



## Mutamenti sociali e clinica psicoanalitica

Daniela Settembrini<sup>1</sup>

Sappiamo che i concetti teorici sostenuti dalla psicoanalisi sono correlati alle trasformazioni sociali e culturali e sono sempre declinati nella dimensione storica della società. Le pulsioni si esprimono coerentemente con la cultura di riferimento, e se rese simboliche, usano il linguaggio leggibile dal contesto di appartenenza. L'individuo non può essere considerato al di fuori del contesto sociale ma in un tempo determinato e la sua organizzazione psichica segue le trasformazioni storiche e politiche dei legami sociali. Come afferma Freud in *Psicopatologia delle masse e analisi dell'io*, la psicologia individuale è, dalle sue origini, psicologia sociale. Ovviamente, i contesti sociali mutano nel tempo così come muta l'espressione della sofferenza.

### ***Il disagio della civiltà***

Abbiamo abbandonato da tempo la società descritta da Freud ne *Il disagio della civiltà*, dove l'uomo diventava nevrotico perché incapace di sopportare il peso della frustrazione che la collettività gli imponeva nel processo di incivilimento: una società in cui la religione occupava ancora un ruolo importante e limitante, ma forniva un senso, uno scopo alla vita e aveva una funzione di contenimento. L'uomo freudiano è abitato dal desiderio che confligge con il programma della civiltà. Per Freud il desiderio e la civiltà sono inconciliabili e tale dualismo è alla base del disagio del soggetto, disagio che non può essere sanato. L'imposizione della civiltà di cui parla Freud è relativa a limitare la vita sessuale e l'aggressività: le pulsioni, sessuali ed aggressive, dominano il funzionamento dell'apparato psichico e sono perennemente in conflitto con il mondo esterno, non possono essere civilizzate. La civiltà freudiana si fonda sulla rinuncia pulsionale, sulla repressione e sulla rimozione di potenti pulsioni e questa "frustrazione civile" domina il campo delle relazioni sociali degli uomini.

Secondo Freud si contrasta il disagio con l'isolamento, l'uso della tecnica per governare la natura e il metodo più rozzo, ossia l'uso della chimica. C'è poi anche la sublimazione, che però riduce significativamente la possibilità di espressione della pulsione. Ma sarebbe bastato abolire i limiti e i divieti che la società patriarcale a cavallo tra '800 e '900 imponeva, perché l'uomo fosse felice.

### ***Il disagio della post-modernità***

La nostra società, quella della post-modernità è stata descritta da molti sociologi tra i quali Bauman. È la società liquida, della globalizzazione, dove da tempo si sono persi riferimenti forti, ma si è anche guadagnato un margine di libertà individuale.

(1) Psicologa, Psicoterapeuta. Socio Fondatore e Presidente A.Psi.C. Presidente Centro Psicoterapeutico TeCO



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

Nella società attuale l'individuo ha perso in termini di sicurezza in cambio di maggiore libertà e della speranza di felicità. Gli elementi di insicurezza della società post-moderna sono attualmente tantissimi: la globalizzazione, la fine delle ideologie, il logoramento delle reti sociali, il liberismo sfrenato, i cambiamenti climatici, e ultimamente, la guerra alle porte con un grande rischio nucleare. È una società permeata da incertezza, ma anche da promesse di libertà e di realizzazione, dove il soggetto è costretto ad adeguarsi al gruppo per non sentirsi escluso e gli individui sono prima di tutto consumatori. L'esclusione sociale consiste principalmente nel non poter comprare e consumare e si propongono valori intesi come universali intorno al consumismo e alla società capitalistica, come se non siano contemplabili alternative.

Il disagio della postmodernità è permeato dall'apparente domino del principio di piacere legato al consumo infinito e dall'idea che la libertà del singolo debba essere illimitata. La rinuncia non è più vissuta come una necessità correlata ai limiti dati dall'esistenza, ma è vista come un attacco alle libertà personali: da ciò deriva l'impossibilità di contemplare limiti e di tollerare la frustrazione.

Le caratteristiche principali della società di massa, come afferma Arendt (1951), sono l'isolamento e la mancanza di normali relazioni sociali. In più la dimensione del singolo non può sussistere nella società di massa poiché il singolo non si adegua alle esigenze della produzione: il singolo può essere un consumatore saltuario, libero nelle scelte, capace di rinunce e per questo inconciliabile con le esigenze del consumo. Perciò la società attuale, per le caratteristiche connesse all'isolamento, induce tratti narcisistici in personalità non narcisistiche, per la spiccata tendenza alla massificazione incentiva la regressione e limita il pensiero autonomo.

Anche le relazioni umane sono improntate alla logica del consumismo che vede l'altro come fonte di piacere e non di sicurezza attraverso un legame duraturo. I legami possono essere intesi come estemporanei e non vissuti come durevoli e tanto meno come fonti di obblighi o responsabilità: possono essere più che altro una serie d'incontri che possono interrompersi in qualsiasi momento senza preavviso e senza spiegazioni. Ciò è amplificato dall'uso di social e dal grande uso di app di incontri. Tant'è che è stato coniato il termine "ghosting" che indica proprio l'interrompere bruscamente qualsiasi contatto. Quindi, ogni aspetto dell'esistenza è caratterizzato da una sostanziale indeterminatezza. Le relazioni possono essere episodiche, ma anche la memoria di sé, e quindi l'immagine della propria identità, può essere episodica e mutevole a seconda delle circostanze.

