

AII

Walter Trinca

Le molteplici facce del *self*

Traduzione di
Elisabetta Marelli



Publicato in portoghese da Vector Editora (San Paolo, Brasile), 2016
e in francese da L'Harmattan (Parigi, Francia), 2018.



Aracne editrice

www.aracneeditrice.it

Copyright © MMXXI
Gioacchino Onorati editore S.r.l. — unipersonale

www.gioacchinoonoratieditore.it
info@gioacchinoonoratieditore.it

via Vittorio Veneto, 20
00020 Canterano (RM)
(06) 45551463

ISBN 978-88-255-4076-5

*I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica,
di riproduzione e di adattamento anche parziale,
con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.*

*Non sono assolutamente consentite le fotocopie
senza il permesso scritto dell'Editore.*

I edizione: marzo 2021

*A mio nipote Rafael,
con affetto, fiducia
e speranza.*

Indice

- 9 *Introduzione*
- 15 *Capitolo I*
La problematica del self
- 25 *Capitolo II*
L'essere interiore
- 31 *Capitolo III*
L'architettura del self
- 39 *Capitolo IV*
La questione del contatto
- 49 *Capitolo V*
L'essere interiore e il self
- 61 *Capitolo VI*
La fragilità del self
- 71 *Capitolo VII*
Il self sensoriale

- 77 Capitolo VIII
Il self e le turbe psichiche
- 89 Capitolo IX
Le derivazioni del mondo umano
- 99 Capitolo X
La grande distorsione
- 107 Capitolo XI
Prigione e liberazione
- 117 Capitolo XII
Interezza ed espansività
- 125 Capitolo XII
L'immaterialità e il self immateriale
- 139 Capitolo XIV
L'armonia e la trasfigurazione
- 147 Capitolo XV
La faccia primordiale
- 155 Capitolo XVI
Tendenza all'unificazione
- 163 *Riflessioni, commenti e conclusioni*
- 175 *Bibliografia*
- 179 *L'autore*

Introduzione

Viene dalla remota antichità l'abitudine di concepire l'essere umano come un essere dalle molte facce. Pico della Mirandola¹ (1984), nel XV secolo, rappresentò la natura umana con la forma di un camaleonte. Una forma alterabile e trasformatrice di se stessa, già presente nella mitologia greca e nelle citazioni teologiche dei caldei. Esse dicevano: "l'uomo, un animale dalla natura multiforme e variabile" (Pico della Mirandola, 1984, p. 107). Se è vero che la mente umana possiede infinite possibilità, ciò che alla semplice vista si manifesta è, molte volte, incoerente, divergente e contraddittorio mentre altre volte porta il segno della rigidità, della fissità e dell'immobilità. Come conciliare tali estremi? Ci si può chiedere se l'essere umano appartenga a una specie la cui evoluzione ha generato un processo di molteplici possibilità di scelte identitarie o, invece, non esista scelta possibile di fronte a una verità esistenziale unica, contenuta nella realtà di essere indiscutibilmente se stesso. È possibile distinguere tra ciò che è reale e veritiero e ciò che è artificiale, fallace, illusorio e improbabile? In più esiste l'universo di quelle che si chiamano convenzionalmente turbe psichiche. Qual è di fatto l'identità dell'individuo di fronte a tutto ciò? Esiste qualcosa che definisca la sua "essenza" o perlomeno la sua vera esistenza? Esiste per lui

1. Umanista italiano (1463-1494).

una realtà più profonda e *più reale*? In ultima analisi potrebbe tutto essere reso valido tramite l'incorporazione, il riferimento e la scelta fondamentale in un campo alterabile e plastico? Se esistono infinite possibilità di esistenza, come considerare la faccia o le facce predominanti? Nell'imprevedibilità di molte facce, come conciliarle con la prevedibilità e ottenere stabilità?

