

Appunti sul narcisismo. Una visione integrata: Gestalt Analisi Transazionale

Antonio Ferrara*

Publicato in: Informazione Psicologia Psicoterapia Psichiatria n.18, 1993.

“Il narcisismo è territorio del principio di evoluzione le cui manifestazioni più esteriori sono nel bisogno di essere riconosciuto e apprezzato: è importante esistere, ma con valore.”

Nella psicoterapia della Gestalt il Sé viene definito come “il complesso sistema di contatti necessari per l’adattamento in un campo” dotato di una qualità di spontaneità che produce attraverso lo “scoprire e inventare” l’adattamento creativo (Goodman e altri, 1971).

Il Sé, in questa concezione, non è un’istanza fissa, un essere, ma piuttosto un “essere al mondo”. L’Io viene concepito una funzione del Sé, così come lo sono l’Es e la Personalità ed è caratterizzato dall’essere deliberato e intenzionale, dotato di creatività. Nel contatto dell’organismo con l’ambiente, attraverso processi di identificazione e alienazione, forma strutture complesse che diventano stabili nel tempo. L’ipotesi che propongo è di considerare le strutture come il risultato di quel *movimento* che compie l’organismo verso il suo completamento attraverso una costante successione di episodi di contatto. Gli Stati dell’Io della concezione Berniana, secondo questa ipotesi, si formano in determinati periodi della storia evolutiva per effetto dell’incontro tra l’organismo e l’ambiente e assumono una sua specifica *struttura* che diventa aspetto rigido della personalità entrando a far parte del carattere. Più specificamente, lo stato dell’Io Bambino verrebbe considerato come una struttura creata dall’Io, intendendo quest’ultimo cofunzione del Sé. Analogo discorso vale per gli Stati dell’Io Adulto e Genitore. D’altra parte, il Sé, inteso come centro motore, nucleo promotore dell’esperienza, ben oltre il livello psichico, possiede l’energia capace di promuovere “l’adattamento creativo” e quindi il cambiamento.

Sopravvivere ed evolversi

Il Sé si attualizza e diventa soggetto in un ambiente, assumendo un Io, attraverso due spinte fondamentali: sopravvivere ed evolversi, che corrispondono rispettivamente ad un principio di conservazione che tende alla protezione e ad un principio di espansione che tende alla realizzazione, all’evolversi in senso ampio.

Il narcisismo è territorio del principio di evoluzione le cui manifestazioni più esteriori sono nel bisogno di essere riconosciuto e apprezzato. Il bambino fin da piccolo ha un bisogno profondo di essere considerato. È importante esistere, sì, ma con valore. Questo bisogno è così forte che a volte si rinuncia alla stessa sopravvivenza con l’idea di soddisfarlo. La capacità di adattamento, che determina la formazione dell’Io e dei suoi confini, è una qualità del principio di sopravvivenza ma anche, in maniera più sottile, appartiene al principio di evoluzione. Da quest’ultimo dipende, a mio parere, l’inserimento nel mondo sociale.

Gurdjieff parlava di istinto sociale, di conservazione e sessuale che parimenti governano l’esistenza

* Psicologo – Psicoterapeuta della Gestalt didatta – Analista Transazionale e Provisional Teaching member dell’International Transactional Analysis Association. Direttore dell’IGAT: Istituto di Gestalt e Analisi Transazionale (Napoli).

umana. Non vi è quindi una graduatoria di importanza tra il sopravvivere e l'essere riconosciuto, la capacità di adattamento difende sia la sopravvivenza che l'evoluzione, qui intesa come affermazione e realizzazione di sé. C'è una forte intenzione autoaffermativa e desiderio di riconoscimento nel bambino che si adatta. È importante sostenere gli aspetti sani del narcisismo. Gli impulsi esibizionistici del bambino, il suo modo spavaldo di affrontare il mondo, senza considerazione di limiti, producono sviluppo e crescita e, se ben integrati, una visione fiduciosa e stimolante della vita. Spesso però ciò che nel Bambino Naturale è innocente spontaneità, curiosità ed entusiasmo creativo, diventa nell'incontro con l'ambiente rigida fissazione e presto il bambino perde la freschezza istintiva e trasforma le sue doti in arroganza aggressiva. Arriva un'età in cui anche il bambino più amato perde l'attenzione benevola e l'amore incondizionato. Reclama i suoi bisogni, scopre la sessualità, diventa più calcolatore nella manipolazione, il papà e la mamma cominciano a viverlo come insopportabile e l'*educazione* diventa sempre più repressiva.

Il padre e la madre

Se consideriamo la sopravvivenza e l'evoluzione come i principi che guidano l'esistenza e lo sviluppo umano, il mondo oggettuale è il territorio nel quale l'uomo può esistere e il padre e la madre sono i *contenitori* che simbolicamente rappresentano l'una il principio di sopravvivenza, l'altro il principio di evoluzione. Il bambino ha bisogno di integrare il padre, simbolo di affermazione e assertività, che gli insegni i valori e lo guidi verso l'affermazione di sé. Diventa disperato quando gli manca il modello a cui ispirarsi. Si sente piccolo e impotente, precipita in un vuoto senza speranza. Inventava gli eroi. La storia dell'umanità è piena di eroi.