I legami con l'altro spesso assumono forme particolari che prevedono relazioni di dipendenza che iniziano con una forte connotazione di idealizzazione e aspettative totalizzanti, per mutare in disillusione di fronte all'incontro con i limiti e le esigenze dell'altro. Se nonostante ciò il legame si mantiene, è per proteggere il sé dall'angoscia di separazione. L'oggetto può essere idealizzato, oggetto d'appoggio, oggetto sedativo delle angosce, ma, in questo caso, non è vissuto come oggetto separato da sé. E' più che altro una funzione per il soggetto che non lo investe



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

particolarmente di desiderio in termini libidici: per usare il linguaggio di Winnicott, l'altro è un oggetto soggettivo e non un soggetto oggettivo.

L'incertezza, l'insicurezza e la precarietà non trovano neppure risposte collettive sul piano politico, generando una sostanziale impotenza del soggetto che, come cittadino, non si riconosce in nessuna istituzione. Neppure sono ipotizzati modi alternativi di vivere e le istituzioni politiche che di fatto sono impotenti nel proporre alternative, convogliano le ansie esclusivamente verso il tema della sicurezza personale. Non vi è un'idea di società buona e la preoccupazione per il bene comune, ma esclusivamente l'attenzione all'appagamento personale.

L'incertezza e l'insicurezza di sé alimentano la perdita nella fiducia nelle proprie capacità e la sostanziale sfiducia negli altri che tendono ad amplificare l'ansia, la tendenza ad incolpare gli altri e la rabbia. In quest'ottica diventa difficile costruire un'identità chiara e pensare alla realizzazione di progetti. Anche il ruolo della memoria è ridotto al minimo, sembrando più funzionale la capacità di dimenticare, coerente con la richiesta di flessibilità e versatilità.

L'identità contemporanea è sempre più indeterminata e si fonda sull'idea che esista un processo di autocreazione infinito. Per definizione, quindi, è un'identità inseguita e mai raggiunta che genera insicurezza e isolamento.

Poiché la società si fonda sul consumo, la logica prevalente è quella secondo la quale la vita debba essere abbastanza capiente in modo da poter contenere tutti gli oggetti di consumo e da poter soddisfare tutti i potenziali desideri. La società dei consumi promette oggetti capaci di provocare sensazioni intense e non risponde tanto a desideri, ma li crea e quindi li satura e perciò le sensazioni sono effimere e sempre rinnovabili. Ciò comporta che i soggetti possano essere ripiegati sulla ricerca delle proprie sensazioni e possano agire in modo egoistico, individualistico, senza preoccuparsi delle conseguenze delle proprie scelte.

Con la fine delle ideologie, delle religioni, della promessa dell'immortalità dell'anima e della vita eterna, ciò che resta è il tentativo di rendere l'arco della vita più capiente: una vita più lunga, ma anche riempita di oggetti.

La società contemporanea incentiva la convinzione della necessità di una vita intensa e dato che non è possibile promettere l'aldilà, promette di aumentare all'infinito la capienza dell'unica vita che abbiamo, proprio nei termini dell'intensificare le esperienze che si vivono. Per mantenere questa intensità è necessario puntare sulla novità e sulla continua ricerca della variazione. In quest'ottica un mito contemporaneo è dato dall'idea della massima realizzazione del proprio vero essere. In più, una società estremamente competitiva impone livelli altissimi di performance che impediscono di rappresentarsi la possibilità di una forma di autorealizzazione. L'uomo contemporaneo non ha in mente una vita dopo la morte e quindi gli rimane l'ossessione di vivere intensamente.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

## La noia

Negli ultimi anni registriamo sempre di più a livello sociale la ricerca di sensazioni intense che diano senso all'esistenza e la sollevino dalla noia. La noia dell'esistenza è in qualche modo correlata alla monotonia legata al consumo come attività principale della società contemporanea. L'esistenza è ridotta dalla saturazione dei bisogni e dall'appiattimento dei desideri e quindi si ricercano sensazioni intense legate alla guida spericolata, al consumo di droghe e di alcol, agli sport estremi, a condotte rischiose, al gioco d'azzardo, all'uso improprio delle nuove tecnologie, all'automutilazione. Il contraltare di tale frenesia è una sorta di "senso di diminuzione" (Garcia, 2022) incarnato dalla depressione.

La noia è una condizione esistenziale connessa all'animo umano da sempre, tema di riflessione di filosofi e letterati. Otto Fenichel, in un saggio del 1934, distingue la noia sana da quella patologica. Entrambe hanno in comune la stessa dinamica: la noia si manifesta in assenza della meta e dell'oggetto che potrebbe soddisfare la pulsione, ma mentre nella noia sana si ha l'assenza di un oggetto, in quella patologica l'oggetto è rimosso. Sappiamo che la pulsione e l'oggetto sono necessariamente connessi: l'oggetto nasce insieme alla pulsione nella mente dell'individuo e consente di indirizzare la pulsione. Ma con la noia la pulsione, svincolata dall'oggetto, si manifesta al soggetto in tutta la sua intensità. Non viene sopita perché priva di oggetto, anzi si manifesta come esigenza dolorosa di soddisfacimento.

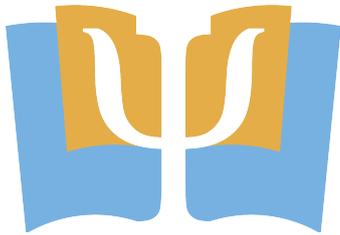
Allora possiamo ipotizzare che nella società contemporanea, poiché come abbiamo detto le relazioni sono incerte, insicure, estemporanee, l'oggetto non sia rimosso ma precario, intercambiabile in un consumo compulsivo e la noia si manifesti come condizione perenne dell'esistenza.

Possiamo pensare la vita contemporanea come tendente alla ricerca perenne di un'intensità massima percepita a discapito della capacità riflessiva del soggetto cosciente. Il senso di sé sembra fondarsi sul sentire intensamente più che sul pensiero.

