

PIER CLAUDIO DEVESCOVI

## IL RAPPORTO IO-SÉ NELLA PERCEZIONE DELLA REALTÁ

### *Estratto*

*La percezione della realtà esterna è legata sia agli aspetti cognitivi che all'assetto interno dell'individuo. In questo lavoro è messa a fuoco, in particolare, l'importanza dell'asse Io-Sé, con riferimento al pensiero di C.G. Jung. Il Sé, nella teorizzazione junghiana è considerato come la parte della psiche depositaria delle potenzialità dell'individuo che tendono a realizzarsi attraverso il rapporto con l'Io. Essere in contatto con il proprio Sé permette di poter utilizzare la sua energia vitale e governarla in un rapporto simile a quello di un auriga con i suoi cavalli. Due vignette cliniche permettono al lettore di osservare le alterazioni dell'asse Io-Sé che sottostanno ad alcuni quadri psicopatologici.*

La percezione della realtà è sempre, anche, un processo proiettivo, è un incontro fra l'analisi razionale e l'interpretazione, il senso che ha per ciascuno.

L'affermazione che un bicchiere contiene qualcosa per metà della sua capacità rappresenta l'aspetto razionale della percezione, ma dire che esso è mezzo pieno o mezzo vuoto mette in gioco il proprio mondo interno attraverso gli aspetti proiettivi dello stesso atto percettivo.

Potremmo pensare, ad esempio, che l'affermazione che il bicchiere è mezzo vuoto rappresenti la proiezione di un drammatico senso di vuoto interiore o che sia la testimonianza di una forte onnipotenza che desidera tutto e per la quale tutto ciò che non è "tutto" è niente. Al contrario, una risposta che affermi che il bicchiere è mezzo pieno può testimoniare la proiezione di un senso del limite acquisito o dell'accettazione della parzialità della vita e del parziale soddisfacimento dei bisogni e dei desideri. O, ancora, la proiezione di un senso di pienezza interiore o anche, paradossalmente, una difesa rispetto agli aspetti depressivi, del tipo: 'non voglio vedere gli aspetti depressivi della vita'.

In ogni caso ciò che determina il senso della percezione è sia il proprio assetto interno sia il rapporto che l'Io mantiene con la propria interiorità.

Nella concezione junghiana l'Io è considerato un'istanza molto importante perché, oltre alla funzione della coscienza, svolge un ruolo di sintesi fra mondo interno e mondo esterno. Rispetto al nostro tema mi limito a questa fra le varie funzioni dell'Io. In quest'ottica potremmo considerare l'Io come un auriga che cerca di governare la potenza dei cavalli per raggiungere lo scopo di vincere la corsa, tenendo presente che la potenza è dei cavalli e che il risultato della corsa dipende sia dalla loro potenza che, soprattutto, dal rapporto fra l'auriga e i cavalli stessi.

Questo rapporto può essere considerato una metafora del rapporto Io-Sé o anche dell'Asse Io-Sé di cui parla Jung.

Il Sé è un altro concetto molto importante nel pensiero junghiano, esso è considerato come la parte della psiche depositaria della creatività dell'individuo, delle sue potenzialità che tendono a

realizzarsi attraverso il rapporto con l'Io. E' comprensibile quindi l'importanza di questo rapporto: se l'Io è 'centrato' rispetto al Sé, se l'asse Io-Sé è un canale pervio la coscienza sente di essere in contatto con la propria potenza e guarderà al mondo come a qualcosa a cui si può fare fronte, l'Io guarderà al mondo sentendosi le spalle coperte dal Sé, il suo sguardo sarà prevalentemente ottimista, vedrà il bicchiere prevalentemente mezzo pieno.

Un buon funzionamento dell'asse Io-Sé non significa annullamento dell'Io nel Sé perché questo darebbe luogo a una situazione di inflazione dove solo il Sé avrebbe la parola e la parola del Sé è una parola di potenza assoluta, nel bene e nel male, fonte di vita e di morte, non mediata e temperata dall'Io. Né significa, al contrario, eccessivo ridimensionamento del Sé che determinerebbe una situazione di aridità, di smarrimento del senso della propria vita o, all'opposto, un senso di onnipotenza dell'Io che non tiene più conto dei propri limiti, una specie di hybris.