Il padre rappresenta la polarità della madre che offre invece il dolce rilassamento degli abbracci fusionali, che insegna lo stare, il lasciarsi perdere nella contemplazione. Analogamente precipita nel vuoto quando la fusione si interrompe. Il piccolo che si separa sperimenta la perdita della sua stessa esistenza, che è un tutt'uno con quella della madre.

Riempire questo vuoto, acquistare il senso dell'esistere dentro e al di là del vuoto, senza sostegni provenienti dall'esterno, sarà il punto centrale da affrontare in terapia, per i narcisisti come per qualsiasi altra patologia.

Il bisogno di condividere

Si dà in generale molta attenzione in Psicoanalisi alla fase evolutiva nella quale si verificò l'evento traumatico o la difficoltà nella relazione oggettuale che determinò la patologia. Anche nella letteratura di A.T. c'è un consenso diffuso ad acquisire i risultati delle ricerche effettuate soprattutto da M. Malher sulla fase evolutiva alla quale far risalire il problema narcisistico. Thomson (1983), riportandosi alla Malher, fa risalire l'origine del disturbo ad un inadeguato superamento del processo di separazione-individuazione ed in particolare a carenze relative alla III sottofase, quella del riavvicinamento, periodo in cui il bambino sente il bisogno di condividere le proprie esperienze e di trovare protezione per le paure che incomincia a provare durante l'esplorazione dell'ambiente. Il bambino perde onnipotenza, diventa più ponderato, comincia a integrare e a riconoscere le situazioni di pericolo. Se non trova la necessaria protezione e viene abbandonato a sé stesso si difenderà ricorrendo alle modalità caratteristiche della sottofase precedente di sviluppo, quella della sperimentazione, tipicamente narcisistica. Mi sembra che i significati di queste dinamiche siano coerenti e che rispondano perfettamente alla genesi del disturbo narcisistico, purché venga inteso come un processo complesso nel quale il momento evolutivo specifico diventa simbolico di una realtà relazionale che inizia alla nascita e prosegue perlomeno fino all'adolescenza.

Il ruolo del padre

Nel costruire la storia di una vita intervengono molteplici attori e ritengo che, specificamente per il carattere narcisistico, assuma un ruolo primario la figura del padre, così come simbolica di un principio di evoluzione che porta all'autoaffermazione e di una e di una forza attiva che provoca cambiamento. Mi sembra che nella sottofase di riavvicinamento, e in tutti i momenti in cui il bambino sente questo bisogno, sia importante il sostegno del padre e la presenza del suo modello rassicurante. Per chi soffre di disturbi narcisistici il naturale desiderio di autonomia e la tensione ad andare diventano compulsivi e assumono la forma di una vera e propria "angoscia di perdita dell'autonomia" (Dreitzel, 1989). Ciò avviene quando l'esperienza con l'altro è stata poco vitalizzante e ha favorito la repressione della creativa tensione *a fare*. Dipende molto dal padre fornire un adeguato modello sul *come fare*. Non è sufficiente il solo messaggio sociale "fai" se non è congruente con il messaggio psicologico e se è privo di un contenuto protettivo sul "come fare", basato su dati realistici piuttosto che su insegnamenti formali. Il messaggio resta una controingiunzione, inefficace o addirittura deleterio, se non contiene un permesso a livello più profondo.

Voglio ricordare a questo punto come racconta Kohut (1979), in maniera semplice e bella, quello che egli considera la vittoria del Sé, del suo nucleo più profondo, con la metafora del semicerchio che Ulisse tracciò con l'aratro, quando gli misero il figlioletto davanti per provare che non era pazzo, come voleva far credere quando cercò di evitare la partenza per la guerra contro Troia. Ulisse facendo un semicerchio deviò la direzione dell'aratro e salvò la vita del piccolo Telemaco. Così fu smascherata la sua falsa pazzia e dovette partire per il viaggio che tanto a lungo lo tenne lontano. Ma al ritorno il figlio fu suo alleato e combatterono i Proci fianco a fianco. Non ci fu conflitto intergenerazionale. "Normale e umano è il sostegno alla generazione successiva... le gesta di Re Edipo costituiscono uno strato più superficiale del Sé, strato che ricopre il nucleo". Il parricidio di Edipo non è forse effetto del "fatto che egli stesso fosse un figlio rifiutato? Edipo non era voluto dai genitori e fu buttato fuori al freddo" (Kohut, 1979).

Telemaco conobbe presto l'amore e la protezione. Ma quanto è difficile la via di Ulisse.