In una dinamica di questo tipo è ovvio che il soggetto si annoi facilmente, provando il desiderio di passare sempre ad altro. Tale intensità è imposta socialmente ed è associata ai consumi: si tratta di amare, lavorare, divertirsi sempre più intensamente. Ma il paradosso è che se questa intensità è imposta socialmente, quindi dovuta, si svuota dal suo interno e non è più intensità. È come se l'asticella si alzi e questo forse spiega il generale aumento dell'esposizione al pericolo e del giocare fuori dalle regole, proprio per combattere la noia.

## I sintomi e i sé contemporanei

Abbiamo detto che il disagio contemporaneo non è più legato alla repressione di una società autoritaria che esige la rinuncia pulsionale, delle pulsioni sessuali e aggressive, ma al contrario la società dei consumi impone il soddisfacimento pulsionale.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

Ciò spiega come molti sintomi contemporanei ruotino intorno a pratiche relative al soddisfacimento pulsionale: bulimia, obesità, alcolismo, tossicomanie, oppure alla chiusura narcisistica che blocca il soddisfacimento pulsionale: depressione, anoressia, attacchi di panico, sintomi non simbolici.

A questo quadro corrisponde il fatto che i pazienti attuali della psicoanalisi sempre più si presentano attraverso organizzazioni mobili e fluide piuttosto che con strutture di personalità definite e solide, sempre meno con le nevrosi classiche e sempre più con disturbi narcisistici con sintomatologie aspecifiche e variabili: si è passati dalle nevrosi sintomatiche ai disturbi caratteriali. Pure i meccanismi difensivi sembrano più massicci e primitivi e i sintomi non sono tanto l'espressione di un conflitto tra istanze di personalità, tra la realtà e il desiderio, ma pratiche compulsive di godimento solipsistiche e per questo espressione di una dimensione narcisistica. I pazienti hanno a che fare con la percezione del vuoto, l'esperienza di una certa inconsistenza e di irrealtà che non si placano, meno che mai attraverso il consumo di oggetti. I sintomi sono relativi a forme di dipendenza patologica, disturbi alimentari, forme ansiose e depressive. Sembrano quasi scomparse, ad esempio le fobie simboliche. L'ansia è spesso correlata a un senso diffuso di insicurezza, ad un'eccessiva preoccupazione per l'immagine di sé, specialmente fisica più che morale, ad un sentimento radicato di incapacità a rapportarsi con gli altri e con le esigenze della realtà.

Un paziente ventiduenne mi dice: "Andavo in discoteca, non ottenevo il consenso, stavo sveglio tutta la notte, creavo un mondo parallelo in cui mi prendevo la rivincita. I belli stanno con i belli, i meno belli con i meno belli e poi ci sono gli errori di fabbrica. Io mi arrabbio con chi non mi valorizza. Se non mi valorizza una ragazza ci rimurgino su, poi magari taglio i rapporti. Anche il sesso è come scostato dalla vita. Tutto ciò è dettato da una serie di sovrastrutture in cui c'entrano anche i social. Quando uscivo con A. e c'è stato il consenso, io non l'ho più cercata. Ho tanta paura di non essere all'altezza delle aspettative".

Anche la depressione è connessa alla percezione costante di sentimenti di vuoto, noia, insoddisfazione, sfiducia nelle proprie capacità e nella realizzazione nel futuro.

Per tutte le caratteristiche che abbiamo descritto, spesso siamo di fronte ad una sorta di atrofia del pensiero e delle capacità creative. La necessità di adeguarsi al gruppo dei simili per averne in cambio la sicurezza di un'appartenenza può produrre identità rigide incapaci di tollerare la dimensione della singolarità, la creatività e la possibilità di un pensiero autonomo e articolato. In più la compulsività al consumo e a ricercare sensazioni intense privilegia il sentire e il percepire a scapito del riflettere. Ciò porta spesso alla presenza di un sintomo molto diffuso che è l'attacco di panico, connesso allo sperimentare l'interruzione improvvisa del senso di coesione e continuità del sé legata al sentirsi impotenti di fronte a emozioni che non si è in grado di nominare e tanto meno contenere. Il soggetto sperimenta un senso temporaneo di perdita dei confini del sé: attacchi di panico e



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

depressione possono riguardare aspetti legati alla debolezza del sé, mentre le dipendenze segnalano tentativi di alleviare l'angoscia.

I sé contemporanei spesso appaiono resi fragili da tematiche narcisistiche che non consentono di accedere all'elaborazione del conflitto nevrotico anche a partire dalla consapevolezza del passato. Ciò si pone in contrasto con la convinzione psicoanalitica che l'elaborazione del passato e un patrimonio di ricordi costituiscano risorse psicologiche imprescindibili per la maturità. Quindi, se in questo modo viene fortemente compromessa la capacità simbolica, viene ostacolata in terapia la possibilità di accedere al lavoro dell'analisi come Freud lo intendeva in *Ricordare, ripetere e rielaborare* (1914). Il lavoro analitico è sempre di più legato ad una traduzione di elementi  $\alpha$  in elementi  $\beta$  (Bion, 1962).

Il Super-Io, non più sostenuto dal confronto con la regola e il limite nella realtà, diventa arcaico, e, alleato alle componenti aggressive, impone all'Io standard di perfezione e di successo e lo punisce con ferocia quando si rivela inferiore agli standard proposti: da ciò deriva la scarsa autostima e il fatto che la dimensione della colpa non sia parziale ma totalizzante.