In un contesto saturo di contraddizioni, incoerenze e paradossi, emerge una nozione nucleare: il *self*. Una nozione controversa. Da un lato il *self* richiede lo *status* di versatilità, mutabilità e polivalenza, dall'altro rivendica stabilità, coesione e permanenza. Non è alieno a paradossi. Per la sua definizione e comprensione è stata creata una miscellanea di concetti, formule e teorie. Esistono vari tipi di approcci: da quelli di Perls (Perls; Hefferline; Goodman 1997) che descrivono un *self* sempre instabile e in trasformazione, ovvero potenzialmente aperto alle esperienze, la cui consistenza dipende dal suo *modus operandi* che si evolve, a quelli opposti di Koffka (1975) che lo descrivono come un nucleo egoico centrale di permanenza e continuità, sussistente non come potenzialità ma come struttura e organizzazione di diverse parti. Mi sono chiesto se questi diversi approcci non potrebbero, in linea generale, sintetizzarsi in un'unica formulazione che li racchiuda e contenga. Da qui è nata la proposta di questo libro, una proposta psicoanalitica.

Il mio modello consiste, in sintesi, nel prendere il *self* come un'istanza di ripercussione e di mediazione dei differenti settori, parti e aspetti originari del mondo interno, dell'organismo e del mondo esterno così che diventi un terreno di esperienze ma anche di strutturazione e organizzazione alla dipendenza dei fattori, elementi e forze che agiscono dentro di lui. Essendo permeabile all'influenza, presenza e azione dell'*essere interiore* che da lui si distingue, il *self* dipende dalla predomi-

nanza di tale essere per la stabilità, l'equilibrio e l'armonia della vita psichica. Dal momento che, tuttavia, non sempre si verifica questa predominanza, il *self* risulta vulnerabile all'incostanza, all'instabilità ed alla disarmonia, in quanto la sua integrazione soltanto si realizza pienamente tramite *l'essere interiore*. In questo modo, il *self* è soggetto a molteplici e variabili influenze e allo stesso tempo diventa un nucleo centrale stabile, persistente e strutturato, dipendente dalla dinamica che si innesca.

Questo modello di *self* è il frutto di una lunga riflessione che ha accompagnato la mia traiettoria psicoanalitica. Nella mia discussione di Master (Trinca, 1970) avevo sottolineato le difficoltà di conciliare in un'unica istanza (il *self*) la conoscenza realistica e ciò che è tendenzioso, essendoci una contraddizione inerente alla coesistenza, nella stessa entità, di funzioni realistiche e irrealistiche. Il *self* diventa un impedimento e una interferenza alla realizzazione della conoscenza della realtà interna ed esterna. Sarebbe necessario trovare funzioni meno compromesse e meno distorte per scoprire la realtà e la verità. Un principio di buon funzionamento mentale richiede che, per essere veritiera, l'esperienza non subisca distorsioni e per ciò si deve ricorrere a un'altra istanza che non sia il *self* oppure allo stesso *self*, a patto che sia imparziale. In tal caso, il principio del buon funzionamento mentale raccomanda che per ottenere la conoscenza, ci sia una coscienza chiara, nitida, senza forti interferenze per potere affrontare i fatti come sono. Il *self*, attraverso l'analisi, ha più possibilità di conoscere i suoi processi e di avvicinarsi quindi alla conoscenza realistica.

Queste idee sviluppate nel 1970 sono state il punto di partenza della mia differenziazione di una entità psichica chiamata *essere interiore* in seno al *self* totale, che corrisponde a un concetto fenomenologico applicato alla psicoanalisi (Trinca, 2011). Ma è stato solo nel 2001 che sono riuscito a realizzare la

distinzione, ampiamente sviluppata in questo libro, tra l'*essere interiore* e il *self* come istanze psichiche indipendenti (Trinca, 2001). Tale distinzione risponde alla necessità di fornire distinzioni più precise e di mettere in rilievo la relativa indipendenza in relazione al *self*, dell'entità che risponde alla conoscenza realistica. E per dimostrare, inoltre, la possibilità di penetrare i sensi più profondi della realtà interna ed esterna, laddove esista connessione con un essere chiaramente identificabile che si distingue da se stesso. Una entità psichica con esistenza e dinamica propria da non confondere con gli altri elementi presenti nel *self*, come vedremo.