L'idealizzazione e la creatività

Tornando al discorso di fondo, quando la realtà ambientale non risponde alle esigenze del bambino in maniera soddisfacente, questi trova rifugio nel suo Piccolo Professore che detiene la facoltà idealizzante ricca di capacità compensatoria. Quando l'idealizzazione resta nei limiti della creatività spontanea favorisce la crescita e le offre prospettive. È diverso quando viene utilizzata per coprire l'angoscia di solitudine e il vuoto di fronte ai quali si trova un bambino bruscamente separato o lasciato vivere in un mondo poco accogliente, freddo nei contatti, senza sufficienti stimoli e riferimenti sicuri. Allora l'idealizzazione fornisce sostegno vitale e soddisfa compensatoriamente il bisogno di esserci, di far parte, di essere apprezzato, *di sapere cosa fare*. Allorché l'idealizzazione perde il contatto con il bisogno originario, perde la sua fresca creatività e diventa rigido tratto caratteriale nell'adulto che sta inseguendo ancora lo stesso bisogno, ripetendo modalità che ormai non possono più pagare. Di fronte alla sfrontatezza narcisistica, sprezzante e offensiva, il terapeuta non può cessare di guardare dietro la maschera per vincere il suo rifiuto e scoprire il bambino impaurito, desideroso di avere uno spazio nel mondo, un diritto ad esserci. È pieno di curiosità, disposto a rischiare *eroicamente* ed ha una gran paura di non farcela perché si sente *piccolo e impotente*. Nasconde un bisogno di *rispecchiamento* dietro la sua chiusura e se lo aspetta dal terapeuta quando ne chiede l'apprezzamento mettendosi *al centro* per sentirsi dire "bravo". Ancora non ha completato il processo di separazione dalla madre dal cui

occhio rilucente (Kohut, 1976) si aspetta la conferma di esserci. In mancanza di questo rischia di cadere in un traumatico *non esistere* poiché ancora come oggetto-Sé, bambino indifferenziato, vive la separazione dall'intero di cui si sente parte come un precipitare nel nulla, nel vuoto assoluto. Ha bisogno di idealizzare il terapeuta sulla cui immagine riversa i desideri riposti nel padre. L'immagine "forte" che gli insegni ad affermarsi nella vita. Il padre protettivo al quale fare riferimento, chiaro e congruente, assertivo ed autoaffermativo, quello che permette di provare un sentimento del tipo "sono fiero di lui".

Kohut (1976) ritiene che al padre, come seconda istanza, può riferirsi il bambino per riparare ai fallimenti della madre. Penso sia una ipotesi puramente teorica. Nella dinamica di coppia la carenza della madre è sostenuta in maniera complementare dalla carenza del padre, il quale a sua volta è sostenuto in quello specifico aspetto dalla carenza complementare della compagna. La coppia parentale costituisce un sistema funzionale nella produzione della patologia e il bambino stesso porta il suo contributo, inserendosi come parte attiva nel gioco relazionale. Da una parte c'è l'incorporazione dei due genitori e dall'altra parte interviene l'elaborazione interna effettuata dal Piccolo Professore, l'Adulto nel Bambino, promotore dell'*adattamento creativo* e quindi elemento centrale nella formazione dei tratti narcisistici, siano essi patologici o autorealizzanti.

Ritengo che la terapia vada molto centrata sull'attività del Piccolo Professore che detiene il predominio delle istanze creative dell'Io e come tale può solo essere relegato sullo sfondo ma non irrigidirsi in una struttura. Appartiene al Sé e appartiene all'Io, conserva la sua libertà creativa e conosce tutti gli *intrighi* con i quali *ha salvato* e ancora *può salvare*. Quanto più sono conflittuali le figure genitoriali, tanto maggiore è il conflitto e la scissione nel paziente. Con il lavoro terapeutico è facile evidenziare come i genitori introiettati continuano a *litigare* all'interno del paziente il quale ripete in sé la lotta che vede contrapposti il padre e la madre. Non poté scegliere allora, non può scegliere oggi. Scegliere tra l'uno e l'altra non è possibile, è una trappola pari al non scegliere. Il processo di idealizzazione è comune a tutte le patologie, è la forza necessaria per affacciarsi al mondo e per dare senso alla vita ed è comprensibile solo in termini di empatia. È il regno del Piccolo Professore, è parte della natura e della condizione umana. Cosa avviene in un piccolo sistema cognitivo che va costruendosi e quali sono le reazioni interne e quali circuiti vengono attivati da specifiche esperienze, fa parte dell'inesplorato. Possiamo avvicinarci per intuito in quanto condividiamo la stessa natura di base e possiamo noi stessi, come terapeuti o semplicemente come uomini in relazione, sviluppare quella facoltà che per eccesso di *realtà* abbiamo coperto e nascosto oppure per *paura* di vivere abbiamo esaltato senza contatto con il mondo reale. È la facoltà creativa, l'Io creativo di Rank, spesso osteggiato dalla psicoanalisi ortodossa, che permette all'essere umano di inventare la propria esistenza, di renderla ricca di esperienze e gli offre la possibilità di superare il limite della vita attuale, permettendogli di immaginare e vivere altri stati, altri livelli di coscienza, fino a concepire la sua immortalità, fino all'idea di Dio, sia esso definito come entità esterna, come nel cristianesimo, o come stato individuale da raggiungere, come nel buddhismo (Naranjo, com. pers.).