Spesso notiamo come l'Io ideale compaia al posto del Super-Io: l'Io Ideale, erede del narcisismo primario, costituisce un tentativo di recupero dell'onnipotenza perduta, il secondo, erede del complesso edipico, è il risultato del complesso di castrazione: il Super-Io separa il bambino dalla madre, l'Io Ideale lo spinge alla fusione. Il senso di identità precario e la scarsa separattezza del sé prodotti da carenze di stampo narcisistico danno luogo ad una scarsa capacità di simbolizzazione, alla difficoltà nel riconoscere e nominare gli affetti e quindi alla presenza di sintomi asimbolici poiché gli affetti non pensati si manifestano attraverso altre vie somatiche e comportamentali. Christofer Bollas (1987) parla a questo proposito del "conosciuto non pensato" che ha origine da una memoria psicosomatica della relazione con la madre che non è possibile tramutare in rappresentazione e dunque pensare. Ciò testimonia che i confini tra sé e l'altro sono poco definiti per la presenza di forti bisogni simbiotici che il soggetto cerca di contrastare mettendo in campo difese per mantenere un senso di separattezza. In realtà ci troviamo di fronte ad una elaborazione precaria del processo edipico: la figura del padre non si pone come terzo autorevole, non incarna il divieto di incesto e il soggetto non riesce a separarsi dalla madre, a ridistribuire l'affettività all'interno della famiglia, permanendo in una posizione simbiotico-incestuosa che rende debole il sé. Ciò mantiene il soggetto in una dimensione onnipotente, con conseguente rischio di crollo narcisistico, quando si confronta con la realtà. Da questa dinamica si originano sintomi ansiosi e depressivi.

I sintomi asimbolici non sono rappresentazioni simboliche, ma oggetti concreti che il soggetto trova nella dimensione sociale e dai quali è dipendente (alcol, gioco d'azzardo, cibo, droghe), coinvolgono il corpo e si esprimono attraverso un comportamento all'esterno e non attraverso un conflitto interno.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

I sintomi asimbolici costituiscono il tentativo di preservare il sé dalla disorganizzazione e dalla scarsa autostima, di mantenere condizioni interne di equilibrio narcisistico, ponendo un oggetto concreto tra sé e l'altro, di ripristinare l'assenza di tensione e di frustrazione, di contrastare la simbiosi data dalla scarsa separazione dalla figura materna. Questi sintomi sono correlati ad una relazione problematica con la figura materna in epoca preverbale, che determina difficoltà a simbolizzare e riconoscere gli affetti. Di fronte al fallimento della relazione con la madre e alla mancata interiorizzazione delle funzioni di cura, il soggetto individua un oggetto costante e rassicurante che abbia una funzione di autocura sempre a disposizione.

Tali pazienti mantengono un elemento di rigidità data dalla scissione interna tra contenuti e bisogni infantili e adulti: le parti non sono integrate e non comunicano, non consentendo lo sviluppo della personalità che si irrigidisce in una mancata integrazione di posizioni antitetiche troppo adulte o troppo infantili. Da ciò deriva una sostanziale dispersione dell'identità, mentre la sanità comporta l'integrazione di una varietà di aspetti del sé prodotti dalle relazioni significative di differenti momenti della vita.

Il lavoro clinico con questi pazienti è interessante perché se pure essi risultano irrigiditi dai tratti narcisistici e dalle carenze simboliche, sono contemporaneamente plastici e quindi possono evolvere una volta cominciato ad acquisire capacità autoriflessive e avuto accesso al piano simbolico, poiché molti soggetti di questo tipo si trovano alle prese con un'attesa di cambiamento rispetto alla sospensione della risoluzione della crisi adolescenziale. In queste personalità il sintomo è relativo al rapporto con un oggetto precoce e non evolutivo nella dimensione del conosciuto non pensato (Bollas). Allora, trattare il sintomo nella direzione della sua trasformazione dal non pensato al pensato, apre alla possibilità di una trasformazione evolutiva del soggetto nel suo rapporto con il materno.

Il rischio è che il terapeuta sia idealizzato e sia investito della responsabilità di riavviare il processo evolutivo attraverso speranze irrealistiche di riparazione del sé e che il soggetto non affronti la frustrazione del contatto con la realtà

Altro elemento centrale dei disturbi contemporanei è che al concetto di mancanza di epoca freudiana si è sostituito quello di vuoto. La mancanza implica l'esperienza dell'oggetto e la sua simbolizzazione a partire dalla relazione con l'altro e quindi l'attivazione del desiderio. Il vuoto, invece, implica la dimensione del concreto, dissociata dal desiderio dell'altro e produce la dispersione del soggetto. Il soggetto si sente respinto e rifiutato e tale ferita narcisistica produce depressione e melanconia.



## Un esempio clinico

A., quasi trentenne, si presenta alla prima seduta lamentando grande insicurezza, forte ansia, paura, batticuore, dice che è ansia da prestazione per gli esami universitari ma anche con le ragazze. È dipendente dal sentirsi riconosciuto, ha una cronica mancanza di autostima e il bisogno di essere più sicuro. L'obiettivo che più gli preme raggiungere è la sicurezza in sé stesso, oltre alla remissione dei sintomi e dà l'impressione di volere dalla terapia una sorta di "cura ricostituente", iniezioni di autostima. All'inizio sembra lontano dal concepire il percorso come uno spazio di riflessione e la possibilità di una attribuzione di senso.

Dopo le prime sedute concordiamo una terapia a due volte la settimana con l'uso del lettino. Da subito manifesta difficoltà a usare lo spazio fisico della seduta. Quando nei colloqui preliminari era seduto in poltrona, ne lamentava la scomodità provando a usare un'altra sedia di legno presente nella stanza e passeggiando avanti e indietro mentre parlava. Lo stesso avviene una volta usato il lettino: ogni tanto si alza, si siede sul lettino, passeggia, adducendo difficoltà di digestione poiché la seduta avviene dopo l'ora di pranzo. La cosa interessante è che le spiegazioni date a questi comportamenti sono sempre dell'ordine del concreto: la poltrona scomoda, la difficoltà di digestione, il cuscino sul lettino troppo basso, come se proprio non possa accedere ad un piano simbolico e nominare quelle che possano essere le sue difficoltà soggettive. Ovviamente gli consento di usare lo spazio come meglio ritiene e glielo comunico, gli dico che può stare dove si sente più a suo agio e può usare le sedie e le poltrone come meglio ritiene, ma non provo da subito ad interpretare le difficoltà in chiave simbolica, perché si tratta preliminarmente di costruire insieme una funzione riflessiva. Questo è un aspetto abbastanza tipico dei pazienti contemporanei che sembrano non possedere all'inizio del percorso terapeutico una funzione riflessiva e la possibilità di osservare "dall'esterno" le dinamiche che li riguardano.

