

## La delusione

**Stefano Ramella Benna**

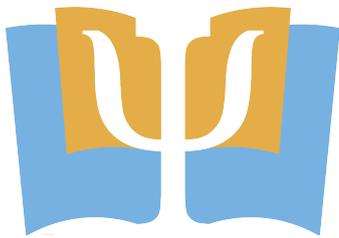
Il sentimento della delusione rappresenta un territorio spesso poco attraversato dalla ricerca e dalla clinica psicoanalitica e psicoterapeutica in generale, in quanto tende a sparire sotto il più ampio ombrello della depressione o, trascurando alcuni aspetti che, come cercherò di illustrare, sono connotativi della delusione stessa, viene generalmente associato alla perdita di un oggetto di investimento e, pertanto, in un certo senso al lutto o alla melanconia.

In realtà, può essere interessante soffermarsi sulla delusione come specifico e distinto stato del Sé, riflettendo così sulle necessarie differenze di approccio rispetto al paziente comunemente depresso. L'obiettivo principale di questo lavoro, dunque, è quello di riflettere sul significato psicologico della delusione e di comprenderne sia la psicodinamica, sia i correlati clinici, sia ancora una potenziale linea di trattamento. Inoltre, il proposito è quello di porre in evidenza come il sentimento della delusione rappresenti un terreno sul quale è possibile ritrovare un accordo tra teorie e concetti clinici appartenenti a scuole anche molto differenti fra loro, lavorando così nell'ottica di valorizzare la crescita di prospettive psicoanalitiche contemporanee.

### **Semantica della delusione**

È fondamentale partire da una definizione condivisa della delusione, che si traduce in uno stato di amarezza proveniente dalla scoperta di una differenza - ovviamente in senso riduttivo - tra la realtà rivelata e le proprie attese o speranze. In questa definizione (Vocabolario Treccani, [www.treccani.it](http://www.treccani.it)), è già possibile individuare una sorta di sovrapposizione, sinonimica, tra attese, cioè aspettative, e speranze. I due termini sembrano essere interscambiabili per dare espressione alla polarità perduta, tradita dall'incontro con la realtà; tuttavia, su piani profondi e almeno parzialmente inconsci, aspettative e speranze non sono la stessa cosa, sebbene i due concetti abbiano forti similitudini. Su questo aspetto sarà utile ritornare successivamente, quando mi soffermerò sul rapporto tra delusione e tradimento e su quello tra fiducia e fede.

Ancora, sul piano semantico e, in parte, già dal punto di vista etimologico, la delusione si sovrappone al sentimento della frustrazione e, in parte, al concetto di disillusione. Di fatto, è bene distinguere la frustrazione dalla delusione, sia per il senso comune, sia in chiave psicoanalitica, per la considerazione costruttiva e formativa di un'adeguata frustrazione nello sviluppo del bambino (Kohut, 1971) - da cui deriva un'ovvia connotazione di valore, che può essere anche positivo per la frustrazione, mentre non lo è per la delusione. Infatti, il termine frustrazione esprime più specificamente il mancato soddisfacimento di un bisogno, che può essere più o meno



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

legittimo, ma che è sentito come proprio da parte del soggetto che lo vive e lo esprime. Così, la frustrazione dei bisogni di un bambino da parte delle sue figure di investimento, quando significativamente ripetuta, può rappresentare la genesi di un'esperienza di trascuratezza e di mancanza di empatia (*Ibidem*; Carusi, 2003; Ramella Benna, 2019a), e quindi un'esperienza traumatica; per altro verso, la necessaria frustrazione di quelli che il bambino sente come suoi bisogni essenziali, non potendo ancora stabilire una adeguata differenza tra essi e i desideri, costituisce un passaggio fondamentale per la formazione della capacità simbolica e per la nascita di un processo secondario indispensabile nel rapporto con la realtà. Di conseguenza, non è infrequente riscontrare in giovani pazienti una pervasiva delusione rispetto alle aspettative che essi avevano alimentato e riposto verso la propria vita, proprio perché non è stata loro offerta una frustrazione adeguata, o ottimale, per esprimerci in termini kohutiani (Kohut, 1971). Sono queste le situazioni in cui, laddove una giovane mente è lasciata sola nel suo processo di crescita e di significazione della realtà, si può giungere anche a una sorta di cronicizzazione del vissuto di delusione, con conseguente perdita del senso di fiducia nell'esistenza.

Per quanto attiene alla disillusione, essa sembra essere concepita più come una condizione che non come un processo, rappresentando lo stato di chi è, semplicemente, senza illusioni (Vocabolario Treccani, [www.treccani.it](http://www.treccani.it)). È implicito, a questo proposito, che quando le illusioni sono assenti ciò possa derivare dalla loro perdita. Questo processo rappresenta un passaggio evolutivo sano, come illustrano più approfonditamente contributi appartenenti alla prospettiva kleiniana e post-kleiniana (Steiner, 2020), e contribuisce alla costituzione di un Sé coesivo e generativo (Kohut, 1977). In altri casi, tuttavia, la disillusione profonda può essere il frutto di un'assenza *ab initio* dell'esperienza illusoria, cioè della mancata costruzione delle illusioni necessarie a ognuno. Il significato è affiancabile, per certi versi, a quello di disincanto, che rimanda non solo alla perdita delle illusioni, ma anche alla liberazione da uno stato di incantesimo, e quindi, in qualche misura, da un inganno.

La chiarezza riguardante la distinzione tra i termini può aiutare il terapeuta nel rapporto con il proprio paziente, guidando sia la propria comprensione empatica, sia il delicato e continuo movimento di identificazione e disidentificazione necessario per bilanciare, da un lato, la necessità del paziente di sentirsi capito e il suo bisogno, dall'altro, di allontanarsi da una visione statica e bloccante di sé stesso, rispetto ai problemi che porta (Steiner, 2020). Inoltre, la chiarezza sul significato guida la scelta delle nostre parole, di quelle parole che, come analisti e psicoterapeuti, decidiamo di utilizzare per le nostre interpretazioni e in generale nella relazione con il paziente.

## **La delusione come sentimento composito**

È era una paziente con gravi sentimenti depressivi, che si instauravano su una struttura dipendente, a sua volta alimentata da elementi di moderato ritardo cognitivo. In comunità psichiatrica da molto tempo, sebbene madre



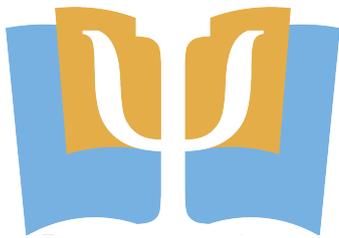
di una figlia ormai grande e moglie di un uomo che continuava a seguirla, si trovava in un nuovo periodo di profonda crisi. L'assenza di uno slancio vitale e di una minima disponibilità alla fatica, a fronte di uno scopo (Kohut e Wolf, 1978), erano fattori molto intensi nella mente della paziente e si associavano a una ossessiva appetizione per le benzodiazepine, che tutti, in équipe, eravamo abituati a contenere. Nel corso di un colloquio, la vidi però illuminarsi brevemente, attraversata da un sentimento di soddisfazione per sentirsi compresa, quando fu raggiunta dalle parole: "Lei si sente delusa". Il sentimento di delusione che H provava rendeva il suo stato d'animo e il suo comportamento differenti da quelli di una persona puramente triste, poiché nella delusione è presente una coloritura affettiva che diventa importante cogliere, nel movimento empatico verso il paziente che la prova.

Questo piccolo scorcio clinico ci porta a ipotizzare che le componenti emotivo-affettive della delusione siano due, quanto meno in una visione semplificata del sentimento. La prima, naturalmente, è una tristezza di natura melanconica; la seconda è la rabbia. La natura composita del sentimento rende talvolta più difficile, per i pazienti, sia trovare le parole per esprimere ciò che sentono, sia uscire dalla pesantezza dello stato d'animo in cui, a causa di essa, si trovano.