Il dramma di chi struttura una difesa narcisistica in direzione patologica viene dal fatto che per gli incidenti evolutivi occorsigli ha mantenuto particolarmente vivo il suo aspetto creativo non integrandolo con gli altri aspetti della personalità che non si sono parimenti sviluppati. La funzione creativa non è stata adeguatamente inserita nel controllo dell'Adulto, inteso come funzione dell'Io capace di senso di realtà e di operare scelte conseguenti, adeguate alla situazione attuale e rivolte verso una concreta soddisfazione del bisogno attraverso un contatto sano con l'ambiente. L'ambiente a sua volta, incorporato come rappresentazione interna del Genitore, non ha offerto indicazioni chiare né protezione sufficiente, rivelandosi carente sul versante affettivo e soprattutto incongruente su quello normativo. La scelta idealizzante è fatta in base ad una *manca* e allora la creatività diventa un obbligo, una compulsione e, poiché stereotipata, cessa di essere creatività

e diventa una trappola dalla quale non si può uscire perché fuori c'è il *vuoto*, una dimensione di non ritorno.

Cosa manca

Quando mi pongo la domanda: "Cosa manca a questa persona" spesso scopro che il bisogno è noto, il narcisista sa cosa vuole, ha superato quella fase di simbiosi in cui la confluenza con gli altri non gli permette di identificare i propri bisogni perché ancora non esiste come individuo, però non ha imparato come soddisfarli e anziché andare verso l'oggetto per il contatto, assume una tendenza retroflessiva e rivolge l'energia verso di sé. Non può instaurare una relazione Io - Tu e sembra che insegua un costante Io - Io. Soffre per la mancanza di riferimento e di sostegno, di una guida che gli insegni a muoversi nel mondo. È vittima del *fallimento del padre*, gli mancano il suo amore, la sua forza, la sua sicurezza. Oggi come mai la crisi del padre, della regola ferma, della religione che dà struttura e appoggio, dei valori tradizionali della società borghese, privano il bambino, futuro adulto, della protezione alla quale l'uomo ha sempre aspirato fin da quando si è organizzato in gruppo, si è dato leggi, ha cercato dei e profeti. Se non può appoggiarsi ad un referente stabile e concreto, si appoggia ad una fantasia, idealizza la sua esistenza, si crea un'immagine, un ruolo e fantastica che affermazione, riconoscimento e successo copriranno il suo vuoto.

La dinamica interna

Il bambino che parte per le sue esplorazioni e tornando alla madre non trova la protezione che gli serve per vincere le sue paure, si immagina onnipotente, decide che non avrà bisogno di nessuno e che farà cose tali da far parlare di sé. Profondamente però sta maturando la convinzione di non essere amato, di essere rifiutato e incapace di farsi riconoscere.

Paradossalmente il tornaconto dei suoi giochi conduce sempre al rifiuto da parte degli altri. Compulsivamente determinerà situazioni tali da essere respinto e rifiutato. Persegue la conferma della posizione esistenziale di fondo, una profonda svalutazione di sé. D'altra parte il tornaconto mostra qual è il vero desiderio, la polarità opposta che non gli è stato permesso di vivere: un gran bisogno di *esserci*, di *essere riconosciuto* che lo induce verso una falsa autonomia che teme di perdere (Dreitzel, 1989). Poiché, è stata conquistata attraverso il senso di onnipotenza, è soltanto apparente e protegge dall'angoscia di cadere nel vuoto nel quale il bambino si troverebbe se accettasse relazioni troppo coinvolgenti, con un rischio di *fusione* che non potrebbe tollerare perché ritenuta ingannevole e preludio di una perdita distruttiva.

Il fallimento del padre

F. vive un costante conflitto che lo porta da una spasmodica ricerca dell'accettazione degli altri ad un costante rifiuto degli stessi. La sua esperienza è del tipo: "se esiste il conflitto io esisto". Cosa accadrebbe se uscisse dall'impasse? "Ci sarebbe la pace, la tranquillità". Ma la sua *pace*, la sua *tranquillità*, sono vissute come un *non esistere*. Sono il vuoto senza ritorno. Pace e tranquillità sono sinonimo di morte dell'anima, di silenzio delle emozioni. Nel vuoto della sua solitudine fredda si sentiva da bambino come immerso nella bambagia, instupidito, sordo a qualsiasi sollecitazione esterna. L'unica possibilità, di salvarsi fu di sognare ad occhi aperti "le grandi magie" e quando non poté farlo allucinò mostri e streghe cattive che paralizzarono e paralizzano ancora la sua esistenza. Idealizzò il padre che divenne riflesso della sua stessa grandezza o, per dirla con Kohut (1976), un prolungamento del suo Sé grandioso.