Durante la prima seduta A. si interrompe chiedendomi di andare in bagno, cosa che capiterà ancora alcune volte successivamente. Progressivamente, dopo circa un anno questi comportamenti non si presentano più: A. sta comodamente disteso sul lettino e non ha più interrotto le sedute per andare in bagno. Ad un'incontinenza anche mentale è stata sostituita una graduale capacità autoriflessiva e introspettiva appresa attraverso le interpretazioni che via via gli fornivo delle dinamiche di cui mi parlava. All'inizio rimaneva in un silenzio interdetto, poi ha cominciato a manifestare un misto di stupore e contentezza, come se gli si aprisse un mondo nuovo, una possibilità di pensare.

A. vuole una vita intensa e vive anche il sesso come una continua performance, sesso di cui fa un uso compulsivo: "Faccio fatica ad essere stanco, vorrei essere sempre a mille, vorrei poter fare tutto, vorrei che non fosse faticoso". "Non ce la sto facendo, fare di più, essere di più, avere di più, aspirazione al di più. Sono preoccupato, impaurito, confuso, spaesato".



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

Ogni tanto eccede con l'alcol o fa un uso compulsivo di videogiochi, oppure si abbuffa di cibo, ma senza che un comportamento prevalga sull'altro: sono condotte intercambiabili. Mi racconta di essersi sbronzato e di avere dormito sul tappeto. Tuttavia nessuna condotta sembra avere un significato particolare o sembra essere legata a qualche accadimento della sua vita.

Parla di un buco da riempire con le donne, il cibo, i videogiochi. "Il buco con le *esperienze importanti* sparisce. Il buco c'è quando mi sento piccolo, vorrei essere straordinario". Parla della paura di non essere all'altezza, del sentirsi rifiutato, "così mi sono imbottito di dolci e videogiochi".

"Quando vengo adocchiato da un omosessuale mi fingo compiacente" e lega questo comportamento alla necessità di piacere, di essere accettato.

All'inizio è vago il concetto di tempo, il passato è un'unica matassa. Porta difficoltà a livello del sé: "Non sono in grado di tradurre i miei pensieri non sono sicuro dei miei stati d'animo. Tutto è fragile, mi sento fatto di vetro". "Mi ritrovo a non sapere come sono io". "Ho una nuvola di confusione cerebrale, confusione nella mente".

Dice che le sue relazioni sono sempre andate a rotoli prima di un anno, e quasi sempre rompeva lui. Ogni tanto tende ad idealizzare qualche ragazza con cui ha più di un incontro, salvo trovare subito dopo mille difetti, soprattutto fisici e allontanarsene "L'ho messa sul piedistallo". Arriva con un lunghissimo elenco scritto di donne con cui ha avuto relazioni sentimentali o anche solo sessuali, comincia a dipanarlo, come se debba fare un compito funzionale al percorso terapeutico ma alla dodicesima si ferma e non arriveremo mai in fondo. Si presenta agli incontri con le donne come ad un casting, fatica a portare sé stesso. Oscilla tra il consumo compulsivo con le donne e il desiderio di una relazione. Tratta le donne in modo bidimensionale, "Mi muovo anche quando il gioco non vale la candela". Manifesta un aspetto compulsivo come con i videogiochi e il cibo, quando è in relazione comincia a trovare difetti. Oscilla tra la svalutazione di sé e dell'altra: "Mi sento impotente, ho paura di deludere queste mie donne, paura di non essere amato, apprezzato".

Man mano comincia a desiderare una relazione e ricorda una relazione del passato che lo appagava: "Mi sentivo di essere libero con lei, B., poi non le sono più piaciuto. Potevo non essere un personaggio". Esce per pochi mesi da una situazione di promiscuità per una relazione con una ragazza molto problematica. Dice che ciò che li accomuna è l'aver sofferto, ma la lascia dopo poco "Non si fonda una relazione sulla condivisione della sofferenza".

Dopo poco ha una breve relazione con una ragazza con cui non ha avuto rapporti soddisfacenti e per questo dice di averla idealizzata: si è sentito inadatto e quindi l'ha idealizzata. È molto presente un'oscillazione tra svalutazione e idealizzazione di sé e degli altri, mentre fatica a integrare le parti, ad avere una visione più realistica di sé e degli altri e a tollerare la frustrazione data dai limiti propri ed altrui. Con la terapeuta tende a stare



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

maggiormente sul versante dell'idealizzazione, non sembrando mostrare mai che ci sia qualcosa che non vada. Evidentemente non sente ancora la relazione così forte e solida da potersi consentire delle critiche e degli attacchi.

Ha un padre accumulatore compulsivo e da sempre poco presente. Ha un rapporto estremamente conflittuale con il padre che descrive concentrato esclusivamente su sé stesso. "Mio padre mi trattava a pesci in faccia e io continuavo ad essere il figlio perfetto, cercavo la sua approvazione".

La madre ha sviluppato con lui un legame simbiotico-fusionale di cui L. non è minimamente consapevole all'inizio della terapia. All'inizio del percorso racconta con molta soddisfazione di come ancora a dodici anni alla sera rimanesse abbracciato alla madre sul divano a guardare un film, mentre il padre stava in un'altra stanza. Sembra il trionfo sull'Edipo! Un giorno commette un lapsus: parlando del padre afferma "nostro padre" riferendosi a sé e alla madre.

