

Commento a Stephen Seligman

Giuliana Barbieri*

Quando mi è stato chiesto di leggere un lavoro di Seligman, ho accettato molto volentieri perché mi aspettavo un 'incontro intersoggettivo' interessante, a fronte di molte letture ripetitive che aggiungono solo parole al già detto o scritto.

Dopo la prima lettura, nella mente mi si è presentata quest'unica frase: *bravo Seligman!* sebbene Seligman non avesse certo bisogno di questo apprezzamento, il senso della spontaneità di quel pensiero era legato al fatto che i contenuti di cui ha scritto e la modalità¹ con cui li ha scritti avevano reificato, durante la lettura, ciò di cui aveva scritto.

Di fronte a un lavoro che si sente particolarmente sintonico, come durante uno scambio relazionale significativo, accade che si sviluppi un primo movimento di completa ammirazione, sintonizzazione, riconoscimento, rispecchiamento, empatia, identificazione proiettiva, che sospendono momentaneamente un secondo momento, quello della differenziazione.

Questo secondo momento è arrivato spontaneamente di lì a poco, attraverso frasi dello scritto che si intrufolavano nella mia mente tra le tante altre cose della vita di ogni giorno; e anche questo secondo momento non era categoriale ma fluttuava tra l'apprezzare la capacità che Seligman aveva avuto nel rendere la dinamicità dei concetti presi in esame, al sentire che ad alcune sue affermazioni associativamente mi accadeva di dare la mia propria forma.

Diversamente dalla rapidità degli scambi intersoggettivi diretti, la dinamicità dei passaggi dal 'tuffo' nel pensiero di Seligman al dialogo tra le nostre due forme, è stato inevitabilmente più lungo, perché mediato da uno scritto e dall'obiettivo di esprimere dei pensieri in merito al suo lavoro; tuttavia, pur trattandosi dell'incontro con uno scritto, la dimensione dinamica,

*Psicoanalista SPI. E-mail: giuliana.barbieri@fastwebnet.it

¹Per 'modalità' intendo tutti gli aspetti del sistema di memoria e rappresentazione procedurale coinvolti in ogni scambio.

che ha fluttuato tra somiglianza e differenza, è stata altrettanto interessante perché ha permesso di esperire il sé in continuità coesiva a fronte della concezione di un sé statico.

Di tutti gli spunti che la lettura di questo lavoro mi ha dato, ho pensato di concentrarmi brevemente su quelli che più stanno a cuore anche a me: a) la possibile e facile idealizzazione nei confronti dell'analista, e b) il ruolo del comportamento nella dimensione psicoanalitica.

a) In un passato non lontano si è dedicata molta letteratura alle reazioni terapeutiche negative e ai transfert negativi, spesso considerati tali perché ignorato l'apporto dell'analista nello scambio relazionale a monte di queste reazioni negative, ricondotte quasi sempre a stati difensivi del paziente.

Diversamente, poco è stato scritto relativamente alla facilità di idealizzazione e auto-idealizzazione dell'analista e di conseguenza della psicoanalisi e delle Istituzioni psicoanalitiche stesse.

Che Seligman ne attiri l'attenzione è tanto apprezzabile quanto realistico.

Troppo spesso le varie forme di intersoggettività prese in esame da Seligman sono concepite e messe in atto in 'modalità' unidirezionale, e viene impostata una relazione analitica la cui conseguenza è un analista irrealisticamente ma onnipotentemente 'buono': sa ascoltare, capire accogliere, empatizzare, prendere le angosce, restituirle trasformate ... e può accadere che gli effetti benefici conseguenti alla idealizzazione diventino inconsapevolmente il criterio principale con cui viene valutato positivamente l'effetto di un trattamento.

Se si lavora per i bambini l'idealizzazione si trova su un piano ancora più scivoloso ed inclinato, e le conseguenze sono potenzialmente dannose.

Ancora prima di svolgere qualsiasi atto psicoanalitico, agli occhi dei pazienti noi siamo gli esperti dell'inconscio e quindi, per definizione e da subito, siamo quelli che possono arrivare ad una dimensione preclusa al paziente; di conseguenza, la relazione, nella mente del paziente, è già asimmetrica ancora prima di iniziare. Quando incontriamo dei genitori, si aggiunge un'altra difficoltà: siamo gli 'esperti' dei bambini cioè, nella loro mente, siamo capaci là dove loro si sentono falliti e li incontriamo in un momento in cui le loro competenze genitoriali sono collassate.