Per quanto attiene alla componente melanconica, è implicito fare riferimento alle pagine freudiane, che distinguono la melanconia dal lavoro fisiologico del lutto, in quanto essa genera un impoverimento dell'Io, connesso a uno stato alterato e svuotato del Sé, che non si riferisce più esclusivamente al dolore della perdita di un oggetto amato, ma procura una profonda svalutazione del soggetto, il quale, di conseguenza, è attraversato da un senso di mortificazione e a volte di colpa (Freud, 1915). Il tentativo di aggirare tale stato di sofferenza può talvolta condurre verso una reazione di natura onnipotente, maniacale, che taglia precocemente i ponti con il tempo del dolore, per giungere a un trionfo precoce, impedendo così una vera accettazione della realtà (Ogden, 2012; Battaglia, 2021; Ambrosiano, 2020).

Inoltre, per quanto attiene al lavoro del lutto, una adeguata elaborazione dello stesso implica quella separazione che consiste nel ritiro delle identificazioni proiettive e che, quindi, *"comporta il saper affrontare la realtà di ciò che appartiene all'oggetto e di ciò che appartiene al Sé, come si definisce nel modo più chiaro attraverso l'elaborazione della perdita"* (Steiner, 1996, p. 26). Questo elemento è clinicamente osservabile anche nell'elaborazione della delusione, ma come specificherò in seguito, a essere differente è la natura dell'oggetto, di carattere soggettivo e non oggettivo.

Come noto, i punti di vista di Abraham prima (1924) e di Klein successivamente (1940) integrano e in parte modificano la teorizzazione freudiana, soffermandosi particolarmente sul lavoro del lutto. È in particolare Abraham a intuire una sfumatura di sadismo nel melanconico, anche qui contrapposto al soggetto in grado di



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

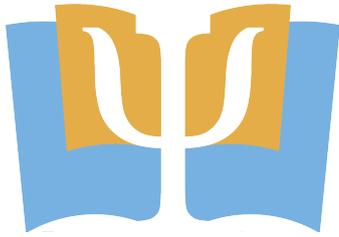
compiere un fisiologico lavoro di lutto, poiché introduce la componente di ostilità verso l'oggetto perduto, componente assunta dall'Io insieme al dolore della perdita stessa. Per quanto attiene al contributo kleiniano, naturalmente, è la riattivazione della posizione depressiva che permette al soggetto di tollerare la perdita dell'oggetto, ma è un ristabilirsi dei contatti con i propri oggetti buoni interni che ne consente il superamento, così da riconquistare fiducia verso l'esistenza.

La letteratura psicoanalitica fin qui citata si riferisce alla perdita dell'oggetto come esperienza generatrice di un lutto, il quale può svilupparsi in forme e tempi normali, oppure rimanere bloccato in una configurazione, appunto, melanconica. Va notato, a riguardo, che l'esperienza della delusione si riferisce ugualmente a una perdita, ma non oggettuale in senso stretto, cioè conseguente al venir meno di un oggetto amato; senza escludere questa possibilità, essa individua nell'oggetto essenzialmente un'aspettativa, l'attesa di uno scenario, e pertanto, anziché un oggetto di per sé, si riferisce a una rappresentazione di esso o di parti di esso. L'oggetto perduto nella delusione, volendo, può essere assimilato al cosiddetto "oggetto soggettivo" (Winnicott, 1963; Ogden, 2022).

Infatti, ci delude la vita quando uno o più eventi prendono una piega significativamente differente da quanto ci eravamo rappresentati nella mente; ci delude una persona quando tradisce la nostra fiducia, o quando le attenzioni che ci riserva sono differenti - più o meno marcatamente - dalle nostre aspettative. Può deluderci il venir meno di un ideale, di un progetto. È quindi evidente che sempre di perdita si parla, ma la sfumatura essenziale che distingue il lutto e la melanconia dalla delusione è la componente *rappresentazionale* che ne viene coinvolta. Per essere ancora più chiari, la perdita di un lavoro o la mancata risposta a un'ambizione professionale possono implicare un processo di elaborazione dell'assenza di ciò che desideravamo - cioè il lavoro del lutto; possono esitare in una melanconia che pervade il valore di Sé, facendoci sentire inabili, svuotati e privi di valore; infine, possono generare un sentimento di amarezza che dipende dalla differenza tra l'esperienza reale e la rappresentazione mentale della stessa, cioè l'aspettativa più o meno consciamente edificata nella nostra mente - vale a dire la delusione.

Passando ora alla componente reattiva della rabbia, che si mescola alla tristezza melanconica nell'esperienza della delusione, va notato che essa rappresenta un tentativo di neutralizzare uno stato di sofferenza e, in opposizione all'evitamento che spinge il soggetto a ripararsi in un rifugio della mente (Steiner, 1993; 2011; 2020)<sup>1</sup>, costituisce un movimento verso la vita, animando la nostra spinta a esistere (Ambrosiano e Gaburri, 2008). Sebbene, allora, la rabbia possa condurre talvolta verso comportamenti distruttivi e lesivi di sé e di altri, essa rappresenta una

(1) La teoria dei rifugi della mente è il più noto frutto del lavoro di John Steiner, secondo il quale il rifugio mentale "fornisce al paziente un luogo in cui stare relativamente tranquillo, protetto contro le tensioni" (Steiner, 1996, p. 17).



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

risorsa irrinunciabile per mettere in atto una vera e propria lotta che si contrappone alla rassegnazione e alla disperazione.

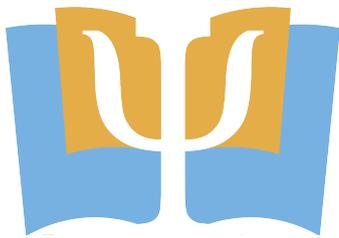
Nell'esperienza della delusione, tuttavia, la rabbia è profondamente mescolata con la tristezza melanconica, la quale sembra inibirne e neutralizzarne la componente vitale. Lo stato d'animo che ne deriva, allora, è il caratteristico vissuto di blocco che attraversa la persona delusa e che, nella relazione con l'analista, viene spesso consegnato attraverso un meccanismo di identificazione proiettiva (Steiner, 2020). In questo modo, il paziente chiede all'analista di condividere e comprendere "dall'interno" il suo vissuto, e al contempo alimenta l'illusione di poter controllare ciò che ha proiettato, percependo - e talvolta attaccando - l'impotenza del terapeuta di fronte alla difficoltà di aiutarlo. Per questo, come tenterò di illustrare di seguito, penso sia utile, per la prassi terapeutica, tenere a mente passaggi chiari e metafore psicoanalitiche in grado di agire con il giusto equilibrio tra ascolto, capacità di accoglienza e spinta al cambiamento.

## **Psicodinamica della delusione al crocevia tra teorie**

Rimanendo ancora in termini teorici, cercherò ora di considerare l'esperienza della delusione come territorio di incontro tra due punti di vista piuttosto differenti, all'interno del pensiero psicoanalitico: quello delle relazioni oggettuali da un lato, e particolarmente del pensiero post-kleiniano di Roger Money-Kyrle, ripreso da Steiner nella sua opera, e quello di Heinz Kohut, cui notoriamente si deve non solo la nascita della psicologia psicoanalitica del Sé, ma anche una riconsiderazione concettuale e clinica del narcisismo, fenomeno inevitabilmente connesso all'esperienza della delusione.