All'inizio della terapia mi racconta che la madre messaggia con lui numerose volte al giorno e lui si sente in obbligo di rispondere. Una mattina non risponde ad un messaggio e la madre allarmata chiama direttamente il capoufficio per avere notizie. "Capisco questa sua preoccupazione costante, questa esigenza di controllo. Io ho preso l'ansia da mia madre". Ritiene normale che la madre lo chiami cinque, sei volte al giorno e arrivi a chiamare il datore di lavoro quando lui non risponde, per sapere se è vivo. Man mano diventa consapevole di questa dinamica, fino ad imporre con successo alla madre di non cercarlo continuamente. Attraverso l'elaborazione del timore della dipendenza dalla terapia arriviamo ad elaborare la dipendenza dalla madre e la relazione di stampo fusionale. "Non riesco a distaccarmi dal suo pensiero (madre), sono dipendente dall'idea che ho di lei". Gli faccio notare che festeggia il superamento di un esame con la madre come con una fidanzata: "Non ho mai avuto bisogno di qualche altro". Si accorge di quanto questo legame sia stato pesante nella sua vita e lavoriamo sulla consapevolezza di non avere una mente separata da quella della madre: si accorge di non avere opinioni autonome, di quanto aderisca ai pareri che la madre gli dà, ad esempio sulle ragazze, e man mano comincia a discostarsi dalle opinioni materne cominciando a formulare giudizi autonomi. La possibilità che A. formasse opinioni proprie è passata attraverso una sua richiesta inizialmente abbastanza frequente di pareri e opinioni da parte mia sulle sue scelte. Solo restituendogli la richiesta e riflettendo insieme sul bisogno che portava ha cominciato a rendersi conto di questo meccanismo nei confronti della madre. Parlando della madre dice: "Hai un attaccamento morboso nei confronti di tuo figlio, mi sono sentito una banderuola". È interessante l'uso del tu come a paventare anche un timore di stampo transferale.

Quando, ad un certo punto, la madre divorziata dal padre da qualche anno, decide di risposarsi, sembra sollevato che ci sia un uomo che non sia lui, che possa occuparsi di lei: è come se finalmente cominci a comparire l'Edipo.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

Dopo un anno dall'inizio arriva con un sogno: "Cercavo il rapporto, il riconoscimento di mio padre in sogno. Gli correvo dietro in una strada piena di ostacoli, gli dicevo "papà sono qui". Provavo angoscia, mio padre era voltato da un'altra parte. Mio padre è egoista, egocentrico, possessivo, abbiamo dovuto sopravvivere a mio padre". L'uso del plurale in quel "abbiamo dovuto" testimonia come, ancora in quella fase non si pensasse separato dalla madre e non pensasse che la madre potesse avere un qualche ruolo in questa dinamica. Di fronte ad un padre assente o violento, evidentemente c'è sempre una madre che non assume una posizione di tutela e non richiama l'altro genitore alle sue responsabilità.

Dai suoi racconti emerge nettamente come anche di fronte ai fatti e non solo alle opinioni i genitori abbiano spesso fornito versioni differenti se non opposte, e questo, probabilmente è alla base della confusione che manifesta. Insieme, cominciamo una paziente ricostruzione di fatti e conseguenti opinioni di modo che possa arrivare ad acquisire una versione propria. Questo è un lavoro attualmente sempre più frequente e preliminare al classico lavoro analitico: si tratta, come si diceva, prima di tutto di costruire una funzione riflessiva su sé e un piano simbolico per poi attivare una funzione analitica della mente dei contenuti che sono diventati simbolici. Ciò, in genere, si accompagna alla remissione degli agiti, spesso a carattere compulsivo, al diradarsi della confusione, alla scomparsa di sintomi a carattere ansioso, alla definizione di un'identità autonoma più stabile.

Dall'inizio A. mostra una grande difficoltà a tollerare la frustrazione: una volta alle prese con la riparazione di un computer, non riesce a venirne a capo. Deve ricorrere ad un professionista, ma questo gli provoca una tale rabbia da costringerlo ad abbuffarsi di cibo.

Ad un certo punto, dopo un certo lavoro legato a riflessioni sul proprio valore e le proprie potenzialità, incomincia a considerare di poter cambiare lavoro: nel lavoro attuale viene sfruttato e sottopagato e può ambire senza difficoltà ad una posizione retribuita meglio facendo meno ore di lavoro. Ma è tormentato da sensi di colpa legati all'idea a sfondo narcisistico di essere indispensabile e insostituibile, ha una "paura totale" e teme che gli diano dell'ingrato. Inoltre ha paura del cambiamento: "A cambiare lavoro mi sembra di fare un torto, senza di me si blocca tutto" Si sente insostituibile come nel rapporto con la madre. Con grande ansia decide di comunicare al datore di lavoro che si sarebbe licenziato ed effettivamente trova una collocazione migliore. Si stupisce di come il datore di lavoro prenda la notizia, con serenità e senza astio, in modo molto diverso dalle sue aspettative.

Dopo un certo tempo arriva il compleanno dei trent'anni. Sappiamo che il compleanno evoca forti questioni identitarie e legate al senso di sé. Da dieci anni non festeggia: "Non c'è niente da festeggiare". Alla fine decide di festeggiare ma ha l'ansia per la festa: "Ho paura che la gente non si trovi, che non funzioni, ho paura che io li deluda, vorrei poter accontentare tutti. Quando facevo le feste da bambino correvo da un bambino ad un altro



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

con il cibo in mano per paura che non si trovassero bene". La festa va bene e si stupisce di come i suoi amici di una vita gli mostrino il loro affetto.