La mamma di una bambina cardiopatica aveva consultato una miriade di ospedali, perché le era stato detto che la sua bambina era inoperabile, grazie alla sua drammatica ed estenuante ricerca alla fine aveva trovato un ospedale disposto ad operarla; l'intervento era andato a buon fine e quando è venuta in consultazione per problemi alimentari, durante il racconto della ricerca dell'ospedale mi aveva detto: *per la mia bambina ero disposta ad andare anche tra le gambe del diavolo.*

Questa attenzione dei genitori per i loro bambini, li espone ad una accettazione quasi incondizionata di qualsiasi proposta possa fare stare bene il proprio bambino ed apre, fin troppo facilmente, ad una idealizzazione dell'analista.

Molte volte gli analisti scambiano questa accettazione da parte dei genitori per alleanza di lavoro, in realtà non è alleanza di lavoro ma dipendenza funzionale in cui i genitori, purtroppo, delegano molte delle loro competenze, si autoescludono dal progetto terapeutico, e accettano analisi individuali per i bambini non necessarie.

Sul versante dei bambini il rischio è di proporre l'esperienza di una relazione ideale, irrealistica nella vita reale, che può far loro fantasticare che quella sia la modalità di relazione in cui stanno bene, ed esporli ad un conflitto di lealtà con i propri genitori.

Sul versante dell'analista, si può creare un compiacimento auto-idealizzante che porta a considerare come capacità speciali quelle che sono funzioni genitoriali normali; ricordo una articolata discussione in cui si parlava di Bion e del lavoro di trasformazione degli elementi β in elementi α , e l'enfasi con cui si parlava della capacità trasformativa delle identificazioni proiettive da parte dell'analista, sottolineandone inevitabilmente la competenza speciale.

Non c'è alcuna competenza speciale, c'è una normale situazione umana in cui una persona è aperta e recettiva nei confronti dell'angoscia di un'altra e, per il fatto stesso di non essere la protagonista dell'angoscia, la può capire e 'sentire' in grado minore, e quindi conservare la tenuta del proprio sé; questa tenuta, verbale o comportamentale, viene sentita dalla persona angosciata che fa esperienza in contemporanea di sentire sia l'angoscia che la tenuta; in questo modo, l'effetto temuto di andare in pezzi o di impazzire a causa dell'angoscia provata, cioè di non tenere, viene a poco a poco mitigato e l'angoscia bonificata; sono questi prestiti umani, condivisioni, identificazioni, che portano a stare meglio.

C'è anche un altro aspetto detrattivo del nostro essere 'speciali' e cioè il fatto che la nostra immagine, nella stanza di terapia, non viene 'erosa' dal presentare continue differenziazioni a fronte dei desideri dei bambini; diversamente, i genitori hanno un preciso mandato educativo, e sono costretti giorno dopo giorno a giocare tra sintonizzazioni e diversificazioni, tra risposte e limiti; noi godiamo di rendita di posizione e il rischio della idealizzazione e dell'auto-idealizzazione possono avere facilmente buon gioco.

Quando gli psicoanalisti riusciranno con maggiore decisione ad entrare in una dimensione davvero intersoggettiva, a relativizzare il proprio ruolo, e a rivedere drasticamente i propri modelli di psicoanalisi infantile, aiutati in questo anche dalle istituzioni psicoanalitiche preposte alla formazione, non solo potranno evitare i rischi dell'idealizzazione, ma potranno anche

scoprire che molte situazioni di difficoltà che coinvolgono bambini si possono risolvere lavorando con e attraverso i genitori, spesso anche senza incontrare direttamente i bambini; lavorare con il contesto di vita del bambino e con le sue figure di riferimento principali, ha come conseguenza che le competenze dei genitori si riattivano e la situazione complessiva riprende un buon andamento di vita.

b) Seligman citando Stern, che ha definito la sintonizzazione affettiva come “la realizzazione di comportamenti che esprimono la qualità dei sentimenti di uno stato affettivo condiviso”, mi permette un commento relativo al comportamento.

Il comportamento da sempre è un grattacapo per la psicoanalisi; non ha potuto ignorarlo perché senza corpo non ci sarebbe la psiche ma ha avuto la necessità di distanziarlo drasticamente dai pensieri e dalle parole ritagliandogli un ruolo prettamente difensivo attraverso la teorizzazione dell'*acting* e dell'*enactment*.

L'unico riconoscimento al positivo gli è stato riservato nella dimensione preverbale: postura mimica e prosodia.

Eppure, alcuni psicoanalisti avevano intuito che la dimensione comportamentale di per sé trasporta significati non solo difensivi: Winnicott descrive l'intervento con una bambina di pochi mesi; la mamma è presente, Winnicott prende in braccio la piccolina e, in silenzio, le permette di osare fino al punto di mordergli energicamente un dito; nella breve sequenza non c'è alcun commento verbale e Winnicott definisce questo intervento: una autentica esperienza oggettuale.