Più tardi idealizza il terapeuta e, quando ne scopre i limiti, lo rifiuta. Vive una profonda ambivalenza. Lo disprezza perché non può riflettere in lui la propria immagine perfetta e

contemporaneamente lo vuole limitato per non sentirsi umiliato nella sua piccolezza. Teme e desidera di ritrovare il padre pieno di successi nella vita sociale e così preso dal suo desiderio di affermazione, che non può dare sostegni concreti e riferimenti chiari al suo bambino. Colse di lui quanto "brillava". L'immagine di successo l'ingannò, distorse la sua visione del mondo, negò la sua fragilità, pensò di arrivare alla meta senza passare le tappe, non imparò dagli sforzi e dalle frustrazioni del crescere. Alimentò il sogno che si facesse e basta, che l'impresa realizzata gli regalasse l'amore e il riconoscimento. Scoprì tardi la fragilità del suo *mito*. Il padre copriva il vuoto interiore e il fallimento affettivo con il successo professionale. Il modello del padre mostrò "i piedi di argilla" (Racamier, 1983) e quando lo scoprì la sua rabbia fu senza confini. Era stato tradito due volte: la prima volta dalla madre, così impaurita anche lei che non poteva accoglierlo, quando la cercava per trovare conforto alle sue incertezze e al suo terrore, e una seconda volta dal padre. Dietro l'immagine *vincente* alla quale si era affidato, scoprì debolezza e fragilità: il sostegno che gli offriva era falso, votato alle apparenze. Di nuovo vacillò e sentì vuoto sotto di sé.

La storia di L. fu diversa. Scoprì presto la fragilità e l'inconsistenza dei messaggi paterni. Non ebbe modo di idealizzarlo. Non potendo usarlo come schermo per la propria grandiosità, coprì il suo grande senso di vuoto con un modello compensatorio. La figura *insignificante* del padre viene introiettata ma non accettata, d'altra parte L. non ha un altro modello e quindi relega sullo sfondo un Genitore incorporato e rifiutato che non per questo diventa meno attivo. Il Piccolo Professore elabora un Genitore idealizzato suo sostituto, eroico, forte e senza macchia. L'incorporazione del padre che vive sullo sfondo alimenta dubbi e paure e organizza impasse di II grado (Goulding, 1977) si procura fallimenti continui dei quali non si assume la responsabilità. "Come è possibile" sembra chiedersi "che con una visione così bella del mondo e della vita, tutto mi va male?". Proietta sugli altri la responsabilità. Sono "loro" che non gli permettono di realizzare i suoi ideali di un mondo governato da coraggio e lealtà. Sono loro, "gretti e meschini", che gli *permettono* di non scoprire quanto di suo padre ci sia in lui. È difficile fargli accettare il limite, il limite dell'essere *umano*. Quando approfondì di più la relazione con il padre, e purtroppo ciò si verificò dopo la sua morte che avvenne durante la terapia, incominciò a scoprirne i lati positivi. Versò le lacrime mai piante. Si meravigliò di quanto desiderio nascondesse dietro il suo disprezzo e quanto gli somigliasse. Scoprì quanta forza e coraggio aveva avuto quell'uomo "imbelle" nell'organizzarsi la vita. Il suo narcisismo si colorò di note *umane*, imparò la comprensione, primo passo verso l'amore.

Il Sé ideale

La trappola della difesa narcisistica è nella costruzione di un Sé ideale che è effetto della *orgogliosa* non accettazione del limite *umano* (Horney, 1981). La vitale tensione verso l'autoaffermazione e il desiderio di riconoscimento, diventano rifiuto della realtà e ricerca disperata dell'escamotage che permetta di superare il limite. Quando la frustrazione non è accompagnata da partecipazione empatica è difficile che il bambino accetti i limiti che la vita gli impone. Può superare le sue paure se riceve amore. In terapia diventerà quello che F. Perls (1977) chiama "Frustrazione accompagnata da simpatia". Di fronte ai fallimenti seguiti da mancanza di comprensione, il bambino impara a rifiutare il proprio limite perché gli provoca una sofferenza intollerabile. Incomincia a mascherare a se stesso chi è, il suo vero Sé, alienandosi sempre di più dall'esistenza reale per rifugiarsi nel *dover essere*. È facile intendere come questo meccanismo appartenga a tutti gli uomini e non solo a chi si struttura in maniera più definita in una patologia narcisistica.