Limitandomi a ricordare la sostanziale differenza nella concezione dell'uomo, a seconda delle due prospettive, se nel pensiero di matrice kleiniana l'idea di uomo rimane centrata sul conflitto edipico, pur con le note differenze rispetto all'idea freudiana, per Kohut il regredire sullo sfondo dell'attenzione all'Edipo lascia spazio al concetto di uomo tragico (Kohut, 1979; 1985). Questa figura corrisponde all'eroe che "malgrado il suo crollo fisico e, talvolta, la sua mortalità biologica, riesce a trionfare comunque, poiché ha saputo garantire al suo Sé nucleare quella centralità irrinunciabile, necessaria a porlo al centro della sua vita" (Ramella Benna, 2019a, p. 100). Ciò che mi pare interessante osservare è che, nell'analisi dell'esperienza di delusione, uomo edipico e uomo tragico sembrano congiungersi e completarsi vicendevolmente, anziché contrapporsi, come accade invece prendendo in considerazione altri sentimenti o altri costrutti, come la vergogna o la colpa. Il deluso, quindi, è sia edipico, sia tragico.

Sul versante edipico, John Steiner (1993; 2020) illustra con estrema chiarezza l'importanza, per lo sviluppo di una mente sana, della conflittualità esperita dal bambino nel momento in cui egli si confronta con i limiti della realtà.



# Psicoanalisi Contemporanea

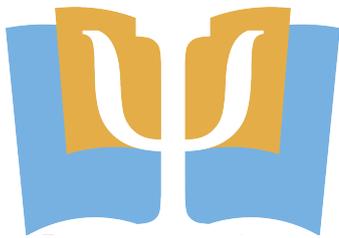
Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Stefano Ramella Benna

Questi, nella teorizzazione steineriana, si fondano a loro volta sui presupposti che Money-Kyrle (1971) definisce “fatti della vita” e la cui traduzione ci pone a contatto con la conflittualità edipica. In termini pratici, con la presa d’atto della terzietà rappresentata dal padre o da altre figure significative - non ultime un fratello o una sorella neonati - il bambino vive l’esperienza di un legame esistente tra la madre e un altro essere umano, legame in cui non è contemplato. Non è quindi necessario, a ben vedere, scomodare la scena primaria perché nella mente del bambino nasca il rapporto con quella linea relazionale che lega i genitori, senza includerlo, e perché prenda atto dell’amara realtà secondo la quale esso non è la madre (non è il seno), ma la madre possiede un seno da cui dipende e su cui non ha potere né controllo illimitati. Parallelamente alla delusione per l’esclusione da una relazione vissuta come assoluta e unica, i cosiddetti “fatti della vita” pongono ogni bambino di fronte alla differenza inequivocabile tra le generazioni e - al di là di ogni passo che si stia compiendo rispetto al tema dell’identità di genere - anche fra i generi cui si appartiene biologicamente o cui si sente di appartenere (includendo naturalmente anche le aree comprese entro le polarità maschile-femminile, così come biosocialmente intese). Quel che conta è cogliere il sano sentimento di delusione che deriva dalla presa d’atto che nessuno di noi è invariabilmente uguale all’altro, agli altri, e che non possiamo né avere tutto, né essere tutto. Mi pare che questo sia il valore più attuale e utile di ciò che chiamiamo complesso edipico e che ci mostra con chiarezza estrema la differenza tra una rappresentazione inconscia - una *fantasia* inconscia, in termini kleiniani, nata dal contributo delle afferenze somatiche primarie legate alla disponibilità di un seno come oggetto massimamente nutriente (Klein, 1957; Money-Kyrle, 1971) - e la realtà per quella che è, con i suoi limiti e le sue proibizioni.

Sul fronte kohutiano, l’incontro tra uomo tragico e sentimento della delusione emerge ponendo attenzione a due concetti fondamentali per la psicoanalisi del Sé: quello di coraggio e quello di rabbia narcisistica.

Secondo Kohut, il coraggio è assimilabile a una spinta che garantisce all’individuo la sopravvivenza dei suoi valori e delle sue convinzioni. Tale spinta si nutre a sua volta della capacità creativa, che consiste nella disponibilità e nell’elasticità necessarie a trasformarsi e a trasformare i propri obiettivi per poter sopravvivere e generare tempo nuovo. È intuitivo il ruolo della delusione che l’uomo tragico incontra di fronte alla realtà, quando essa costringe a rivedere i propri obiettivi e i propri scopi: il sogno che non può diventare progetto genera delusione. La capacità di accettare ed elaborare tale sentimento può portare, se esso è ben gestito, alla ricombinazione creativa degli elementi resi disponibili dalla realtà, per far sì che il limite venga accettato e che un progetto circoscritto, divenuto irrealizzabile, non si faccia così occupante da offuscare il valore di un’esistenza. Talvolta, questo non è possibile, come possiamo osservare in pazienti ancora nel corso della loro strutturazione soggettiva, come gli adolescenti, o nei disturbi narcisistici gravi, con sfondo paranoide, come accade alle persone con gelosia patologica o agli



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

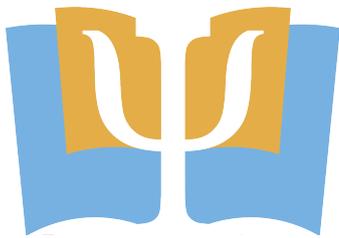
*stalkers*. Questi soggetti sono accomunati dall'impossibilità di accettare la delusione; di accettare che qualcosa di importante, forse anche di insostituibile per loro, non si sia verificato, nonostante le aspettative riposte. In tali situazioni, se la parte non si compie, il tutto perde di senso. E se il tentativo di soddisfare l'aspettativa dipende, o si pensa dipenda, dalla propria abilità, allora il sentimento dominante diventa quello della rabbia narcisistica, cioè il "bisogno che si ripari a un'ingiustizia, che si cancelli un'offesa, con qualunque mezzo" (Kohut, 1985, p. 157). La rabbia narcisistica può essere infatti letta anche come tentativo di negare ed evitare l'esperienza della delusione; ma come ogni mente matura sa bene, volere non è potere.

Un'ulteriore connessione tra la clinica kohutiana e il vissuto del deluso si ritrova, infine, nel ritiro dell'idealizzazione, riposta secondo Kohut nell'imgo parentale, allo scopo di supplire alla carenza narcisistica che deriva da un'insufficiente empatia da parte dei genitori. Il bisogno del bambino di riporre nelle figure genitoriali quella capacità onnipotente che è necessaria per sviluppare un'iniziale fiducia nell'altro deve poter trovare soddisfazione nella disponibilità dell'adulto a farsi idealizzare, per poi transitare alla frustrazione ottimale, altrettanto necessaria per la costruzione di una rappresentazione sana e verosimile dell'altro<sup>2</sup>. Il processo che Kohut definisce "interiorizzazione trasmutante" (1971), da questo punto di vista, può essere espressione anche di una capacità progressiva dell'individuo di accettare la delusione derivante dalla differenza tra l'immagine reale dei genitori e quella che era stato necessario costruirsi attraverso una idealizzazione compensatoria; in altri termini, è espressione di una capacità di permanere nella delusione senza negarla o evitarla.

Pertanto, che si parli delle figure genitoriali o di ogni altro oggetto con cui l'individuo si relaziona, prima è necessario che egli accetti la realtà come differente rispetto alla rappresentazione di essa e, solo dopo questo passaggio, talvolta doloroso, diventa possibile cogliere ciò che c'è di buono in essa.

Desidero chiarire un punto, per evitare che un fraintendimento possa intervenire rispetto alla necessità di alimentare aspettative. Generare, a livello conscio, preconsciouso o inconscio, rappresentazioni idealizzate, o un'aspettativa elevata, se vogliamo dirlo diversamente, non è solo un processo inevitabile - come intraprendere scelte cruciali, come lanciarsi nei territori ignoti della vita, come innamorarsi, se non idealizzando? - ma anche funzionale all'esperienza della sana disillusione. Come afferma Steiner (2020), l'esperienza dolorosa, eppure maturativa, della disillusione non è riservata a coloro a cui, per ragioni diverse, non è stata data la possibilità di illudersi. Quel che rappresenta il passaggio realmente evolutivo è la capacità di concepire la rappresentazione dell'oggetto come *non necessariamente* corrispondente all'oggetto nella realtà. La corrispondenza non è

(2) Al di là della nota incomunicabilità tra Kohut e Winnicott, sappiamo che da un'idea simile nasce anche il concetto di madre sufficientemente buona (Winnicott, 1965).