L'ideale sembra essere quello di un Io temperato dal contatto col Sé, un Io che ha rinunciato alla propria onnipotenza, all'onnipotenza dei propri desideri e che è in contatto con la propria potenza interiore. Una situazione ideale, raggiunta in alcune occasioni, perseguita come tendenza, talvolta perduta a causa di eventi della vita che sopraffanno l'individuo.

Essere in contatto con il proprio Sé, Jung parla a questo proposito anche di processo di individuazione, non è solo piacevole poiché dal Sé deriva la potenza, l'energia ma anche la violenza della chiamata al proprio destino al quale l'Io, con umiltà deve essere fedele.

Se un individuo è chiamato ad una strada e si oppone a questa facendone un'altra, ascoltando cioè più l'Io che il Sé, (o se ne viene impedito, dai familiari o dalle circostanze della vita) il progetto sarà un progetto fragile perché non ben radicato nella propria interiorità. Alla chiamata non ci si può sottrarre pena un senso di incompletezza della vita, di insoddisfazione con, talvolta, aspetti depressivi.

Voglio raccontarvi un episodio personale: durante l'adolescenza frequentavo la parrocchia e, nelle riunioni che facevamo col parroco, a volte si parlava dei nostri progetti di vita e di lavoro. Il parroco ci raccomandava di lasciare aperta la possibilità anche di una chiamata di Dio al sacerdozio. Io avevo molta paura di questa possibilità perché mi piacevano molto le ragazze e volevo avere una famiglia e dei figli, speravo che il buon Dio non mi tenesse presente per questo progetto.

Al di là dell'aspetto un po' ingenuo del mio pensiero, che può far sorridere, credo che questa paura avesse un senso che oggi potrei definire come la consapevolezza che se sei chiamato non puoi sottrarti al tuo destino. Un'altra componente di questa paura era, lo posso dire oggi, il non tenere presente che io sentivo già, in modo molto chiaro, una chiamata: quella alla famiglia, alla paternità e al rapporto con una donna. Spesso noi pensiamo che le chiamate siano quelle "grandi", con la C maiuscola come nel mio esempio quella di Dio al sacerdozio, ed in effetti la pensavo così, oppure le chiamate a cose eroiche o a grandi imprese. Ma in effetti la chiamata è in tutti noi ed è relativa all'essere chiamati a diventare quello che si è in potenza. La cosa importante, e non sempre facile, è quella di sapere riconoscere la propria chiamata e restarle fedeli.

Esempi di chiamate "violente" sono quelle degli artisti, chi sente dentro di sé questa voce difficilmente riesce a sottrarsi. Tutti noi abbiamo esperienza di quello che ci viene da chiamare "fuoco interiore" di scrittori, pittori, musicisti ecc.

Spesso però la chiamata interiore si perde nei bisogni o nelle contingenze, talvolta violente, della vita e osserviamo questo nei nostri pazienti quando ci troviamo confrontati con situazioni dove la sofferenza esprime una perdita del senso della vita nella depressione, lo smarrimento delle proprie

coordinate nel mondo, la mancanza di un progetto o, più tragicamente, di un futuro, l'angoscia della perdita di sé nella psicosi. Attraverso il lungo e faticoso lavoro dell'analisi il terapeuta tende ad aiutare il paziente a diventare, secondo l'affermazione di Jung, "quello che è", a ritrovare e ricostruire il rapporto con la propria interiorità, a rimettere in funzione l'asse Io-Sé.

Voglio presentare ora due vignette cliniche che mi sono sembrate interessanti per approfondire il tema che stiamo affrontando.

**Simona** ha 16 anni quando viene in visita nel Servizio Pubblico accompagnata dalla madre. La visita è stata richiesta da un collega psichiatra per un sospetto di psicosi catatonica. Simona appare come bloccata, parla pochissimo e ha tempi di reazione molto allungati; anche i movimenti sono lenti. Un esame neurologico ha dato esito negativo. La madre riferisce che questo comportamento è iniziato da quando la ragazza ha frequentato la scuola superiore in una città vicina e si è progressivamente accentuato tanto che vi è il rischio di una bocciatura alla fine dell'anno perché non riesce a rispondere alle interrogazioni né a svolgere in tempo i compiti in classe.

Dall'anamnesi emergono alcuni dati che colpiscono lo psicologo: la madre riferisce che Simona ha dormito fino a 9-10 anni nel lettone accanto a sé mentre il padre dormiva in un'altra stanza. Poi, quando lo psicologo le chiede l'età del menarca, come è stato vissuto da Simona, se e come lei l'aveva preparata, la madre appare a disagio e taglia corto dicendo: "Sì, sì queste cose gliele ha dette la sorella". Il padre appare assente nel racconto della storia di Simona.