Oltre alla presenza massiccia dell'Ideale dell'Io, in A. vi è un Super-Io arcaico sempre pronto a punirlo: fa due lavori e contemporaneamente sta prendendo la laurea specialistica, ma si dice che se per caso non dovesse superare un esame si punirà non andando in vacanza. Si punisce per ipotetici fallimenti. "Non riesco a gioire dei successi, ma solo a mortificarmi dei fallimenti". Ha una grande insicurezza data da uno standard esigente. "Sposto l'asticella, non sono mai abbastanza, non mi piace l'idea di non avere controllo, troppa casualità. Non riesco a vedere nel futuro". Vi è un confronto continuo con il piano ideale e idealizza le persone e le situazioni, fino ad averne una qualche consapevolezza: "Non mi riconosco più. Non posso prendere come parametro quello che mi dicono gli altri. Mi sembra di non fare nulla, di interpretare una parte" Compare la percezione di un senso di inautenticità. "Non sono capace di pensare autonomamente. Lotto contro l'appiattimento". "Penso a quello che pensano le altre persone e non a quello che provo io".

Ad un certo punto, ad un anno dall'inizio della terapia, comincia a riferire sogni, segno che la capacità simbolica è stata incrementata.

"Ho sognato di giocare con altri due a un gioco in cui si spara. Ero dentro il gioco ma non riuscivo a controllare i miei movimenti, come se ci fosse il medium di una tastiera. Dovevamo colpire un nemico: io ero il meno bravo, era ambientato in una cava di marmo a cielo aperto. Scappo da un'altra squadra e i miei compagni muoiono. Dalle cuffie mi dicono di continuare. Ho un fucile a pompa molto lento. Io sparo ma lui non muore, prende le fattezze di un mostro. La voce in cuffia mi dice "Usa il pallone". Associa il sentirsi impacciato, al di sotto delle sue possibilità. "Mi fa pensare che seguo le indicazioni degli altri". Dice che il mostro inarrestabile rappresentava il padre, verso cui prova un senso di impotenza. Dal sogno, oltre a tutta una serie di altri elementi che tralascierò, emerge chiaramente il suo sentirsi eterodiretto in relazione al seguire gli ordini impartiti dalle cuffie, il sentirsi inferiore, "io ero il meno bravo" simbolizzato dal fucile a pompa molto lento, con qualche riferimento sessuale oltre che aggressivo. Vi sono sentimenti di inefficacia in relazione al fatto che lui spara ma l'altro non muore. Evidentemente il sogno è permeato di aggressività che non esprime mai normalmente e che anche nel sogno attribuisce agli altri più che a sé.

Dopo qualche tempo fa un secondo sogno sempre ambientato in un videogioco, ma questa volta si muove autonomamente, non seguendo la voce di nessuno.

In un altro sogno sembra portare la descrizione del percorso terapeutico: "C'era una grande automobile magica, una volta aperto il cofano sotto era molto grande. C'era una bruciatura e un teppista è entrato e ha alzato la temperatura. La macchina stava per esplodere e una madre con un bambino insanguinato sposta la fiamma e la



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

macchina non esplose". Sembra che l'automobile magica rappresenti il suo sé: comincia a diventare autonomo (l'automobile) ma conserva ancora degli aspetti magici e irrealistici. Un teppista entra e alza la temperatura e ciò sembra rappresentare il percorso terapeutico: io potrei essere il teppista che alza la temperatura e innesca la possibilità di una deflagrazione. Alla fine la situazione sembra essere salvata da una madre con un bambino che però è insanguinato, come se ci sia ancora un retaggio del rapporto simbiotico con la madre e il timore che superare questa fase possa produrre danni peggiori.

Riflettiamo via via se le scelte siano frutto di impulso o progetti in senso evolutivo. "Non ero sicuro su cosa scegliere, ero confuso, incerto, con la testa nel cotone. Mi sono accorto di essere una persona, posso scegliere di farmi influenzare meno. Sapevo di interpretare il ruolo del malato. Mi compatisco. È bello farsi curare dagli altri. Sto anche prendendo meglio i successi degli altri". Tollera meglio l'invidia.

Oramai ha acquisito una capacità autoriflessiva:

"Ho problemi con il riempire il vuoto, con le app di dating. Sono incapace di gestire il rifiuto, devo sempre riconquistare il potere. Ricorro al cibo e ai giochi perché sono cose tangibili, concrete. Ho uno stato d'animo effimero che brucia in fretta, per questo mi do da fare per sempre nuovi stimoli. Potrei distaccarmi da questo stato d'animo oppure riempirmi la vita di successi. Ma cosa succede quando non si ha sempre successo?" "Ieri notte non riuscivo a dormire, ho preso Tinder e ho cominciato a *matchare*, con una ragazza, così per noia". La ragazza gli risponde banalità. "È chiedere troppo ad una persona che sia in grado di esprimere un pensiero, un'idea?". In questa fase tutti i sintomi legati al consumo compulsivo di cibo e videogiochi sono nettamente diminuiti e diventano veramente rari, così come l'ansia che è quasi scomparsa.

Si accorge chiaramente che sta cambiando, tuttavia inizialmente comincia ad attribuire questo suo cambiamento al fatto di invecchiare: "Sto invecchiando, una volta avevo una libido smodata. Se ho una pausa sento il dovere di riempirla, con un podcast, una serie, un giochino, mi sento in colpa, associo il fermarmi al fallire, essere un fallimento, non riesco a non fare nulla. Sono già proiettato a quello che farò fuori di qui. Ho sempre una scaletta di impegni. Esiste un modo di pensare che non sia per liste della spesa?". Si interroga sul modo di pensare manifestando una capacità autoriflessiva rispetto all'inizio in cui la seduta era il contenitore fisico e delle ansie da evacuare.