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

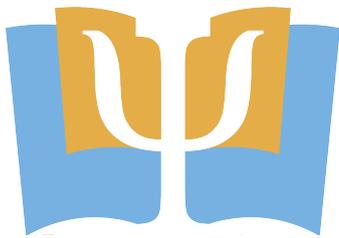
scontata, poiché la realtà illusoria rimane una costruzione mentale, che, nella sua psicodinamica, si può generare da un desiderio, da un bisogno di compensazione, ma anche da una fantasia o perfino da un trauma. Però è soltanto accettando la dimensione illusoria della propria rappresentazione mentale che è possibile ritirare i sentimenti negativi nei confronti di un oggetto reale, a meno che non sia inequivocabilmente nocivo e patogeno. Nella maggior parte dei casi, ciò è suscettibile di un ritiro delle proiezioni nei confronti dell'oggetto reale, che potrà anche essere in parte sgradito, in parte deludente, ma che, per dirla semplicemente, non ne può nulla. Non è colpa della realtà se è quella che è. Ma è a partire dal confronto tra essa e la nostra rappresentazione mentale che la realtà stessa può diventare fonte di delusione.

Naturalmente, la componente reattiva, la rabbia che consegue a questo passaggio interiore, può essere così bruciante da impedire alla delusione di farsi temporaneamente sentire. Questo perché concepire la delusione stessa come il prodotto della propria rappresentazione equivale a concepire la mente come ingannevole, come capace di produrre un incanto. La rabbia, pertanto, nasce dal vissuto di essere stati ingannati, o di esserci ingannati da soli.

## **Il Signor K**

K è un uomo di circa cinquant'anni, quando inizia con me il suo primo percorso terapeutico. Desidera essere aiutato a superare alcune difficoltà che riscontra per lo più in ambito lavorativo, ma che lo rendono complessivamente irritato e deluso. Circa un anno prima, aveva deciso di uscire dall'azienda presso la quale lavorava come dirigente, in quanto l'impresa era stata acquisita da un diverso gruppo multinazionale che, dopo aver liquidato tutti i dipendenti, aveva offerto ad alcuni di essi, fra cui lui, di rimanere sotto la nuova proprietà e la nuova direzione. K aveva tuttavia compreso che le condizioni lavorative precedenti, che definisce in seduta "idilliache", non sarebbero più state mantenute. Pertanto, dopo essere stato licenziato ed essere rimasto per alcuni mesi senza lavoro - periodo in cui si era sentito progressivamente triste e preoccupato - aveva accettato l'offerta di una nuova azienda, presso la quale si trova al momento in cui inizia il trattamento.

Le richieste della nuova realtà lavorativa lo pongono di fronte a compiti cui non è abituato e la nostalgia nei confronti della posizione precedente è così intensa da impedirgli di porre una realistica fiducia in sé stesso e nel futuro. In particolare, K sottolinea come il lavoro precedente fosse una sorta di paese del Bengodi, in cui egli dirigeva senza troppi sforzi un gruppo di persone piuttosto produttive, si assumeva responsabilità elevate ma a lui molto familiari, godeva di un senso di sicurezza pressoché illimitato e di un orario comodo, autonomamente gestito, oltre il quale non veniva quasi mai disturbato.



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

K si sente dunque profondamente deluso, incastrato tra sentimenti di tristezza e dolore per la perdita del suo paradiso professionale e un vissuto di rabbia verso i nuovi datori di lavoro, che riconosce come seri e capaci di investire su di lui, ma che accusa di pretese assurde, se paragonate all'agio precedente.

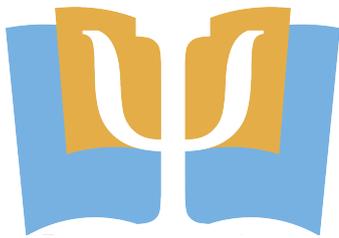
Con il procedere del lavoro, si delinea sullo sfondo un più consistente e generale problema di rapporto con il desiderio e con la scelta, nella vita di K. Sarà progressivamente possibile arrivare a dimensioni più profonde, da cui emergerà la sua generale delusione verso la vita e verso sé stesso, per non essere stato mai in grado di scegliere, di volere qualcosa al punto tale da rischiare per poterla conquistare. Il problema di K è quindi l'aver cercato, per tutta la vita, di evitare e negare la delusione, nella speranza di poter mantenere immutata una situazione in cui si sentiva privo di frustrazioni rilevanti.

Ma per giungere a questo punto, sarà necessario far emergere la sua delusione verso l'attuale realtà come frutto di un paragone, peraltro solo parzialmente fondato sull'esperienza reale. Nel corso di una seduta, seguente a un'occasione in cui K aveva potuto sentirsi relativamente compreso e apprezzato presso la sua nuova azienda, afferma: "Ho improvvisamente messo a fuoco una cosa... gli anni di lavoro presso la mia precedente azienda sono stati comodissimi... una vera pacchia... ma sono stati anni buttati. Non mi hanno insegnato nulla. Non ho imparato nulla. Questa che sto vivendo, questa sì, è la mia prima vera esperienza di crescita professionale".

L'oggetto perduto – cioè l'impiego precedente - può finalmente smettere di essere investito idealmente, generando la delusione nei confronti della vita e del nuovo posto di lavoro, non corrispondente alle aspettative di continuità che K aveva alimentato. Può essere isolata e individuata la componente rappresentazionale alla base della dinamica delusiva, vale a dire l'implicita convinzione che "sarebbe sempre stato così" e che ogni contesto lavorativo avrebbe ricalcato il modello del precedente. Di conseguenza, il paziente può ora riconoscere la lente attraverso la quale sta osservando il suo attuale oggetto di relazione - il nuovo impiego - e sciogliere sia la malinconia derivante dalla perdita, sia la rabbia per l'inganno, poiché la sua rappresentazione del lavoro, sostenuta dall'esperienza concreta, aveva inibito la sua capacità di faticare sanamente.

Come già accennato, però, uscire dal campo più focale del lavoro e comprendere il meccanismo che genera la delusione costringerà K a porsi domande più generali sulla sua soddisfazione complessiva verso la vita e, quindi, a occuparsi di essa in termini più generali.

La possibilità per K di progredire nell'analisi, superando il nodo inizialmente ostico della sua delusione, pare qui evidenziarsi attraverso un atto di rinuncia. Il termine, adottato da Steiner (2020) in opposizione al ritiro in un rifugio della mente (1993), non si riferisce tanto all'atto di allontanare le proprie aspettative – che, come detto, sono anche un carburante psichico necessario per partire in una nuova esperienza – quanto all'idea che lo



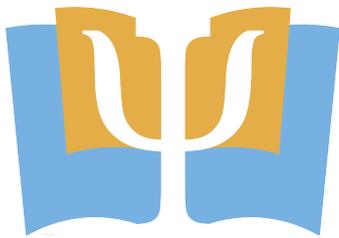
scenario raffigurato dal proprio desiderio, cioè quel che non è avvenuto, rappresenti la prospettiva migliore e che, pertanto, nulla debba e possa avvenire diversamente. È difficile accettare che, almeno per le esperienze essenziali della vita, quello che non abbiamo avuto non lo avremo più. Alice Miller (1996) aveva ben chiaro questo concetto. Ma si tratta di una vera e propria rinuncia alla stampella psicologica che ognuno di noi tende a ricercare, e talvolta trova, nella nostalgia di ciò che non è stato. Alcuni autori, rispetto all'andare oltre perdite, delusioni, tradimenti, traumi, hanno preso recentemente a parlare di perdono (Mucci, 2014). Ma cosa significa perdonare la vita? Mi sembra che il concetto di rinuncia, di accettazione del fare a meno di qualcosa, in modo attivo e non rassegnato, sia più calzante, almeno per la problematica che qui ci poniamo.