La falsa autonomia

Le bambine che strutturano difese narcisistiche spesso riportano nella loro storia quello che vissero come un tradimento del padre: un improvviso rifiuto di contatto intimo che arriva dopo un'abitudine a ricevere molta attenzione e caldo coinvolgimento. Una paziente racconta: "ero sempre con lui... e poi improvvisamente si dimenticò di me... se tu che sei la mia vita mi hai tradito, cosa faranno gli altri? Mamma si sente soffocata dalla mia presenza, non mi capisce. Se anche papà mi ignora io sento che non esisto. Ora non sta più con me... non mi dice cosa fare... soltanto mi dice che crescerò e capirò... un giorno sarai diversa". Le manca un sostegno, un riferimento che le indichi cosa fare. Si difende dalla delusione del rifiuto negando il suo amore. "Il mio amore è così prezioso... immenso... non ho trovato chi lo merita". È offesa, delusa e, poiché nessuno le insegna una via da seguire, si inventa una falsa autonomia. Voleva che le dicessero cosa fare e non ebbe risposte: "Nessuno progettava niente per me... che noia...tutti uscivano, io non avevo niente da fare, senza giocattoli...che noia...allora sogno... sogno gli altri, di stare con gli altri". Si riempie di superbia, diventa tracotante: "Ho bisogno di progetti pazzi per sentirmi capace, altrimenti mi sento morire". Senza progetti folli si annoia e allora diventa delirante per compensare la sua mancanza d'essere. Progetta la sua morte in un atto eroico e si sottopone ad ogni sorta di esperienze distruttive. Anche per il terapeuta è difficile resistere alla sua sfida. La comprensione nasce se guarda alla bambina terrorizzata che precipita nel vuoto e nel senso di nullità.

Il terapeuta come modello

Racamier (1983) definisce genitori "squalificatori" quelli "che negano accanitamente la loro fragilità; sono forti a spese del bambino". Ma intimamente il paziente, l'ex bambino, sa che questo genitore onnipotente aveva i "piedi d'argilla". A volte la fragilità non confessa della figura paterna incorporata diventa un duro banco di prova per l'alleanza terapeutica con una donna. In superficie ha idealizzato il padre ma profondamente sa di essere stata ingannata affidandosi a lui. L'esempio di C. è sintomatico di questo rapporto con la figura maschile ma anche con l'intreccio delle relazioni nella coppia parentale, giocato sulla sua pelle. Il padre la riempie di coccole, ancora oggi la tratta come la sua bambinetta. Viene da una lunga terapia con scarsi effetti. Subito gioca, provoca, accusa, definisce il nuovo terapeuta rigido, piange, lo accusa di non capirla. Più volte minaccia di andarsene. Il terapeuta la blocca, non accetta il suo gioco. Le dice chiaramente che non le permetterà di fare la bambina con lui: "Non sarò complice del tuo fallimento, bambolina". A lei che vuole andare ordina di sedere: "Non uscirai da questa stanza prima che finisca l'ora". È una lotta per il potere. Lei conosce ogni sorta di manipolazione e però il modello che si trova di fronte è completamente nuovo, è frastornata. Il padre non fa così, il primo terapeuta le permetteva molto di più senza reagire. "Tu sei senza comprensione, sei duro, non ti importa niente di me". Era molto importante non perderla; già il padre, il marito, l'ex terapeuta avevano mostrato i "piedi di argilla". Un momento fondamentale per l'alleanza venne a seguito di un suo rifiuto a pagare una seduta saltata. Non riteneva giusto dare quei soldi, non sarebbe più venuta. Il terapeuta la affrontò con estrema chiarezza: le disse che non poteva permettersi di giocarsi la terapia. "Stai troppo male, ti manca tutto, carezze, sesso, non hai attenzione da nessuno, vivi da disperata. Tu continui a venire qui perché, pur rifiutandomi è l'unico posto dove trovi un po' di vita; sei circondata da zombi".

È vero sta proprio male, ha bisogno di riferimenti, di strutture solide sulle quali appoggiarsi. La madre, svampita e assente, incapace di sostenere il peso della casa e dei figli, appena può, abbandona tutto e tutti e ricorre alla famiglia di origine dalla quale non si è mai staccata. Il padre

