GLOSSARIO

Adulto: è lo stato dell'io teso verso l'analisi oggetiva dei dati e la valutazione delle probabilità; ha la funzione di coordinatore tra gli altri due stati dell'io, dai quali può venire contaminato, con conseguente perdita di obiettività nella valutazione della realtà. Uno dei principali scopi della terapia è la decontaminazione dello stato dell'io Adulto.

Analisi strutturale: è l'analisi della personalità, del comportamento o delle trasformazioni, in termini di stati dell'io Genitore, Adulto e Bambino.

Analisi Transazionale: 1) è un sistema di psicoterapia basato sull'analisi delle transazioni interpersonali e delle catene di transazioni che si verificano durante le sedute di terapia. Le sue fasi principali sono l'Analisi strutturale (vedi), l'analisi delle transazioni vere e proprie, l'analisi dei giochi e del copione. 2) E' una teoria della personalità basata sullo studio di specifici stati dell'io. 3) E' una teoria del rapporto sociale basata sull'analisi rigorosa delle transazioni in un numero esauriente e definito di classi, basata sugli stati dell'io specificamente coinvolti. 4) E' l'analisi di singole transazioni per mezzo di diagrammi transazionali (circoli e frecce). Questa è l'Analisi Transazionale propriamente detta.

Anticopione: Il contrario del copione. E' l'opposizione con tono di sfida, a tutto ciò che le direttive copionali richiedono.

Antitesi di copione: Un ordine che contraddice un'ingiunzione genitoriale, o un intervento terapeutico che solleva in modo temporaneo o permanente dalla richiesta del copione. Una liberazione esterna.

Bambino: Stato dell'io arcaico, distinto in Bambino Adattato, Piccolo Professore e Bambino Libero.

Bambino Adattato: chiamato anche Genitore nel Bambino. Obbedisce alle direttive dei genitori (o figure genitoriali) anche in loro assenza, permettendo così al bambino di diventare socievole, ma a volte anche soffocando i suoi stessi desideri. Può essere « compiacente », come in questo caso, o « ribelle ».

Bambino Libero: o Bambino Naturale, o Bambino nel Bambino. Ricerca esclusivamente la soddisfazione dei propri desideri e costituisce la sorgente di energia vitale dell'individuo.

Bambino Pazzo: del genitore. E' fonte di pericolose ingiunzioni che possono portare ad un finale tragico del copione. Nella madre corrisponde alla Bambina Strega di Berne.

Carezza: è l'unità di scambio tra gli uomini, un segno di riconoscimento dell'esistenza e del valore di una persona. Ci sono carezze positive, chiamate appunto carezze, e negative, chiamate spesso « calci »; possono essere condizionate o incondizionate, fisiche o simboliche. Le traduzioni più usate sono: carezze, contatto, segno di riconoscimento, stimolazione, stimolo.

Controcopione: è un piano di vita conscio basato su insegnamenti genitoriali; è posteriore al copione con il quale può essere in accordo o in contrasto.

Copione: è una vera e propria storia pre-programmata della vita, basata su una decisione presa durante l'infanzia e rinforzata dai genitori, giustificata dagli avvenimenti successivi e che culmina in una scelta decisiva. E' solitamente inconscio ma può essere anche preconscio o conscio.

Decisione: Un impegno preso durante l'infanzia verso un certo tipo di comportamento che diverrà la base della formazione del carattere.

Discount: Svalutazione o scotomizzazione parziale o totale di sé stessi, degli altri o della situazione. E' la mancata attenzione nei confronti di qualcuno, il rifiuto di riconoscimento, parziale o totale, della sua presenza della sua esistenza o delle sue capacità.

Elettrodo: è il Genitore nel Bambino (o Bambino adattato). Se attivato produce una risposta quasi automatica.

Epicopione: Un eccesso di programmazione genitoriale che passa da una persona all'altra. Chi ha questa « patata bollente » è nell'epicopione.

Genitore: è lo stato del'io che riproduce il comportamento e i valori delle figure genitoriali di maggior rilievo. Può esercitare la sua influenza sia apertamente su un'altra persona, sia interiormente sugli altri stati dell'io dell'individuo. Può essere protettivo, iperprotettivo, critico e normativo.

Genitore Critico: è la parte del Genitore che sgrida, minaccia e punisce.

Genitore Protettivo: è la parte del Genitore che cura, consola e rassicura; è utile quando l'oggetto ha realmente bisogno delle sue cure e nocivo quando un eccesso di sollecitudine (vedi: salvatore) impedisce lo sviluppo del bambino o è pesante per la persona che non ne sente il bisogno (G. iperprotettivo).

Gioco: una serie di transazioni che seguono uno schema ripetitivo, e che portano ad un « tornaconto spiacevole per i giocatori i quali giocano avendo ciascuno un problema personale (gancio e anello).

