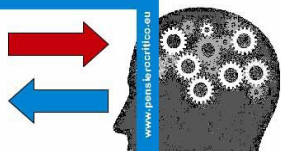


**Quando, in una situazione lavorativa, familiare, associativa, politica, ecc. si percepisce un disagio e un senso di generale insoddisfazione, e si avverte di non riuscire a risolverlo con le proprie forze, probabilmente è presente un conflitto con le inclinazioni personali mediato dal linguaggio**

I vantaggi del linguaggio sono così ovvi che non vale neanche la pena parlarne: esso consente le relazioni interpersonali, arricchisce gli scambi sociali e determina l'ingresso in una specifica comunità culturale. Degli svantaggi nessuno ne parla perchè non si sospetta ve ne siano. Ci chiediamo come facciano certe persone a mentire spudoratamente e alcune di queste, quando poste di fronte all'evidenza, negare anche quella. Ci sono dei buoni motivi e la psicologia li ha studiati. Tutto nasce molto presto nella vita di una persona e precisamente quando il linguaggio fa la sua comparsa nella vita di ogni bambino, cioè nel secondo anno di vita. Come scrive uno dei più autorevoli studiosi dello sviluppo infantile, lo psicoanalista Daniel N. Stern, che ha dedicato un'intera vita a studiare la nascita del *senso del Sé* nel bambino (Il mondo interpersonale del bambino - Bollati Boringhieri): *"A prima vista sembrerebbe che il linguaggio non possa arrecare altro che vantaggi all'espansione dell'esperienza interpersonale. Esso ci consente, infatti, di partecipare più facilmente agli altri le nostre esperienze; permette a due persone di dar vita scambievolmente a nuovi significati prima sconosciuti e che non potevano esistere fintanto che le esperienze relative non erano esprimibili in parole; infine, il linguaggio consente al bambino di cominciare a costruire una narrazione della propria vita. E tuttavia in realtà il linguaggio è un'arma a doppio taglio. Esso fa sì che parti della nostra esperienza divengano più difficilmente comunicabili a noi stessi e agli altri. Inserisce un cuneo fra*



*due forme simultanee di esperienza interpersonale: quella vissuta e quella verbalmente rappresentata.*" Il linguaggio consente al bambino di cominciare a costruire una narrazione della propria vita. E tuttavia in realtà il linguaggio è un'arma a doppio taglio. Esso fa sì che parti della nostra esperienza divengano più difficilmente comunicabili a noi stessi e agli altri. La scissione tra l'espressione verbale e quella non verbale è stata chiamata da Gregory Bateson 'doppio legame' (o 'doppio vincolo'), e tutti ne siamo consapevoli quando la vediamo agire sugli altri, ma non possiamo vederla su noi stessi. Scrive Stern: *"Quando due messaggi, in genere verbale e non verbale, sono radicalmente contrastanti, abbiamo la situazione che è stata definita di "doppio legame" (Bateson, Jackson e altri, 1956). In genere il messaggio non verbale è quello che si intendeva trasmettere, e il messaggio verbale è quello "registrato". Quest'ultimo è quello di cui siamo ufficialmente responsabili."* Il 'doppio legame' mostra la differenza tra la falsità dell'espressione verbale e la verità di quella non verbale. L'espressione verbale ha la caratteristica di essere *responsabilizzante*, cioè di non poter essere negata, mentre quella non verbale ha la caratteristica di essere *ritrattabile*, e di poter essere quindi negata. In tal modo, l'essere umano mantiene una certa elasticità e fluidità nella sua comunicazione con gli altri ma perde il contatto diretto con la propria esperienza personale. Il doppio legame diventa patologico, in certi gruppi familiari, aprendo la strada alla schizofrenia. L'uso del linguaggio da parte del bambino, inizialmente con la propria madre dalla quale lo apprende, introduce nella "costruzione del sé" una benefica (per la futura vita sociale) distorsione. Infatti, ciascuno di noi ha la possibilità, per mezzo del linguaggio, di distorcere la realtà e di mentire anche a se stesso. Scrive Daniel Stern: *"Una delle conseguenze di questa inevitabile divisione fra ciò che è ritrattabile e ciò per cui si è responsabili è che ciò che si può negare agli altri diventa in misura sempre maggiore negabile a sé stessi. Il linguaggio apre la strada all'inconscio.*



*Prima del linguaggio tutti i comportamenti hanno la stessa importanza, per quanto concerne il senso di 'proprietà'. Con l'avvento del linguaggio alcuni acquisiscono una condizione privilegiata da questo punto di vista. I molti messaggi trasmessi dai molti canali vengono frammentati dal linguaggio e disposti in ordine gerarchico lungo la dimensione responsabilità/ritrattabilità."*

Quando, in una situazione lavorativa, familiare, associativa, politica, ecc. si percepisce un disagio e un senso di generale insoddisfazione (ad esempio nel corso di una conversazione insoddisfacente), e si avverte di non riuscire a risolverlo con le proprie forze, probabilmente è presente un conflitto con le inclinazioni personali. Se il "*falso Sé*" dell'adulto ha completamente *forgiato* il suo modo di relazionarsi con gli altri non resta che rivolgersi a uno/a psicoterapeuta. Ma questo è un caso estremo, infatti nella maggior parte dei casi, il "*falso Sé*" crea solo lievi sensi di colpa che non consentono al soggetto di sottrarsi alle richieste degli altri. In questi casi occorre imparare a dire no, cioè a diventare '*assertivi*'.