## **Clinica psicoanalitica del paziente deluso**

Riprendo, ora, il pensiero sulla delusione dal punto di vista del trattamento terapeutico. Per far questo, è necessario tornare alla genesi della delusione a partire dall'aspettativa. Qual è l'oggetto di tale aspettativa? In linea generale, si direbbe la soddisfazione di un desiderio. Tuttavia, è proprio in relazione alla natura di tale desiderio che la delusione può avere origine. Se esso ha una natura totalizzante, in grado di attraversare il piacere complessivo della vita, ciò significa che ci si trova nell'ambito dell'infantile. Freud, in una nota lettera a Fliess del 1899<sup>3</sup>, si riferisce alla felicità definendola come la soddisfazione attualizzata, postuma, di un desiderio antico, addirittura preistorico. Per la stessa ragione, la ricchezza non può generare felicità, in quanto il desiderio di denaro non è contemplato dall'infanzia. Non di rado, nel paziente deluso, è proprio questo passaggio a essere necessario: la distinzione tra la ricerca della felicità, di pertinenza infantile, e quella del piacere, che rappresenta la soddisfazione di un desiderio adulto. Questo desiderio contempla una visione, come afferma lo stesso Freud (*Ibidem*), ben più limitata della soddisfazione, e cioè coincidente con la capacità di cogliere il destino quando esso si rivela meno impietoso di quanto, in altri momenti, possa essere.

Si tratta di un transito non semplice, non lineare, specie quando il paziente non è consapevole pienamente di provare delusione. L'impasto emotivo che lo caratterizza è per lui difficile da definire, come si osserva frequentemente nei pazienti che si rivolgono a un terapeuta senza sapere cosa aspettarsi. Non avere aspettative magiche, naturalmente, è altro da non avere aspettativa alcuna; l'assenza di una spinta alla ricerca del benessere, oltre che un elemento anedonico di natura depressiva, deriva dalla difficoltà di mettere a fuoco la natura delle emozioni e dei sentimenti che affliggono il soggetto. Inoltre, la sfiducia iniziale nasconde il disappunto per l'impossibilità di affidarsi totalmente e ciecamente all'altro, cioè implica la confusione tra la fiducia - che richiede

(3) La lettera è parte dell'epistolario a cura di J.M. Masson e pubblicato da Bollati Boringhieri nel 1986. Le lettere a Fliess sono altresì parte del Vol. 7 delle Opere



# Psicoanalisi Contemporanea

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

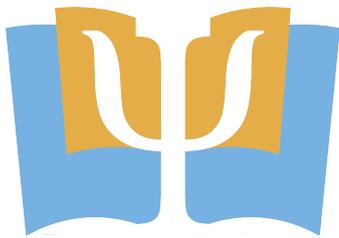
Stefano Ramella Benna

una verifica, una messa alla prova della relazione - e la fede - che invece non ha bisogno di verifiche, e quindi non è destinata alla relazione fra umani<sup>4</sup>. Ne consegue la necessità di portare alla luce l'equazione inconscia tra aspettative e speranze, distinguendo la natura dei due elementi; se la speranza può mantenersi viva, nell'alimentazione di uno sguardo sulla vita aperto alla possibilità della gioia, le aspettative costringono il soggetto alla valutazione stringente e, spesso, impietosa della realtà.

Cosa chiede, allora, il paziente deluso? Si può ipotizzare che, innanzitutto, egli chieda di essere aiutato a nominare il proprio sentimento, perché raramente accade che riesca a farlo spontaneamente, fin dalle prime sedute. Un segno clinicamente presente nella persona delusa (rispetto a una problematica focale e acuta e, ancor più, in pazienti cronicamente avviluppati nella delusione) può essere quello della mancanza di interesse per qualsiasi stimolo, anche in assenza di elementi francamente disturbanti, o di eventi traumatici, o di fattori patogeni esterni. Contemporaneamente, o in alternativa, si osserva in questi pazienti il bisogno di essere sollevati dal disagio senza che sia contemplato lo sforzo di una integrazione di parti scomode, non accolte, di Sé e della realtà. E infine, è quasi sempre possibile cogliere una sfumatura di risentimento, una irritabilità facile a esprimersi, che può prendere la forma di una diffidenza iniziale o di una resistenza a qualsiasi interpretazione che non sia completamente rispecchiante (ciò che in un linguaggio psicoanalitico del Sé, si può definire una traslazione d'oggetto-Sé gemellare; Kohut, 1984).

Il primo dei passaggi necessari per raggiungere il paziente nel suo stato d'animo è quindi aiutarlo a mettere a fuoco che "delusione" potrebbe essere il nome del sentimento che prova e poi ricercare insieme chi o che cosa l'abbia deluso.

La mamma di una bambina di sei anni, durante un incontro fra genitori, riporta le parole della figlia, dopo alcuni mesi dalla nascita del fratellino. La primogenita, chiamata per rientrare velocemente in casa, proprio per consentire al neonato di rispettare l'orario del pasto, scoppia in un pianto rabbioso. La signora comprende, empaticamente, che il sentimento della bambina non è la gelosia nei confronti del fratello, ma una sorta di delusione che deriva dall'aver scoperto quanto la realtà sia diversa dalla fantasia. Quando viene invitata a esprimere cosa pensa e cosa prova, la piccola risponde: "Non credevo che fosse così! Lui non sa fare niente, non parla, non si muove, non gioca... io pensavo che avrei avuto una compagnia!". Nel gruppo circola, a quel punto, (4) A questo riguardo sarebbe interessante aprire una riflessione che colleghi il concetto di delusione a quello di tradimento, essendo il traditore, come essere umano, colui che attenta al legame di fiducia. Aspettarsi che un altro significativo - il genitore, l'amico, il partner, l'analista - non tradisca mai, non si sottragga, per propria naturale funzione, alla soddisfazione dei nostri bisogni, significa alimentare attese irrealistiche e incompatibili con il legame reale tra esseri umani. Nella teorizzazione junghiana e post-junghiana si trovano riferimenti interessanti a questo tema; si veda, ad esempio, Hillman (1964).



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

una tenerezza intensa verso la mamma che racconta, ma soprattutto verso la bambina che, nei mesi della gravidanza e dopo la nascita, aveva coltivato dentro di sé l'immagine di un fratellino capace di crescere velocemente, o già dotato di abilità simili alle sue e sufficienti a non perturbare il suo bisogno di libertà e di gioco.

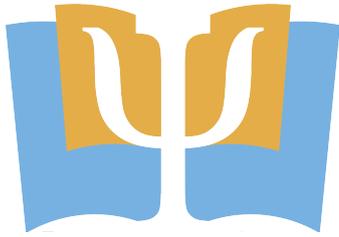
Se questa vignetta esprime chiaramente il passaggio di consapevolezza sulla delusione, poiché legata all'esperienza di apprendimento da parte di una bambina ancora piccola, non meno chiaro è quanto accade a W, una paziente ultrasettantenne che vedo in seduta per la prima volta.

La signora, evidentemente parte di una società alto borghese di cui conosco e riconosco i segni, accetta con molta reticenza e diffidenza il suggerimento - avuto dal suo psichiatra - di valutare un percorso psicoterapeutico; tuttavia, durante il primo incontro di *intake*, si lascia andare facilmente al racconto della sua situazione e di quanto prova. Emergono elementi depressivi da un lato e un franco tratto isterico-istrionico dall'altro.

"Vorrei che tutto finisse presto. Domani", mi dice. "Non perché non abbia nulla di bello nella mia vita, anzi; ma perché ho paura di aspettare". Le chiedo a cosa si riferisca e, naturalmente, mi parla della paura di perdere le persone che ama, il marito e i figli, e cita un senso di diffusa ma profonda precarietà che sente di aver provato fin dalla prima infanzia. Pur di non attendere la catastrofe, W sarebbe disposta a morire subito.