Ingiunzione: è una proibizione o comando negativo da parte del Bambino del genitore; può essere verbale e non verbale e contribuisce in modo incisivo alla formazione del copione. La più comune è « Non pensare », la più pericolosa « Non esistere ».

Maledizione: ingiunzione di copione.

Minicopione: immaginato da Khaler e Capers, è una sequenza di comportamento che ha luogo nel giro di pochi minuti, o perfino secondi, e che produce un rafforzamento dello schema di vita. Può essere positivo o negativo. E' uno strumento utile, in sede di terapia, che ha come punti di riferimento gli ordini.

Moneta di scambio: è il mezzo usato dal « giocatore » per agganciare gli altri al proprio gioco. (es.: sesso — « Violenza carnale »; danaro — « Indigenza »).

OK: è un segno di accettazione di sé o degli altri.

OK Corral: quadrante delle posizioni esistenziali.

Ordine: viene dato dal Genitore del genitore al Genitore del figlio durante la fase della formazione del controcopione. Gli ordini si possono riassumere in cinque fondamentali: « Sii perfetto », « Compiacimi », « Fai in fretta », « Sii forte », « Tenta disperatamente ».

Pagamento finale: il destino ultimo o rappresentazione finale che segna la fine di un piano di vita.

Permesso: designa a volte un'autorizzazione dei genitori al bambino ad adottare un certo comportamento autonomo. Può trattarsi anche di un intervento terapeutico consistente nell'autorizzare una persona ad andare contro una ingiunzione genitoriale; cosa che richiede, da parte del terapeuta, notevole potenza e capacità protettiva.

Persecutore: Uno dei tre ruoli del Triangolo drammatico. Opprime gli altri e li attacca; a volte può tendere loro delle trappole per coglierli in fallo e far loro subire le sue recriminazioni o la sua brutalità verbale o fisica.

Piccolo Professore: Chiamato anche Adulto nel Bambino. E' la parte creativa e intuitiva dello stato dell'io Bambino.

Posizione esistenziale: opinione di sé e del resto del mondo che il bambino si costruisce prima degli otto anni. Esistono quattro posizioni

possibili che combinano questi sentimenti di valore: 1) Io sono OK-TU sei OK. 2) Io sono OK-Tu non sei OK. 3) Io non sono OK-Tu sei OK. 4) Io non sono OK-Tu non sei OK (in versione meno drammatica: Io non sono OK-Tu sei OK (ah! ah!)).

Prescrizione: serie di precetti dati dal Genitore Protettivo.

Protocollo primario: Le esperienze drammatiche originarie sulle quali si basa il copione.

Racket: designa il processo attraverso il quale l'individuo si procura, per cause reali o immaginarie, vecchie sensazioni « privilegiate » durante l'infanzia, quali la paura, il senso di colpa, la depressione, la rabbia, ecc.

Reparenting: ideato da Goulding, è un trattamento psicoterapeutico che consiste nella sostituzione ad un comportamento e ad un insieme di messaggi genitoriali inappropriati, di un nuovo Genitore che l'individuo si forma attraverso l'osservazione di figure genitoriali « sane ».

Ridecisione: metodo ideato da Goulding, consiste nel cambiamento della decisione presa durante l'infanzia. Deve venire dallo stato dell'io Bambino per essere veramente efficace.

Salvatore: uno dei tre ruoli del Triangolo drammatico. Con la scusa di aiutare gli altri, cerca di legarli a sé rendendoli dipendenti e incapaci di cavarsela da soli.

Stati dell'io: designa un insieme di sentimenti e sensazioni cui corrisponde un insieme coerente di comportamenti. Si distingue in tre principali stati dell'io: il Genitore, l'Adulto e il Bambino che possono essere osservabili come tre manifestazioni distinte di ciascuna persona.

Transazione: è l'unità del rapporto sociale. Designa uno stimolo verbale o non verbale da uno stato dell'io dell'agente ad uno stato dell'io del reagente, più la reazione da uno stato dell'io del reagente ad uno stato dell'io dell'agente. Una transazione può essere « complementare » con vettori paralleli, « incrociata » con vettori incrociati, o « ulteriore » su due livelli diversi, uno sociale e uno psicologico.

Triangolo drammatico: schema immaginato da Karpman, che illustra i passaggi dei tre differenti ruoli possibili durante lo svolgimento di un gioco o di un copione. I ruoli sono Persecutore, Vittima e Salvatore.

Vittima: uno dei tre ruoli del triangolo drammatico. Si trova costantemente e ripetutamente in situazioni in cui è rifiutata, attaccata e ferita da un persecutore. Attira generalmente sia il salvatore che il persecutore con il suo atteggiamento timoroso e lamentoso.