

## L'Escola de Palo Alto: No Es Pot No Comunicar!

S'anomena 'Escola de Palo Alto' un grup informal d'investigació que es reunia en aquest poble del sud de San Francisco, prop de la Universitat de Stanford. Els seus membres tenien en comú haver rebut la influència de l'antropòleg i analista de la cultura Gregory Bateson (1904-1980).

Bateson fou un personatge fascinant; fill del rector del Saint John's College de Cambridge (Anglaterra), que a més havia estat inventor del terme 'genètica' i redescobridor de l'obra de Mendel, tingué una vida molt complicada. Un dels seus germans morí en la Primera guerra mundial, un altre se suïcidà el dia i l'hora de l'aniversari de la mort de l'anterior i ell mateix tenia una mena de síndrome de fracàs molt accentuada que li impedia publicar. Es casà amb l'antropòloga Margaret Mead i col·laborà amb ella en l'estudi de les relacions familiars patològiques. Investigà temes com la gestualitat de la cara a través de fotografies i teoritzà el que ell anomena 'cismogènesi', és a dir, l'estudi d'aquelles situacions que, si no es dominen, acaben amb el trencament de les relacions familiars o de parella, a partir dels petits indicis. També feu treballs molt importants sobre les formes de comunicació de les nútries i dels dofins. Però era una mena de savi desconegut fins a la publicació del seu llibre 'Passos per a una ecologia de l'esperit' (1970) que recull els seus articles esparsos, d'una extraordinària dificultat de lectura.

Bateson a partir dels anys 1930 deixà d'interessar-se per les comunitats, que és l'estudi tradicional de l'antropologia, i passà a treballar el tema de les relacions interpersonals. A partir del 1942 fou un assidu de les conferències de la fundació Macy que cada any acollien els individus més innovadors del món acadèmic dels Estats Units. Allí va conèixer les idees del que Norbert Wiener designà des de 1948 amb el nom de 'cibernètica' i que ell adaptà a les ciències humanes i a la psicologia.

Entre els conceptes bàsics de la cibernètica hi ha el de 'feed-back' o bucle retroactiu, que descriu com un sistema manté el seu equilibri gràcies a l'adaptació permanent de cada element als seus homòlegs i al seu entorn. Bateson va adaptar aquesta noció de causalitat circular i retroalimentació a les formes de comunicació animal i humana. A partir de l'any 1949, Bateson s'instal·là a Palo Alto (Califòrnia), on treballà a l'Hospital psiquiàtric de la 'Veterans Administration' (excombatents). Quatre anys més tard, la fundació Rockefeller li atorgà subvencions per estudiar les paradoxes de la comunicació entre els esquizofrènics. La seva tesi, molt original per a l'època considera els trastorns mentals com a inseparables del seu context relacional. A partir de 1954 col·labora amb el psiquiatra Don Jackson (1920-1968) que també estudiava l'homeòstasi (l'equilibri) en les relacions familiars.

Per a Bateson i Jackson, l'esquizofrènia és una patologia de la comunicació familiar. Segons el seu model (de 1956), que estava inspirada en la teoria dels tipus lògics de Bertrand Russell i Alfred Whitehead, el malalt mental està atrapat en un feix de regles implícites contradictòries o 'double bind' (doble lligam o doble obligació, en català) que li exigeixen un comportament al qual mai no podrà adaptar-se. Si vinculem una necessitat primària, com per ex. ser estimat, a una condició impossible de complir (ser sempre el millor de la classe), el resultat serà el trencament de l'equilibri emocional (homeostasi) i a l'extrem una malaltia mental.

A partir de 1959, Gregory Bateson fundà el Mental Research Institute (MRI), amb Jackson i Virginia Satir, embrió de l'Escola de Palo Alto. L'originalitat d'aquest centre és que no pretenia curar els esquizofrènics, sinó les seves modalitats de comunicació en un sistema familiar de regles destrossades. Aquesta idea d'implicar la família en la teràpia, tot i haver estat molt contestada, s'ha continuat emprant en

moltes teràpies posteriors que arranquen de la hipòtesi que el malestar psicològic i la malaltia mental (o fins i tot el divorci!) es deuen a problemes comunicatius.

La tesi que presenta la vida familiar com una mena de teatre en què cadascú interpreta un paper es va fer molt popular quan Ray Birdwhistell (1956) va analitzar, imatge per imatge, una escena de deu segons en què Bateson encén la cigarreta d'una pacient. El resultat demostra que tot acte comunicatiu funciona simultàniament sobre diversos registres: llenguatge, entonació, gestos, mirades, proximitat, etc. Cada element participa de l'acte i acompanya els altres. És el model orquestral de comunicació. Llibres com 'La posada en escena de la vida quotidiana' d'Erving Goffman (1959) o 'La dimensió amagada' de l'antropòleg Edward T. Hall (1966) van popularitzar aquestes idees.

L'any 1967, a l'interior del MRI, el filòsof i psicoanalista Paul Watzlawick (1922-2007) funda el 'Brief Therapy Center' que proposa, com el seu nom indica, una teràpia sistèmica molt sovint familiar i que dura un cap de setmana. Es pot considerar que les tesis de l'Escola de Palo Alto arriben aleshores al seu grau més alt de maduració.

La teràpia breu recull també influències de l'anàlisi transaccional d'Eric Berne, autor del llibre clàssic 'Joestic bé, tu estàs bé', segons el qual en la ment de cadascú de nosaltres hi ha tres nivells (pare/adult/nen) que dialoguen entre ells, sota la direcció de l'adult, de manera que quan triomfa el 'pare' (deure) o el 'nen' (desig), la personalitat es descompensa.

Contràriament a la curació psicoanalítica, que és llarga i posa l'accent en el passat, les teràpies breus posen l'accent en l'ara i l'aquí. No serveix de res voler resoldre circumstàncies que van passar vint, trenta o quaranta anys enrere, i que en tot cas no tenen remei. La realitat tal com la concebem és, segons Watzlawick, el fruit d'una construcció individual que condiona la nostra interpretació dels esdeveniments, extensament condicionada, al seu torn, pel sistema relacional en què ens inserim, sigui familiar o social.

Per a l'Escola de Palo Alto el terapeuta no ha de dirigir la seva acció a les 'causes' de l'acció, sinó a les temptatives anteriors d'intervenció, la ineficàcia de les quals no ha fet altra cosa que mantenir la patologia. Del que es tracta és d'ensenyar a mirar les coses d'una altra manera. A l'extrem el trauma que s'ha patit no té remei. Del que es tracta és de no repetir-lo o de què no ens bloquegi la nostra acció futura. I per aconseguir-ho, hem d'aprendre a comunicar-nos d'una altra manera. En aquest sentit, aprendre a situar-se en l'espai, a acceptar el propi cos, etc., es pot fer a través d'exercicis en què l'important és crear espais d'empatia.

Com dirà Watzlawick: 'no es pot no comunicar': el nostre cos, les nostres mirades, els nostres gestos, comuniquen constantment. No hi ha circumstàncies o valors socials que produeixin determinades conseqüències inevitables sobre l'acció dels individus, com defensaren els estructuralistes. És al revés: els individus produeixen els fets socials. Del que es tracta és de mostrar-los com poden reestructurar l'espai i les seves relacions profitosament.