Cerchiamo insieme di individuare quale sia la strada che potremmo percorrere, quali siano i realistici obiettivi di un eventuale lavoro della nostra coppia analitica, e durante la seduta W mi racconta della profonda sensazione di non appartenenza, di mancanza di empatia e di rispecchiamento che ha caratterizzato tutta la sua infanzia. Quartogenita, nata dopo tre sorelle, W aveva sempre dovuto vivere nel confronto, esistere "rispetto a qualcuno". Uguale, diversa, ma sempre rispetto a un'altra persona, a un altro femminile, dentro la famiglia. Spontaneamente, emerge un ricordo della prima infanzia: "Vivevamo nella città di \*\*\*, dove sono nata, e ricordo di aver preso il mio cappottino e di essere uscita completamente sola sulla piazza, una grande piazza sulla quale si affacciava la nostra abitazione. Desideravo raggiungere una tabaccheria che stava dall'altro lato, perché lì c'era una signora, una tabaccaia, che mi piaceva molto e mi guardava, mi ascoltava, quando ci andavo con qualcuno della mia famiglia. Aveva dei grandi bonbon morbidi e profumati e io li desideravo. Ma soprattutto volevo stare con lei". Il desiderio di soddisfare i suoi bisogni empatici e di essere vista era così importante da spingere W verso l'ignoto, verso un pericolo evidentemente non percepito; tuttavia, poi, era intervenuta la tabaccaia stessa che, nel vederla arrivare in negozio senza adulti, aveva contattato immediatamente la famiglia perché la bambina fosse riaccompagnata a casa.

Anche la sua fata, l'amata tabaccaia dai bonbon gommosi e dal cuore aperto all'ascolto, l'aveva dunque delusa, tradita. "Perché dovrei venire qui?", si chiede e mi chiede W. Verso il termine della seduta, con qualche elemento



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

in più, le rispondo: “Forse c’è sempre una bambina che, nonostante la vita adulta, di moglie, di madre, di professionista, ha ancora bisogno di essere incontrata. È rimasta lì, in attesa, delusa di non aver potuto essere vista e accolta, e anche se è passato tanto tempo sta ancora attraversando la piazza tutta sola, in cerca di una tabaccheria – magari questa stanza - dove trovare qualcuno che non la rimandi indietro, non la riporti a casa, ma le permetta di stare lì, ad annusare i bonbon, a sentirne la morbidezza e il sapore nel palato”. Mi sento pervadere da una profonda tenerezza per questa signora apparentemente rigida, ma anche da una sorta di divertimento nell’immaginarli, entro la dinamica intersoggettiva, nei panni di una tabaccaia felliniana in grado di addolcire con i bonbon-analisi quell’amarezza rimasta irrisolta.

Per una comprensione più profonda ed empatica della delusione, l’analista è dunque chiamato a comprendere che il paziente deluso si trova in uno stallo. Una parte del Sé mira infatti a soffrire tristemente di una perdita, o di qualcosa che non è mai avvenuto, ma per vivere questo sentimento e poterlo depotenziare sarebbe necessario riconoscere di sentire una *manca* nei confronti di ciò che è perduto, e trattandosi di una rappresentazione generata dal paziente stesso, ciò si rivela piuttosto arduo. Inoltre, il paziente deluso vive un profondo risentimento nei confronti della propria esistenza - del proprio destino, si potrebbe dire - poiché ha deluso le sue aspettative e, pertanto, può arrivare a odiare ciò che gli manca. La rabbia, che nasce da quest’odio, si estende dunque all’esistenza nel suo complesso e allo stesso Sé, alimentando sentimenti ostili nei confronti della propria persona: “Non mi vado affatto bene”, per citare ancora le parole di W<sup>5</sup>.

Vorrei a questo punto attingere ad un’un’ulteriore ramificazione del pensiero psicoanalitico, sperando di poter trasmettere una personale visione riguardo alla coniugabilità, almeno parziale, degli insegnamenti che molti e differenti maestri hanno lasciato a nostra disposizione. Michael Balint (1951) esprime chiaramente la dinamica cui ho fatto riferimento, affermando che i pazienti alla ricerca di una conferma al proprio bisogno di amore e di affetto tendono a vivere le privazioni - anche quelle fisiologiche - che vengono loro imposte dalla vita, come segni di negligenza e di insensibilità. Il risultato è sempre quello di una “*penosa delusione*” (p. 130), che presto si trasforma in odio.

Scriva ancora Balint: “La sequenza è senza dubbio questa: amore-odio-angoscia. Naturalmente il passaggio a ritroso che dall’angoscia riporta nuovamente all’odio viene facilitato dalla nostra tecnica psicoanalitica; il passaggio successivo, che dall’odio riporta all’amore, appare molto più difficile” (*Ibidem*).

(5) Questo tipo di vissuto è tipicamente presente negli adolescenti e nei giovani adulti, i quali tendono a combatterlo con specifiche configurazioni di disturbo; una fra tutte, il disturbo alimentare che, specie nella versione anoressica, rappresenta anche un tentativo di eludere la crescita, di arrestare il tempo e di renderlo sospeso (Onnis, 2014).



# Psicoanalisi Contemporanea

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

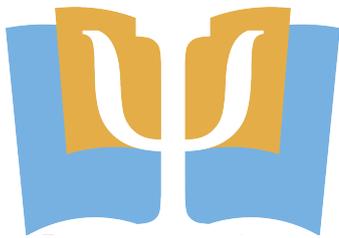
Stefano Ramella Benna

Balint suggerisce, dunque, una serie di tentativi che è possibile mettere in atto per giungere alla lisi di questa sequenza patogena e, nelle sue parole, a me pare di scorgere una sottostante metafora “chirurgica” nel gesto analitico. Possiamo infatti ipotizzare che sia proprio la miscela di amore e di odio presente nella delusione a inchiodare il paziente in una situazione di blocco, a rendere difficile una sana elaborazione. La componente melanconica, generata dall’amore, e quella rabbiosa, prodotta dall’odio, sono infatti coesistenti sia dal punto di vista di contenuto, sia in senso cronologico, poiché si generano quasi contemporaneamente, cioè come frutto di una trasformazione pressoché subitanea. Nell’elaborazione fisiologica del lutto è previsto un passaggio sano, a tempo debito, dal dolore masochistico per la perdita alla reazione sadica volta all’autoconservazione (Ambrosiano, 2020), passaggio attraverso il quale la rabbia diventa funzionale a superare la tristezza. Al contrario, nel sentimento della delusione la rabbia non sorge successivamente alla melanconia, bensì congiunta temporalmente a essa, a essa troppo strettamente addossata o, ancora, come meccanismo di difesa direttamente connesso, e pertanto non può esercitare su essa il suo ruolo trasformativo.

Sul piano pratico, dunque, diventa importante aiutare il paziente attraverso un intervento di scollamento, di lisi, così come il chirurgo interviene separando due tessuti aderenti per flogosi. Questo gesto si rivela differente a seconda di quali sono i tessuti interessati; cioè, sul piano psicoterapico, a seconda di quale sia la radice della delusione che genera angoscia. Talvolta, essa si riferisce a un vero e proprio tradimento da parte di qualcuno, e in questo caso il lavoro è più agevole, perché passa dall’atto della testimonianza, come insegna l’approccio post-traumatico: è amaro, ma è successo davvero. Talvolta - ed è questa la configurazione che ci interessa più da vicino - la delusione si riferisce a un desiderio insoddisfatto o a una rappresentazione mentale non confermata, e in questi casi il tentativo terapeutico si traduce in una separazione della componente rabbiosa da quella melanconica. Mi aiuterò con un breve esempio clinico.