iperprotettivo la tiene prigioniera con la sua affettività invasiva e la usa come strumento di ricatto contro la moglie. La difende ad oltranza e le permette ogni capriccio che invece la moglie impaziente rifiuta con intolleranza. La madre d'altra parte diventa gelosa della figlia e sempre più rifiutante della casa in cui vive. C. porta in sé il conflitto della coppia e il vuoto del loro rapporto senza stima. È usata come terreno di lotta dai suoi genitori e lei, apparentemente, sceglie il migliore, quello *più buono* che la coccola e la protegge. Di fatto perde ogni autonomia, non ha il permesso ad *andare*. Così va e torna e non sa dove fermarsi. Il suo ideale è del tutto inconsistente, un vago impegno a far bene, non sa con precisione cosa, e, poiché non sa fare rimanda e si prepara continuamente. Non è mai abbastanza pronta, deve far meglio. Vive un vuoto profondo che sembra incolmabile. All'incapacità materna si è aggiunta una falsa protettività del padre che è stata ancora più ingannevole in quanto propostosi come *padre buono*. Anche lui, però, è un infelice, impaurito dalla vita implora con il suo sguardo di non essere lasciato. Ricco e rispettato nel mondo, dipende dall'attenzione della figlia e lei non lo lascia perché teme che, se va via, lui si lasci morire. "È una trappola terribile" urla piangendo "è una forza invincibile che mi tiene legata a lui". Mostri, incubi, ombre violente popolano i suoi sogni e lei si paralizza, impotente, nel buio, con gli occhi sbarrati. Il vuoto è totale, non trova appoggio. La mancanza di struttura e di un solido riferimento hanno favorito il costruirsi di un Genitore interno e negativo incumbente e non ha permesso il formarsi di un solido Genitore da poter assimilare e sul quale sostenersi. La funzione genitoriale del terapeuta diventa importante: offre un modello di congruenza al quale ispirarsi. Arriva un momento in cui C. lo idealizza. Il terapeuta lo permette. C'è un momento in cui il paziente idealizza il suo terapeuta e non c'è altro da fare, dice Kohut (1976) che accettarlo. Può affidarsi, sa che questa volta non sarà tradita, ma a tratti compare il dubbio: "Perché sei dolce con me? Non sarai come mio padre? Vorrai usarmi anche tu?".

Le forti scissioni, l'incapacità di trovare uno spazio nel mondo, l'uso dell'alcool nel passato, la *maledizione* a non mettere radici, fanno pensare di lei che ha tratti di tipo border-line. Esce forzatamente dalla simbiosi con la madre e ne istaura una nuova col padre, vissuto come madre egli stesso (Kohut, 1976), le mancherà una vera separazione e una figura maschile di riferimento. Quello che non si permette di vivere è "l'angoscia dell'autonomia" (Dreitzel, 1989).

Considerazioni per la terapia

Dagli esempi riportati e da altri, ho tratto l'idea di quanto sia importante nel processo di autonomia il ruolo del padre e di quanto questi rappresenti la porta di uscita nel mondo. La delusione che viene da lui può arrestare lo sviluppo altrettanto che le carenze che vengono dalla madre. I limiti di entrambi possono facilitare il costituirsi di un vuoto esistenziale vissuto drammaticamente. Mi sembra molto importante che il terapeuta tenga presente che mancò congruenza e coraggio e che pertanto mandi messaggi chiari e coerenti, non come il papà "fanfarone" che dice "Io non sbaglio" pensando così di mantenere l'autorità, ma come uomo consapevole che può sbagliare e non per questo si lascia irretire, commuovere o impressionare dal ricatto. È un lavoro che spesso richiede molta energia e impegno emotivo. Con i pazienti che giocano a "Non ce la farai ad aiutarmi" si può accettare la sfida. Non dare spazio ai lamenti bloccare i ricatti. Rifiutare le colpevolizzazioni, il messaggio complessivo è: "Fai quello che ti pare tanto io non cambierò per te e non ti permetterò di disturbarmi, non sono qui per rispondere alle tue aspettative. Io resto io nonostante i tuoi desideri". Sostenere la propria posizione con coerenza nonostante gli attacchi e accettare la sfida e la lotta per il potere può favorire la costruzione dell'autostima del paziente, anche se inizia con una proiezione sul terapeuta. Il messaggio che recepisce è: "Se lui ha coraggio ed è coerente, anch'io posso uscire dalla mia vigliaccheria e affrontare la realtà". Il terapeuta si scontrerà con la colpevolizzazione e non può

permettersi di aspirare ad *essere perfetto* se vuole resistere agli attacchi. “Non sono perfetto” è il messaggio che invierà “e nonostante questo mi rispetto”.

D'altra parte il paziente con disturbi narcisistici ha vissuto un Genitore Affettivo carente, spesso presente solo sul versante iperprotettivo e falsamente caldo e accogliente. Ha così imparato a non amare ed è centrato su di sé. Amare è rischioso, prevede la perdita e l'abbandono, meglio non coinvolgersi con gli altri. Li utilizzo per quanto mi servono ma non di più. L'impiego del Genitore Affettivo da parte del terapeuta è quanto mai importante e altrettanto difficile. Spesso il suo vissuto sarà di sentirsi sfruttato ed è difficile accettare che il paziente ti sta solo utilizzando senza riconoscimento. Questo grave colpo al narcisismo del terapeuta può essere un momento importante per la sua crescita. Può imparare la compassione che va un passo più in là dell'amore perché non richiede scambio. È un dare senza richiedere, un sentimento molto profondo di solidarietà per la comune sofferenza umana. Su questa via mi sembra interessante esplorare un aspetto del controtransfert che di solito viene svalutato. Racamier (1983) ricorda che c'è un odio profondo nel narcisista che si sottopone a terapia e c'è un odio anche nel terapeuta verso il paziente del quale si è poco inclini a parlare. Ritengo che il paziente lo percepisca e che convenga esprimere il proprio rifiuto quando emerge.