Lo psicologo svolge alcuni colloqui con la ragazza alla quale somministra anche i reattivi di Rorschach e di Murray e la Scala WAIS-R, dove il livello è al limite inferiore della norma. Durante i colloqui Simona appare inizialmente molto rallentata, poi gradualmente i tempi di reazione si accorciano.

Il protocollo Rorschach è piuttosto ricco, 26 risposte, gli indici F+% e F%, legati alla precisione del pensiero e alla sua utilizzazione nella realtà, sono buoni (75% e 69% rispettivamente), la Risonanza Intima non appare eccessivamente coartata, 2 : 2,5 e, paradossalmente, il Quoziente Affettivo è = 0,85, tendente quindi alla labilità emotiva e all'impulsività, contrastando vistosamente col quadro comportamentale. Non si osservano temi complessuali o elementi conflittuali.

Anche al T.A.T. di Murray le risposte hanno queste caratteristiche: sono poco problematiche, non si notano segni di conflittualità né di aggressività. La risposta alla tavola 11 sembra allo psicologo la risposta chiave per una possibile lettura della situazione della ragazza. La tavola facilita la rappresentazione di contenuti più profondi e Simona dice: "sembra che ci sia un ponte e sopra ci sia una cascata d'acqua, in alto gli alberi e degli animali. Questa cascata si è fermata per un po' di tempo, poi ricomincerà a scorrere come prima".

Allo psicologo sembra infatti che questa risposta descriva un arresto del rapporto Io-Sé. La cascata d'acqua, una delle possibili rappresentazioni dell'energia creativa del Sé, del flusso della vita, si è fermata e tutto si è come bloccato. Da un punto di vista prognostico la risposta sembra rassicurante, e questo verrà confermato dal successivo lavoro di approfondimento con lei e con la madre, così come verrà confermata una prima ipotesi dello psicologo sulle cause di questa interruzione e sul suo significato. Egli ha pensato infatti che la causa sia da ricercare nell'inizio della frequenza alla scuola superiore in un'altra città, frequenza che ha determinato una separazione dalla madre e ha marcato in modo visibile la sua crescita, evidentemente molto temuta dalla madre. Simona si è trovata in una posizione di stallo: rinunciare alla scuola superiore andava contro il flusso della vita, della cascata che nutriva il suo mondo interno ricco di contenuti, ma seguire questo flusso suscitava forti angosce di ferire la madre, di andare contro il suo desiderio che la voleva ancora piccola. Simona faceva

fantasie che se lei fosse cresciuta sua madre sarebbe morta, fantasie non rare negli adolescenti con difficoltà di crescita e di passaggio all'età adulta. La sua risposta è stata quella di una difesa di tipo catatonico con l'interruzione del rapporto col Sé.

**Angela** è una ragazza di 17 anni, dimessa da poco tempo da un ricovero in clinica psichiatrica per un episodio psicotico acuto, con contenuti depressivi e atti autolesivi non pericolosi. Giunge al Servizio con una richiesta di psicoterapia dal medico di famiglia, richiesta che lei condivide. L'episodio che ha scatenato la crisi psicotica sembra legato al trasferimento della famiglia in un'altra città e all'inizio dell'anno scolastico in una scuola nuova, con la perdita delle amicizie che aveva nella scuola precedente.

Nelle prime sedute del lavoro analitico emergono alcuni episodi molto pesanti che Angela racconta in modo molto vivido, piangendo e dando l'impressione che essi siano ancora presenti in lei con aspetti di attualità, come se fossero accaduti pochi giorni prima. La sua nascita è stata molto problematica, era gravemente sottopeso con rischio di non sopravvivere, poi suo padre ha lasciato la famiglia quando lei aveva due anni, separandosi dalla moglie, Angela aggiunge che soffriva di depressione.

Dopo qualche anno la madre si è risposata e ha avuto altri due figli. Quando aveva circa 12 anni ha subito un abuso sessuale, senza rapporti sessuali completi, da parte di un parente del marito della mamma, abuso protrattosi per diversi mesi fino a che è riuscita a dirlo alla madre; questa persona è poi deceduta. Questo abuso era avvenuto proprio nella casa dove la famiglia si era trasferita pochi mesi prima.