Racamier, ad una paziente gravemente malata che soffre di mancanza di contenimento, fa confezionare uno scialle che la avvolge completamente e che la paziente indossa costantemente; Racamier dichiara di non poter immaginare che una comprensione psicoanalitica non si traduca in atti pragmatici nella concretezza della realtà.

Entrambi elaborano il bisogno della propria paziente non con le parole ma con atti comportamentali, antecedendo l'inquadramento teorico che le neuroscienze e la ricerca infantile hanno successivamente offerto alla dimensione comportamentale.

Dobbiamo a Larry Squire la possibilità di capire e concettualizzare il ruolo del comportamento nella dimensione psichica.

Proseguendo sulla linea di ricerche attraverso cui Brenda Milner aveva individuato diversi sistemi di memoria, Squire individua la memoria non dichiarativa inconscia che, successivamente, per evitare confusioni con la dimensione inconscia freudiana, verrà chiamata memoria non dichiarativa procedurale. Riporto le parole di Larry Squire: “la memoria non è una facoltà unitaria della mente ma è composta di sistemi multipli che hanno principi operativi differenti e differenti neuroanatomie (Squire, 2004). La distinzione maggiore è tra la capacità di memoria dichiarativa conscia per

fatti ed eventi e un insieme di capacità di memoria nondichiarativa inconscia (...) Nel caso della memoria nondichiarativa, l'esperienza modifica il comportamento ma senza richiedere alcun contenuto mnestico cosciente (...) La memoria nondichiarativa si realizza attraverso l'esecuzione (...) I diversi sistemi di memoria operano in parallelo (...) La memoria nondichiarativa si riferisce ad un insieme eterogeneo di abilità, abitudini, e disposizioni che (...) prendono forma dall'esperienza, influenzano il nostro comportamento e la nostra vita mentale, e sono una parte fondamentale di chi noi siamo (Squire, 1980)".

La scoperta della memoria nondichiarativa-procedurale configura il comportamento come espressione e realizzazione indipendente di una parte del sistema mentale la cui caratteristica distintiva è il pensare per azioni: nell'istantaneità dell'esecuzione crea la memoria e quindi la rappresentazione, se non agisce non può avere né memoria né rappresentazione.

La conseguenza di questo nuovo apporto è che il sistema mentale è composto da almeno due sistemi di memoria e rappresentazione: il sistema dichiarativo-conscio e il sistema non dichiarativo-inconscio; il primo opera attraverso le parole e i pensieri, il secondo attraverso le azioni o procedure d'azione; il primo è il sistema simbolico-verbale da sempre conosciuto e utilizzato dalla psicoanalisi, il secondo è il sistema procedurale, per ora, non ancora davvero addomesticato alla psicoanalisi.

Dai lavori e dagli interventi di colleghi constato, fino ad ora, che è stato accolto il concetto di inconscio non rimosso e cioè l'inconscio delle neuroscienze, ma con un atteggiamento di assimilazione, di continua tentazione di ricondurlo comunque al sistema verbale, tant'è che spesso vedo utilizzare indifferentemente i termini 'preverbale' e 'non verbale'; l'utilizzo incongruo annulla la differenza tra ciò che è di pertinenza del sistema simbolico e ciò che è di pertinenza del sistema procedurale. Il preverbale nasce nel sistema simbolico ma non ha ancora le parole; il non verbale nasce nel sistema procedurale ed è senza parole perché nasce da azioni, pur avendo la possibilità, successivamente, di essere tradotto in parole.

Karlen Lyons Ruth (Boston Group) ha utilizzato questi nuovi apporti proponendo l'interessante concetto di 'Conoscenza relazionale implicita', che consiste nella conoscenza di fondo che si costruisce tra genitori e bambini attraverso la miriade di scambi relazionali in cui i significati vengono co-costruiti con parole e azioni.

Tuttavia, nonostante la fecondità potenziale di una messa in dialogo delle due dimensioni, il sistema procedurale non sta godendo di una continuità di studi e applicazioni; la psicoanalisi sembra continuare a temere la dimensione comportamentale e a consolidare un atteggiamento difensivo.

Eppure, è così utile ed interessante sapere e credere che nel nostro lavoro

quotidiano, per promuovere cambiamenti, avremmo possibilità e strumenti raddoppiati: le consuete rappresentazioni simbolico-verbali e le rappresentazioni procedurali.

Non-commercial use only

Conflitto di interesse: gli autori dichiarano che non vi sono potenziali conflitti di interesse.

Approvazione etica e consenso a partecipare: l'articolo non contiene elementi che possano portare al riconoscimento del paziente.

Ricevuto per la pubblicazione: 19 marzo 2020.

Accettato per la pubblicazione: 19 marzo 2020.

©Copyright: the Author(s), 2020

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2020; XXXI:273

doi:10.4081/rp.2020.273

This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License (by-nc 4.0) which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.