## **Il Signor Z**

Il rapporto tra Z., un paziente cinquantenne, e il proprio fratello minore è caratterizzato, da sempre, da una insufficiente intimità. A dire di Z, ciò pare dipendere dalle difficoltà del secondogenito nell’accogliere i tentativi di un avvicinamento e di un coinvolgimento, che lo porrebbero a contatto con la paura dei propri sentimenti e con un’aggressività passiva e mai veramente integrata. L’amarezza che il paziente vive come conseguenza di questa difficoltà relazionale è uno dei temi che lo ha portato in analisi.



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

Dopo la nascita del proprio figlio, Z aveva alimentato l'aspettativa che il fratello, senza prole, potesse gioire del proprio ruolo di zio, partecipando attivamente alla vita del nipote. Nel corso del tempo, però, nonostante l'affetto indiscusso, questa evoluzione non era mai riuscita a compiersi, con un profondo rammarico da parte del paziente.

A trattamento avanzato, nel corso di una seduta infarcita di lamentele nei confronti della latitanza che il fratello teneva, chiedo a Z su quali basi egli avesse pensato, a un certo punto, che il comportamento del fratello sarebbe cambiato. "Beh, gli è nato un nipote! E lui lo ama molto...", risponde Z. Dopo un silenzio, aggiunge, con una certa enfasi: "Ora non mi dica anche lei che si comporta così perché invidia la mia famiglia. Non lo sopporterei. È quello che tutti mi hanno sempre detto, e io non credo sia vero. Conosco mio fratello e so che, se avesse voluto crearsi una vita come la mia, lo avrebbe fatto".

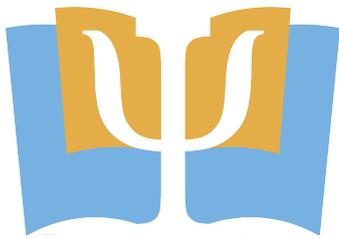
È a questo punto che il lavoro interpretativo può diventare efficace. Rispondo dunque al paziente: "Certamente lei teme che anche io la deluda con una lettura non diversa da quella che ha sempre ricevuto. È comprensibile. Ma credo che si sia fatto un'idea senza considerare la storia che ha caratterizzato il legame fra lei e suo fratello. Quali che ne siano le ragioni, perché mai egli avrebbe dovuto comportarsi diversamente da quanto ha sempre fatto?".

Dopo alcuni istanti di silenzio, Z afferma: "Forse perché stare con un piccolo nipote, occuparsi di lui, avrebbe potuto nutrire il suo lato paterno... credo che mio fratello sarebbe stato un buon padre". Interpretando la sua difesa proiettiva, scelgo di rispondere con una nuova domanda: "E chi le dice che anche suo fratello la pensi così? Lei sembra essersi costruito una narrazione tutta personale, pensando che il futuro avrebbe trasformato il corso della storia, ma questa è soltanto una sua fantasia".

Dopo pochi giorni, al ritorno in seduta, Z appare più risoluto e quasi sollevato. "Ho pensato a lungo. Per molto tempo mi sono sentito deluso da mio fratello, per questa storia. Immaginavo di affidargli mio figlio in molte occasioni e desideravo che lui facesse lo zio in modo attivo e continuo. Ma la verità è che mio fratello c'è stato (e neppure sempre) solo quando sono io ad averlo chiamato. Io volevo che lui volesse... questa è la verità".

Quando chiedo a Z come si sente, dopo aver messo a fuoco questo aspetto, possono finalmente emergere le componenti emotive sottostanti la sua delusione. Egli prosegue: "Mi sento ancora bloccato. Non so cosa fare, se non accettare passivamente che le cose stiano come stanno. Ma non mi basta".

Capisco che Z ha bisogno di essere aiutato a distinguere, a mettere ulteriormente a fuoco: "Non capisco se suo fratello le manchi davvero o se lei si senta principalmente arrabbiato con lui perché non si è comportato come si aspettava". "È vero", risponde Z. "Non è la stessa cosa. Sono arrabbiato con lui e dispiaciuto perché le cose non



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

vanno come avevo pensato, ma ho anche bisogno di capire se personalmente ho davvero voglia di stare con lui e se vorrei davvero che vedesse mio figlio più spesso”.

Nelle parole del paziente, si scorge il frutto della separazione tra rabbia e malinconia. Egli potrebbe sentirsi arrabbiato verso il fratello, o verso sé stesso, per essersi creato aspettative illusorie, ma non necessariamente provare una mancanza nei suoi confronti. Oppure potrebbe scorgere dentro di sé il desiderio di averlo più vicino, di sentirlo più complice, desiderio che nasce certamente molto prima della nascita del nipote, radicandosi nell’infanzia, e questo potrebbe esitare in un maggior peso conferito alla componente melanconica; il che rappresenterebbe, in prospettiva, il ritorno all’amore cui si riferisce Balint. Un amore soggettivo, certo, il quale necessiterebbe di un confronto con il reale comportamento dell’altro, ma comunque un sentimento degno di attenzione e riconoscimento. Z ha quindi ancora bisogno di rafforzare, dentro di sé, la “differenza tra amore primitivo e amore adulto” (*Ibidem*, p.131): avere una madre deludente è pur sempre meglio che non avere una madre, ma per il paziente ciò sembra valere anche per i legami adulti, vale a dire che avere un altro - un fratello, ad esempio – che si rivela insufficiente è altrettanto preferibile a non averne alcuno. Questo però, semplicemente, non è vero; o almeno non in termini generali.

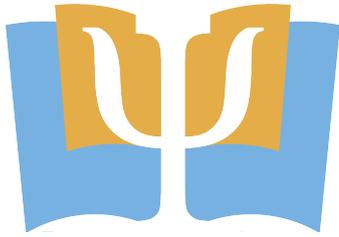
Uscire dal blocco, dalla dinamica amore-odio-angoscia, significa dunque distinguere la parte della delusione che deriva dalla mancanza-nostalgia-malinconia da quella che genera rabbia e risentimento. Le due componenti, isolate, possono farsi più facili da rimaneggiare, meno potenti e più gestibili.

Per dare corso e compimento a questo gesto terapeutico, l’analista deve infine riuscire a mettere in atto quella che Steiner definisce *sympathetic imagination* (2020, pp. 101 sgg.), cioè una continua e consapevole alternanza tra momenti di intuizione empatica, durante i quali egli si identifica profondamente con il paziente, e altri di osservazione distaccata, senza i quali non saprebbe fornirgli uno sguardo esterno sufficientemente critico per sostenere una comprensione e un cambiamento.

“Mi sto rendendo conto”, aggiunge ancora Z, “che sono semplicemente arrabbiato con mio fratello. Il suo comportamento non lo trovo giusto. Tutto qui”. Quando chiedo a Z come questo lo faccia sentire, rispetto a prima, egli afferma: “In fondo, più leggero. Sono *solo* arrabbiato”. Ecco, allora, che il gesto tecnico di separazione, di lisi terapeutica, sembra aver permesso al paziente di isolare le componenti emotivo-affettive del suo vissuto e, quindi, di ridurne la potenza disturbante.

## Considerazioni conclusive

Il tema della delusione, che qui ho tentato di analizzare dal punto di vista psicoanalitico, clinico e terapeutico, costituisce nel tempo attuale un importante elemento anche dal punto di vista sociale. Sembra infatti essere



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

presente, specie fra gli adolescenti e i giovani adulti, una consistente paura di essere delusi dalla vita. Talvolta, essa si trasforma in un già consolidato vissuto di delusione, poiché le sollecitazioni sociali, che spingono le rappresentazioni mentali soggettive verso immagini di successo, addirittura di notorietà, non si incontrano facilmente con le opportunità della vita reale.