Solo ultimamente attribuisce il cambiamento, vissuto come un ridurre l'intensità dell'esistenza non all'invecchiare ma all'evolversi: "Penso che sto invecchiando, no penso che sto maturando".

Comincia a riconoscere il ruolo che gioca nelle relazioni: alcuni amici sono andati a trovare un amico comune malato senza dirglielo: "Una volta lo avrei vissuto come un'esclusione, ma sono andato su WhatsApp e mi sono



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

accorto che è più di un mese che non mi faccio sentire, sono troppo preso dalle mie cose". Tutti gli aspetti proiettivi e di attribuzione di responsabilità agli altri sono quasi scomparsi.

Ad oggi, a distanza di un anno e mezzo dall'inizio A. sta sviluppando una capacità di auto osservazione, riflessiva e simbolica che nei pazienti più "tradizionali" preesiste al lavoro analitico. Queste funzioni della mente consentono di ridurre la sintomatologia e contemporaneamente aprono ad una fase più "tradizionale" del lavoro analitico.

## Conclusioni

In conclusione, il lavoro terapeutico contemporaneo si snoda maggiormente attraverso la costituzione di un'identità singolare, separata dalle figure di attaccamento e dal gruppo, la possibilità di accedere ad una funzione analitica della mente, la capacità autoriflessiva e la trasformazione dei sintomi asimbolici e dei comportamenti disfunzionali in costrutti simbolici.

In *Psicopatologia delle masse e analisi dell'io*, Freud sottolinea il rischio del soggetto di smarrire la particolarità del proprio desiderio alienandosi in forme collettive di identificazione. È evidente, come si diceva che le forme collettive di identificazione, che sussistono in ogni epoca, variano da epoca ad epoca.

La costituzione identitaria è un processo che avviene in terapia attraverso una serie di passaggi che prevedono la consapevolezza di un'identità alienata e il conseguente abbandono di questa, il trovare una cifra narcisistica propria, ossia tratti particolari, unici e non assimilabili a nessun altro e da ciò la possibilità della costruzione di un legame autentico e nuovo con l'altro, che non si fondi su angosce abbandoniche e su paure ataviche.

I sintomi asimbolici possono evolvere attraverso l'evoluzione interna dei nuclei simbiotici, tale da consentire l'accesso all'Edipo. Da parte del terapeuta si tratta di evitare la collusione con le idealizzazioni onnipotenti e di consentire al soggetto di entrare in dinamiche conflittuali di stampo nevrotico, in modo da poterne elaborare le implicazioni emotive.

Ciò dal punto di vista del lavoro clinico. Sotto il profilo sociale invece, la convinzione che la nostra società sia senza futuro dipende anche dall'incapacità narcisistica di identificarsi con le generazioni future o di sentirsi inseriti nel corso della storia. Le situazioni estreme che, attualmente, il pianeta si trova di fronte, la crisi climatica e il rischio di un conflitto nucleare, sembrano avere risvegliato almeno in parte e sicuramente tra i più giovani una coscienza sociale collettiva e la necessità di far fronte comune ai pericoli incombenti. L'auspicio è che almeno il pericolo consenta di uscire da posizioni solipsistiche di consumatori massificati.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Daniela Settembrini

## Bibliografia

- Arendt H., (1951), *Le origini del totalitarismo*, trad., it., Einaudi, Torino, 2004.
- Bauman Z., (1999), *La solitudine del cittadino globale*, trad. it., Feltrinelli, Roma, 2000.
- Bauman Z., (2000), *Il disagio della postmodernità*, trad., it., Milano, Bruno Mondadori.
- Bion, W. R., *Analisi degli schizofrenici e metodo psicoanalitico: saggi e riconsiderazioni*. Presentazione e note di S. Bordini. Roma: Armando, 1970.
- Bion, W. R., (1948), *Esperienze nei gruppi ed altri saggi*. Presentazione di Fr. Corrao e S. Muscetta. Armando, Roma, 1971.
- Bion, W. R., (1962), *Apprendere dall'esperienza*, Armando, Roma, 1972.
- Bion, W. R., (1963), *Gli elementi della psicoanalisi*. Armando, Roma, 1973.
- Bion, W. R., (1965), *Trasformazioni: il passaggio dell'apprendimento alla crescita*. Armando, Roma, 1973.
- Bion, W. R., (1970), *Attenzione e interpretazione: una prospettiva scientifica sulla psicoanalisi e sui gruppi*, Armando, Roma, 1973.
- Bollas C. (1987), *L'ombra dell'oggetto -Psicoanalisi del conosciuto non pensato*, trad.it. Borla, Roma, 2001
- Fenichel O. (1934), *Psychoanalysis as the Nucleus of a Future Dialectical-Materialistic Psychology*. In: American Imago, Vol.24 /1967) pp. 290-311.
- Freud S., (1914), *Ricordare, ripetere, rielaborare*, OSF 7
- Freud S., (1914), *Introduzione al narcisismo*, OSF 7
- Freud S. (1915), *Pulsioni e loro destini*, OSF 8
- Freud S., (1921), *Psicologia delle masse e analisi dell'io*, OSF.9
- Freud S., (1929), *Il disagio della civiltà*, OSF.10
- Freud S., (1931), *Tipi libidici*, OSF 11
- Garcia T., (2022), *La vita intensa. Un'ossessione moderna*, trad., it., Nottetempo, Milano.
- Green A., (1983), *Narcisismo di vita narcisismo di morte*, trad. it., Borla, Roma, 2005
- Green A., 2002, *Idee per una psicoanalisi contemporanea*, trad., it., Raffaello Cortina, Milano, 2004
- Winnicott W., (1965), *Sviluppo affettivo e ambiente*, trad. it., Armando, Roma, 1974



Quest'opera è distribuita con Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale