barca che sta affondando. Un amico lo vede e gli urla: « Goldberg, non vedi che la barca sta affondando? ». « E allora? Non è mica la mia barca! ». Un ebreo incontra un amico che si è da poco convertito al cristianesimo, e gli chiede: « Quindi ora credi in Dio? ». L'amico non risponde. « Credi in Dio? » gli domanda di nuovo. Nessuna risposta. Il giorno dopo l'ebreo ripete la domanda e l'altro allora risponde: « No! ». « E non potevi dirmelo ieri? ». « Ma stai scherzando, durante il Sabbat? ».

Il fine centrale del motto di spirito terapeutico è la relativizzazione del dolore, della debolezza umana e della cattiva sorte. Già Freud segnala questo aspetto del motto di spirito e dell'assurdità della comicità macabra (« Questa settimana non inizia per niente bene » pensa il condannato a morte il lunedì della sua esecuzione), per Freud la comicità è “il trionfo del narcisismo”. George Tabori sottolinea inoltre che ogni buona barzelletta spesso esprime una sventura non ancora completamente superata. In una trasmissione del 1996 lo scrittore ha raccontato la seguente storiella:

In Florida una nonna ebrea passeggia con il nipotino sulla spiaggia. Improvvisamente un'enorme onda inghiotte il nipote. La nonna prima si dispera, poi grida al cielo con rabbia: « Dio, a cosa mi è servito osservare le tue leggi per tutta la vita e pregare ogni giorno? A farmi portar via mio nipote?! ». Ed ecco che il nipote riappare incolume e senza un graffio, allora la nonna si inginocchia e si mette a ringraziare Dio. Poi guarda il nipote e con aria di rimprovero domanda: « E che fine ha fatto il tuo cappello nuovo? ».

Vi sono innumerevoli altri esempi, come quello che segue:

Un subacqueo si immerge nelle profondità dell'oceano. Sta sbrigando il suo lavoro quando sente la voce del capitano nelle cuffie che gli intima: « Risalire immediatamente — stiamo affondando ».

Charlie Chaplin nota che se si è in grado di riconoscerli, possono esserci momenti comici anche in situazioni luttuose (Chaplin, 1977–1994). Il famoso caricaturista francese Jean Jacques Sempé sostiene: « Per me tutto ciò che è serio è comico e tutto ciò che è comico è