

Attraverso l'analisi transazionale siamo messi in grado di disporre della nostra libertà di scelta, della libertà di cambiare a volontà. Di modificare le nostre reazioni in risposta ai nuovi stimoli, che pur sono ricorrenti.

Molta di questa libertà viene persa durante la prima infanzia. È questo che porta alle nevrosi (termine che in psicologia indica un insieme di disturbi scaturiti da un conflitto inconscio di tipo ansiogeno). Nel processo nevrotico si è continuamente interessati a risolvere problemi arcaici senza saper affrontare la realtà così come è qui e ora. È la perdita della libertà di cambiare che dà inizio al processo nevrotico. Ciò accade nella prima infanzia.

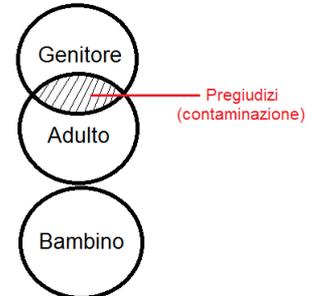
Quando il Genitore interferisce nell'Adulto, si crea un pregiudizio. Lo abbiamo visto nel precedente studio nel caso di Pietro.

Per ripristinare la libertà di cambiare occorre essere consapevoli della verità in merito a ciò che si trova sia nel Genitore che nel Bambino, e anche della realtà in cui viviamo. Dobbiamo anche essere consapevoli che le persone con cui trattiamo hanno loro pure interiormente il sistema del GAB (cfr. lo studio *La transazione*).

Nella vicenda di Pietro (si veda l'articolo precedente), Paolo impiegò il proprio Adulto. Sebbene l'apostolo dei pagani nulla sapesse di analisi transazionale, che è conquista della psicologia moderna, di fatto egli la impiegò.

Per ciò che ci concerne, per attuare la libertà di cambiare, il nostro Adulto deve continuamente esplorare non solo i campi che può conoscere, ma anche quelli incerti. In ciò si avvale di un'altra sua facoltà: valutare le probabilità. Fa infatti parte della nostra condizione umana dover prendere decisioni prima di avere a disposizione tutti i fatti. Quando, ad esempio, una persona si sposa o cambia impiego o stabilisce delle priorità nella sua vita, non ha a disposizione tutti i fatti. Del senno di poi, si dice, son piene le fosse. Ciò non impedisce però di prendere decisioni giuste. L'Adulto aderisce ai valori autonomamente. "Se uno di voi decide di costruire una casa, che cosa fa prima di tutto? Si mette a calcolare la spesa per vedere se ha soldi abbastanza per portare a termine i lavori". - *Lc 14:28, TILC*.

Il Bambino dentro di noi vuole certezze. Vuole essere sicuro che tutto rimarrà saldo, che la mamma ci sarà sempre, che i cattivi saranno puniti. L'adulto sa accettare che la vita non va così e che non si può essere certi di nulla. "L'uomo non sa neppure se amerà o se odierà; tutto è possibile". - *Ec 9:1*.



"Il fatto che non abbiamo la certezza assoluta di nessuna conclusione umana non significa che la ricerca sia inutile. È vero che dobbiamo sempre avanzare sulla base delle probabilità, ma ciò significa già qualcosa. Ciò che cerchiamo in qualsiasi ambito non è la certezza assoluta, perché questa ci è negata in quanto uomini, ma piuttosto la via più modesta di trovare di trovare il modo più sicuro di distinguere gradi diversi di probabilità". - Elton Trueblood (1900 - 1994), filosofo e teologo.

Se Pietro, nella sua vicenda di Antiochia, avesse avuto l'atteggiamento *Io sono OK - Tu sei OK* (cfr. lo studio *Quattro tipi di atteggiamento*), avrebbe abbracciato giacobiti ed ex pagani, non sarebbe stato vittima del pregiudizio, non avrebbe avuto paura.

Quando a prevalere sono il Genitore o il Bambino, i risultati sono prevedibili. Quando prevale l'Adulto, il risultato non è sempre prevedibile. C'è la possibilità di un insuccesso. Ma l'importante è che è possibile cambiare. E che l'Adulto può cambiare ancora.

Io sono OK - tu sei OK

Questo atteggiamento è cosciente, frutto di una decisione consapevole.

Questo atteggiamento si basa sul pensiero e sulla fiducia, ha come premessa: *Perché no?*

Un nuovo atteggiamento non può essere assunto lasciandosi trasportare dagli eventi, ma solo decidendo di adottarlo.