Due sono le forme che, in termini generali, questo vissuto può assumere. La prima investe soggetti il cui narcisismo è orientato all'alimentazione di sogni grandiosi, in parte scissi (Kohut, 1971), per effetto dei quali la vita quotidiana risulta inevitabilmente insufficiente, cosicché una dimensione anedonica e svalutante investe le relazioni presenti, lo studio o il lavoro, lo stesso Sé della persona. L'io, in queste situazioni, sovrasta il Sé, come se il valore personale e della vita potesse dipendere esclusivamente dal raggiungimento di obiettivi concreti e dalla realizzazione dei propri sogni-progetti (Ramella Benna, 2022).

La seconda configurazione che si può osservare in molti giovani pazienti, sia separatamente, sia congiuntamente dalla prima, è un timore di incontrare potenziali delusioni rispetto alle proprie decisioni, cioè la paura che la scelta, atto inevitabile e costantemente presente nelle nostre vite, escluda il soggetto dalla soddisfazione di altre ambizioni. Un paziente che ho seguito per molti anni, nel suo linguaggio intellettualizzante, definiva questo sentimento *"fear of missing out"*: la paura di perdere occasioni. Diventa quindi difficile, per persone con questo vissuto, radicarsi in scelte che permettano loro di crescere, sul piano professionale o sentimentale, poiché oltre, in un luogo al di là, ma sempre psichicamente visibile all'orizzonte, c'è o potrebbe esserci qualcosa di meglio. Spesso si tratta di qualcosa di indefinito, ma di veramente appagante; la *"grande bellezza"* raccontata da Sorrentino (Ramella Benna, 2019b), o *"l'erba del vicino"* di proverbiale memoria.

Su un piano psicosociale, va dunque considerato che, specie nel tempo attuale, la delusione reale o potenziale rappresenta uno dei sentimenti più frequentemente riscontrabili, e di questo dobbiamo tenere conto, come terapeuti, anche per poter aiutare i giovani pazienti, che spesso lamentano la loro paura di deludere l'altro, a ritirare le proprie identificazioni proiettive, comprendendo che, molto spesso, dietro la paura di procurare delusioni non c'è altro che il terrore di riceverle.



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

## Bibliografia

- Abraham, K. (1924). Tentativo di una storia evolutiva della libido sulla base della psicoanalisi dei disturbi psichici. In K. Abraham, *Opere Vol. 1*. Tr. It. di A. Cinato. Torino, Bollati Boringhieri 1975.
- Ambrosiano, L. (2020). *Le forme del lutto: compiacenza, melanconia, violenza*. Seminario Centro Torinese di Psicoanalisi, non pubblicato.
- Ambrosiano, L. e Gaburri, E. (2008). *La spinta a esistere. Note cliniche sulla sessualità oggi*. Roma, Borla.
- Balint, M. (1951). Amore e odio. In M. Balint, *L'amore primario. Gli inesplorati confini tra biologia e psicoanalisi*. Ed. It. a cura di G. Zucchini. Tr. It. di A. Calvano. Milano: Raffaello Cortina, 1991.
- Battaglia, D. (2021). *Il lavoro del lutto*. Disponibile su [www.spiweb.it](http://www.spiweb.it) (link verificato il 25/05/2024)
- Carusi, A. (2003). Il metodo dell'empatia nel pensiero di Heinz Kohut. In H. Kohut, *Introspezione ed empatia. Raccolta di scritti (1959-1981)*, a cura di A. Carusi. Torino, Bollati Boringhieri.
- Freud, S. (1887-1904). *Lettere a Wilhelm Fliess*. A cura di J.M. Masson. Tr. It. di M.A. Massimello. Torino: Bollati Boringhieri, 1986.
- Freud, S. (1915). *Lutto e melanconia. OSF Vol. 8*, Torino, Bollati Boringhieri 1976.
- Hillman, J. (1964). Il tradimento. In J. Hillman, *Puer Æternus*. Tr. It. di A. Bottini. Milano, Adelphi 1999.
- Klein, M. (1940). Il lutto e la sua connessione con gli stati maniaco depressivi. In M. Klein, *Scritti 1921-1958*. Tr. It. di A. Guglielmi. Torino, Bollati Boringhieri 1978.
- Klein, M. (1957). Invidia e gratitudine. Tr. It. di L. Zeller Tolentino, Firenze, Martinelli, 2000.
- Kohut, H. (1971). *Narcisismo e analisi del Sé*. Tr. It. di S. Adamo Tatafiore. Torino, Bollati Boringhieri 1976.
- Kohut, H. (1977). *La guarigione del Sé*. Tr. It. di S. Adamo Tatafiore. Torino, Bollati Boringhieri 1980.
- Kohut, H. (1979). *Le due analisi del signor Z*. Tr. It. e cura di F. Paparo. Roma, Astrolabio 1989.
- Kohut, H. (1984). *La cura psicoanalitica*. Tr. It. di F. Paparo e F. Forquet. Torino, Bollati Boringhieri, 1986.
- Kohut, H. (1985). *Potere, coraggio e narcisismo. Psicologia e scienze umane*. A cura di C. B. Strozier. Tr. It. di L. Baldaccini. Roma, Astrolabio 1986.
- Kohut, H. e Wolf, E.S. (1978). Profilo riassuntivo dei disturbi del Sé e del loro trattamento. In H. Kohut, *La ricerca del Sé*. Tr. It. e cura di F. Paparo. Torino, Bollati Boringhieri 1982.



# Psicoanalisi Contemporanea

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

Stefano Ramella Benna

Miller, A. (1996). *Il dramma del bambino dotato e la ricerca del vero Sé. Riscrittura e continuazione*. Tr. It. di M.A. Massello. Torino, Bollati Boringhieri 2008.

Money-Kyrle, R. (1971). Lo scopo della psicoanalisi. In R. Money-Kyrle, *Scritti 1927-1977*, Tr. It. di E. Cambieri. Torino, Bollati Boringhieri 2002.

Mucci, C. (2014). *Trauma e perdono. Una prospettiva psicoanalitica intergenerazionale*. Milano, Raffaello Cortina, 2014.

Ogden, T.s H. (2012). *Creative Readings. Essays on Seminal Analytic Works*. London-New York, Routledge.

Ogden, T. H. (2022). *Prendere vita nella stanza d'analisi*. Tr. It. di S. Boffito. Milano, Raffaello Cortina.

Onnis, L.(2014). *Il tempo sospeso. Anoressia e bulimia tra individuo, famiglia e società*. Milano, Franco Angeli 2004.

Ramella Benna, S.(A cura di) (2019a). *Psicologia Sociale del Sé. La persona, i sentimenti e le relazioni*. Torino, Nuova Trauben.

Ramella Benna, S. (2019b). This Must Be the Self. Il modello clinico di Heinz Kohut nel cinema di Paolo Sorrentino. *Psichiatria & Psicoterapia*, 38, 2, 97-114.

Ramella Benna, S. (2022). *Arco Notturmo. Il sogno e il Sé*. Roma, Alpes.

Steiner, J. (1993). *I rifugi della mente. Organizzazioni patologiche della personalità nei pazienti psicotici, nevrotici e borderline*. Tr. It. di M.A. Schepisi. Torino, Bollati Boringhieri 1996.

Steiner, J. (2011). *Seeing and Being Seen. Emerging from a Psychic Retreat*. London-New York, Routledge.

Steiner, J. (2020). *Illusion, Disillusion and Irony in Psychoanalysis*. London-New York, Routledge.

Winnicott, D.W. (1963), Comunicare e non comunicare: studio su alcuni opposti. In L. Caldwell, A. Joyce (a cura di) (2012), *Leggere Winnicott*. Tr. It. di L. Tabanelli. Milano, Franco Angeli 2014.

Winnicott, D. W. (1965). *Sviluppo affettivo e ambiente. Studi sulla teoria dello sviluppo affettivo*. Tr. It. di A. Bencini Barlatti. Roma, Armando 1970.

Vocabolario Treccani della Lingua Italiana, Online [www.treccani.it](http://www.treccani.it)



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