Il presente libro ha dunque come sfondo le relazioni tra il *self* e l'*essere interiore* con tutti gli sdoppiamenti che ne derivano. Esso si basa sull'idea che, se il *self* è moltitudine, l'*essere interiore* è unico. Questo mio pensiero è stato argomento di altri due libri intitolati rispettivamente *L'essere interiore in psicoanalisi: fondamenti, modelli e processi* (Trinca, 2014b) e *Psicoanalisi comprensiva: una concezione di insieme* (Trinca, 2020) che, con questo, formano una trilogia. Il primo, come indica il titolo, tratta dei fondamenti psicoanalitici dell'*essere interiore* e della metodologia che ad essi si applica, il secondo si riferisce a un modello generale che serve per organizzare il cammino della comprensione clinica e del lavoro di terapia, all'interno di una nozione di insieme riguardo alla vita mentale. Il compito del presente libro è di completare le idee generali dei due precedenti. Ritengo quindi di poter affermare che la trilogia tenta di offrire una visione globale dei fatti nel contesto della psicoanalisi comprensiva in vista di una sistemazione metodologica e della pratica clinica. Può servire all'organizzazione del pensiero clinico soprattutto dal punto di vista dei contenuti. Le descrizioni circa la costituzione e il funzionamento del *self* si basano su un instancabile lavoro di decenni supportato dai trattamenti, dai follow-up e dalle supervisioni di casi

unitamente a ricerche sistematiche e asistematiche. Ritengo inoltre che il contributo principale risieda nella ripresa di una visione umanistica in cui l'essere umano trova il modo di conoscere se stesso, gli altri e affrontare la distruttività, realizzando così il suo destino.

La problematica del *self*

Nella letteratura psicologica non esiste un'unica concezione del *self* valida come riferimento universale. Ogni autore infatti concepisce il *self* secondo le teorie e i principi in cui crede. Da qui derivano le differenti prospettive epistemologiche, i diversi usi della parola e le diverse connotazioni che essa assume in ogni idioma. Le diverse nozioni che riguardano l'essere umano si riflettono nei vari modi di concepire il *self*. Dato che le varianti sono innumerevoli, non intendo cimentarmi in uno studio esaustivo della questione, più adatta a una ricerca accademica. Abbozzerò piuttosto alcune idee a proposito del *self* per indicare la complessità della questione e mostrare la sua variabilità e la sua versatilità. Se da un lato, le diverse concezioni di *self* indicano qualcosa di essenziale, trascendentale e immutabile, a volte associato allo spirito e all'anima, dall'altro destrutturano la caratteristica stessa dell'individuo e lo collocano come risultato della variabilità ambientale, della quale è un prodotto relativamente incostante. In questo universo di idee si includono quelli che, come i behavioristi radicali, negano la possibilità di accedere allo studio del *self* che è un processo soggettivo metodologicamente escluso dagli esperimenti scientifici.

Dal behaviorismo alla concezione di un *self* pieno di parole, di discorsi non c'è che un passo. Si chiama costruzionismo la posizione secondo la quale il *self* è un discorso costruito nel-

la sfera delle relazioni attraverso linguaggi pubblici disponibili. Non esiste specificamente un *self* particolareggiato ma uno condiviso socialmente tramite narrative. Esso si organizza sulla base di narrative formatrici di connessioni coerenti nella storia di vita delle persone (Gergen; Thatchenkery, 1996). All'interno degli scambi verbali condivisi, sono sorte numerose concezioni di *self* per esempio quella di Nelson (2003) secondo la quale il *self* emerge dalle narrative socioculturali intrecciate con la memoria individuale per la costruzione autobiografica. In questo caso, invece di essere una proprietà individuale, non è altro che un prodotto risultante dalle comunicazioni sociali. In genere esso viene concepito come una costruzione fatta dall'individuo, dalla percezione di come gli altri lo percepiscono (Cooley, 1983). Significative, in proposito, la predominanza della sfera sociale su quella individuale e l'immensa variabilità di possibilità costruttive così che il *self* risultante potrà essere di qualsiasi natura a seconda dei condizionamenti sociali, culturali, educativi, religiosi ecc.

Nell'insieme delle proposte costruttiviste si distacca la teoria del posizionamento, presentata da Davies e Harré (1990) nella quale l'identità corrisponde solo al momento presente dell'interazione con gli altri. Una interazione nella quale le diverse possibilità o posizioni del *self* acquistano un determinato significato condizionato però alle variazioni in funzione delle norme sociali regolatrici, dalla linea di storia individuale e dalla situazione specifica delle interazioni. Il *self* è costruito secondo le forme discorsive e le posizioni negoziate attivamente dagli individui nelle interazioni (Guanaes; Japur, 2003). In tal modo, il concetto di unità individuale è allontanato e sostituito dalla possibilità di descrizioni multiple e variabili di *selves* in un unico individuo, a seconda della sua posizione nelle interazioni che stabilisce (Davies; Harré, 1990). Tale approccio corrisponde a una prospettiva dialogica molto dif-

fusa che mette in dubbio l'unicità del *self* e una sua posizione centrale. È l'indirizzo che si trova, per esempio, in Hermans (apud Santos; Gomes, 2010). Da questa prospettiva, un individuo può assumere molteplici posizioni di *self* che variano in conformità delle sue particolari narrative o con ciò che viene stabilito nelle molteplici posizioni convergenti e divergenti di un dialogo interno.

Questo tipo di approccio ha influenzato enormemente le correnti moderne e post-moderne della Psicologia e della Psicoanalisi. Secondo esse il *self* viene creato nella dimensione dell'incontro dell'individuo con gli altri ed è quindi un *self* interrelazionale. Secondo Safra (1999), non esiste il *self* senza l'altro intendendosi per esso una costruzione derivata dalla realtà condivisa collettivamente. Si tratta della "materialità" del *self* nel mondo, costruito in relazione all'universo sensoriale. Non esisterebbe nulla che possa superare l'immersione dell'individuo nella collettività e la creazione della personalità condizionata all'ambiente. Questo individuo è come se fosse un oggetto tra gli oggetti, un prodotto tra i prodotti. Permette inoltre la creazione di un *mondo umano* in forme condizionate e sensoriali. Senza dubbio una posizione discutibile che porta a pensare che l'individuo si forma in maniera aleatoria in funzione del "materiale" disponibile o che potrà "autofabbricarsi" in conformità di "scelte" onnipotenti. Se è l'aleatorietà dell'ambiente che crea la realtà, essa non esiste per se stessa ma per creazione e ricreazione arbitrarie a livello dell'elaborazione umana. Si può dire lo stesso a proposito del *self*: La creazione arbitraria di se stesso la cui natura varia in accordo con le "scelte" disponibili, i cui risultati implicano sempre la molteplicità e/o l'arbitrarietà.

Sarà quindi che, nella costituzione del *self*, tutto è variabile, instabile e incostante? Non ci sarà nulla di permanente che offra la sicurezza della continuità e della stabilità? Appro-

fondendo questa prospettiva è necessario spostare lo sguardo dall'assolutismo delle contingenze socioculturali e dalla concretezza ambientale per collocare il *self* in un contesto nuovo: la sua costruzione da una rotta ancestrale di evoluzione umana, riflessa sulle basi innate e neurologiche i cui studi indicano una funzione cognitiva universale. Secondo le teorie evoluzioniste esiste una plasticità neurale attraverso la quale le interazioni umane nell'ambiente creano connessioni neurali e strutture cerebrali durante il processo di evoluzione e qui si può situare il *self* (Oliva; Dias; Reis, 2009). Esso si costruisce nelle interazioni della identità genetica con le influenze ambientali, considerando la grande adattabilità del cervello in funzione delle esperienze sensoriali e cognitive. Tra le diverse teorie evoluzioniste si distacca l'"evoluzionismo neurale", una forma di spiegazione basata sulla preservazione e manutenzione delle connessioni neurali attivate, come sull'eliminazione di quelle non attivate dal processo evolutivo, che risultano nella costruzione di reti sinaptiche e nell'emergenza di un *self* (Oliva; Dias; Reis, 2009). In linea generale le teorie evoluzioniste concepiscono una natura umana universale e ipotizzano la presenza della funzione adattativa di uno elemento centrale della mente che comunica con parti di essa e si connette con l'ambiente (Oliva et al., 2006). Le predisposizioni innate sono considerate propulsori dello sviluppo.