I temi esistenziali

In altra sede ho detto che una terapia che procede oltre i sintomi non potrà fare a meno “di occuparsi dei temi esistenziali” (Caleidoscopio, 1990) e di quella profonda paura che accomuna ogni essere umano, una paura che ha a che fare con il senso di perdersi nel *non esistere*. L'esperienza di vuoto, di andare nel nulla, è assai comune nei pazienti regressivi che vivono, come negli esempi su riportati, una profonda sofferenza nello sperimentare quella che sembra una vera *mancaza d'essere*. A volte è sperimentata come una sensazione di frantumarsi e il vissuto di perdita del corpo è simbolico di una perdita più profonda legata all'esistere. Paradossalmente il paziente regressivo contatta un'esperienza di disgregazione dell'Ego che è meta di antiche tradizioni spirituali. Naturalmente il panico relativo non è tollerabile in quanto manca la consapevolezza della natura più profonda dell'essere umano, che è fuori dalle strutture egoiche. L'Autorealizzazione “impone di uscire da confini e strutture e, all'estremo del continuo, comporta la distruzione dell'Ego, contemporaneamente meta desiderata e temuta, poiché al di là dell'Ego subentra il terrore del non essere” (Ferrara, 1990).

L'inganno è nel confondere il proprio essere con il proprio Io e se l'Io vacilla tutto l'essere sembra vacillare. Per questo ci irrigidiamo nelle difese anche se l'esperienza fuori dei confini determinati dall'Io può essere piena e arricchente. Man mano che ci si lascia andare nel vuoto “irresistibilmente il pensiero torna a rinascere” (Recaimer, 1983).

F. Perls parlando del vuoto (1977) lo considera come un momento speciale per la crescita personale e l'evoluzione della terapia. “Il vuoto ha due valenze. Da una parte il vuoto senza *essere* che produce panico e terrore... d'altra parte il vuoto *pieno*: è un'esperienza di *essere*” che va “al di là di ogni definizione. Poterlo contattare... lo rende *fertile*” (Ferrara, 1990). Assume allora una grande importanza trattare il vuoto quando si presenta e permettere che il paziente lo contatti fino in fondo in un ambiente protetto. D'altra parte ho verificato di grande valore le esperienze ispirate al continuo di consapevolezza e alla meditazione in generale, che insegnano una capacità di autoappoggio e di contatto con il vuoto in maniera controllata, estremamente rassicurante per quanti si perdono negli spazi senza confini.

Questi aspetti della terapia vanno oltre la concezione della psicologia *laica* e attengono alla domanda che coinvolge da sempre l'uomo: “chi sono”. Penso che quest'area non debba restare estranea a chi si occupa del problema *uomo*.

BIBLIOGRAFIA

- E. Berne: *Analisi Transazionale e Psicoterapia*, Astrolabio, Roma 1971.
- E. Berne: *Ciao e poi*, Bompiani, Milano 1979.
- E. Berne: *Principi di terapia di gruppo*, Astrolabio, Roma, 1986.
- P. Dreitzel: *Il narcisismo nella terapia della Gestalt*, Quaderni di Gestalt 8/9, 1989.
- R. Erskine: *Script cure*, T.A. Journal, X,2,A, 1980.
- A. Ferrara: *Vuoto e creatività nella terapia della Gestalt*, Caleidoscopio, marzo-agosto 1990.
- M.R. Goolding: *Il cambiamento di vita nella terapia ridecisionale*, Astrolabio, Roma 1983.
- M. Holtby: *The origin and insertion of script injunction*, T.A. Journal, IV-4, 1976.
- K. Horney: *Nevrosi e sviluppo della personalità*, Astrolabio 1981.
- M.D. Hykin: *Type Casting*, T.A. Journal, X-4, 1980.
- O. Kernberg: *Sindromi marginali e narcisismo patologico*, Boringhieri, Torino 1978.
- H. Kohut: *Narcisismo e Analisi del sé*, Boringhieri, Torino 1976.
- H. Kohut: *La ricerca del sé*, Boringhieri, Torino 1978.
- H. Kohut: *Le due Analisi del signor Z*, Astrolabio, Roma 1981 (1979).
- M.S. Mahler: *La nascita psicologica del bambino*, Boringhieri, Torino 1978.
- A. Miller: *Il dramma del bambino dotato*, Boringhieri Torino, 1978.
- F. Perls - R.F. Hefferline - P. Goodman: *Teoria e pratica della terapia della Gestalt*, Astrolabio, Roma 1971.
- F. Perls: *L'approccio della Gestalt*, Astrolabio, Roma 1977.
- P.C. Racaimer: *Gli schizofrenici*, Cortina editore, Milano 1983.
- G. Thomson: *Development failures during child development and their associated pathologies*, in Transactions, vol. 1, London (New Series), 1983.