Sarebbe strano che la Psicologia non si appropriasse della nozione di una struttura interna organizzata e coerente. Il fatto di avere vissuti soggettivi variabili non esclude un meccanismo regolatore o un elemento centrale disponibile o meno alla coscienza. È stato questo elemento organizzatore che ha indotto Rogers (1965) a considerare il *self* non solo come struttura, ma anche come elemento elaboratore di dinamiche in cui le esperienze soggettive sono o non sono assimilate. L'assimilazione dipende dall'adeguamento e dal grado di

adattabilità esistenti tra l'esperienza e la struttura stessa del *self* (Rogers, 1965). Una assimilazione incompatibile con la struttura di base può condurre a degli squilibri emozionali, dal momento che l'assimilazione compatibile favorisce l'integrazione e lo sviluppo.

In psicoanalisi il *self* viene in genere descritto, da un lato, come un processo tramite il quale il soggetto ha l'esperienza soggettiva di sé stesso e, dall'altro, come una struttura mentale equivalente, *mutatis mutandis*, all'ego o alla personalità. Gli autori psicoanalitici hanno normalmente molta familiarità con ciò che avviene nel mondo interno e ciò condiziona la loro concezione circa il *self*. Ciò non significa che abbiano pareri unanimi tra loro. Tutt'altro: la controversia sta già nella stessa teoria kleiniana sulle relazioni oggettuali. Secondo questa teoria, il *self* è costituito da componenti innate che si combinano con l'interazione degli oggetti interni ed esterni dando enfasi alle fantasie inconsce sperimentate in connessione con gli oggetti. Importanti per questa teoria i meccanismi di proiezione e di introspezione, usati come veicoli ausiliari allo sviluppo della struttura e delle funzioni del *self* (dipendenti dal piano delle relazioni oggettuali). Gli oggetti integrano il senso del *self* ma, allo stesso tempo, sono vissuti separatamente e quasi concretamente nell'organismo (Hinschelwood, 1997). Secondo la teoria kleiniana il *self* è dinamicamente formato nella relazione di oggetti nonostante provenga, strutturalmente, da una radice primordiale.

Se la relazione di oggetti occupa una posizione centrale nella teoria di Klein, non è del tutto chiara la differenza tra ciò che è proprio alla dimensione del *self* e ciò che riguarda l'universo oggettuale poiché non esiste una linea netta di demarcazione tra essi. In pratica si dà una eccessiva enfasi all'oggetto a scapito dell'analisi e della terapeutica del *self*. In altri termini non distinguere la natura del *self*, separandolo dall'og-

getto, fa sì che quest'ultimo risulti predominante nell'analisi kleiniana. Nonostante le differenze profonde con la teoria kleiniana, ritengo che anche Kohut abbia centrato tutta la sua attenzione sull'oggetto piuttosto che sull'organizzazione e il funzionamento del *self*.

Secondo Kohut il *self* è soprattutto strutturato sulla base degli oggetti interni che sono stati in precedenza oggetti esterni facilitatori di accumulazione narcisistica. Tramite gli investimenti narcisistici dell'oggetto, che riflettono, ad esempio, la grandiosità del *self*, questo acquisisce un aspetto centrale, autonomo e coeso proprio a partire dall'interazione precoce con gli oggetti esterni. La base narcisistica dell'organizzazione del *self* dipende dalla capacità empatica degli oggetti arcaici, che Kohut (1988) chiama *self-oggetti*. Se essi non formano propriamente il *self* iniziale, preesistente alla nascita, gli forniscono struttura e coesione durante la vita. La coesione del *self*, inizialmente onnipotente, verrà successivamente compromessa dalla disillusione realistica senza perdere tuttavia le caratteristiche originali di autonomia e stabilità. Le difficoltà o la mancanza di empatia delle figure originarie minacciano la coesione del *self* dando vita a compromessi psichici di vario genere, soprattutto disturbi narcisistici della personalità. A differenza di Klein, Kohut mette l'accento sull'analisi del *self* (Kohut, 1988). Trattasi però di un *self* che, nei suoi processi di base, dipende dai *self-oggetti* narcisistici. Si minimizza quindi l'azione della matrice originale ovvero di quell'essere indipendente dalla natura particolare degli oggetti per ciò che riguarda la sua costituzione e manutenzione.

Ci si può chiedere se siano gli oggetti interni ed esterni che danno unità e coesione al *self* o se, al contrario, esse dipendano da qualcosa di fondante, eventualmente legato alle stesse determinanti genetiche e neurali che implica la formazione individualizzata di un essere. Molti psicoanalisti si sono dedicati a questo