I tentativi del terapeuta di creare collegamenti fra questi dati, soprattutto fra l'abuso e il ritorno in quella casa che ne era stata teatro, e la sua sofferenza attuale sono rifiutati da Angela che collega la sua situazione alla depressione del padre, in uno struggente tentativo di mantenere un legame con lui. Legame che non costituiva però un passato fatto di ricordi e nel quale affondare le proprie radici, ma piuttosto una identificazione adesiva senza via d'uscita e senza futuro. "La depressione – diceva Angela – è familiare, io ce l'ho come lui"

Nell'11° seduta fa un disegno: un albero senza la chioma i cui rami sono pressoché identici alle radici che non sono coperte dalla terra ma ben visibili. L'albero appare come sospeso nell'aria e senza tracce di vita. Un buco, che disegna a spirale e poi colora di marrone più scuro, è collocato nella parte alta del tronco.

Il disegno, primo e unico fino a questo momento, appare molto importante perché descrive con molta precisione la sua situazione psicologica interna. Così come l'albero non può vivere senza che le radici siano ben piantate nella terra, così Angela non può vivere senza un radicamento nella propria vita interiore. Ed in effetti ella vive come in un eterno presente dove i fatti traumatici accaduti non sono stati elaborati, seppelliti a formare un passato che possa costituire la sua storia, anche se dolorosa, e l'angoscia che deriva da questo presente dolorosissimo è contenuta, per il momento dalla terapia farmacologica. Senza che le radici siano interrate negli aspetti buoni del Sé-terra non possono esserci gemme sui rami.

Ho detto aspetti buoni del Sé perché ho pensato, lavorando con questa ragazza, anche a quello che dice Donald Kalsched nel suo libro Il mondo interno del trauma (Kalsched, 1996) quando parla di reazioni difensive radicali messe in atto dal Sé di fronte ad eventi traumatici che hanno sopraffatto le normali difese dell'Io. In questi casi il Sé, per difendere in qualche modo l'individuo dall'esposizione a nuove esperienze traumatiche, lo annichilisce rendendolo avulso dalla realtà.

Potremmo parlare di un asse Io-Sé distorto e patologico che determina una percezione della realtà immobile, senza storia e senza futuro.

Desidero concludere con due considerazioni. La prima riguarda il problema di come si possa formare un buon asse Io-Sé, l'altra è relativa alle modalità terapeutiche che possono aiutare a ricostruire questo rapporto che appare fondamentale per l'equilibrio e la relativa buona salute psichica dell'individuo.

Un aiuto importante alla costruzione di un buon asse Io-Sé deriva dal rapporto educativo che coinvolge sia i genitori che gli insegnanti. E' necessario ricordare che il verbo 'educare' deriva dal latino 'educere' cioè tirare fuori, allora l'educazione dovrebbe essere centrata più sul tirare fuori, sull'aiutare a realizzare ciò che il bambino è in potenza seguendo in questo il pensiero di Jung che spesso parla della necessità e dell'importanza, per la salute psicologica, del poter divenire quello che si è. All'interno di questa cornice deve trovare posto anche il "mettere dentro" le nozioni e gli insegnamenti ma non sempre questo avviene, sia sul piano familiare che su quello scolastico. Non è raro che nel rapporto con i figli il genitore veda la possibilità di realizzare ciò che egli stesso non è riuscito a fare, oppure che veda la possibilità di realizzare un suo ideale di vita e di professione. In questi casi i figli sono vissuti come parte di se stessi e sono spesso difficili allora i processi di separazione/individuazione, come abbiamo osservato nel caso di Simona.

Quando frequentavo il Servizio di n.p.i. all'Ospedale S. Chiara di Pisa per la mia preparazione al lavoro di psicoterapeuta dell'età evolutiva, circolava un'affermazione che descriveva l'atteggiamento dei genitori che veniva ritenuto "buono", non so chi ha coniato questa frase ma mi sembra valida anche adesso e mi sembra descriva bene quello che dicevo poco fa: "Il genitore dovrebbe avere il desiderio che il suo bambino desideri".

Allenare al rapporto con il Sé non è comunque facile poiché significa anche abituarsi a reggere il vuoto, il limite, a saper attendere e a pensare simbolicamente. L'insegnamento di Jung mi appare prezioso quando egli afferma la necessità di considerare ogni evento psichico sia da un punto di vista causale che da quello finalistico, cioè ad avere una percezione della realtà come un insieme di accadimenti che hanno delle cause e che contemporaneamente hanno un senso per la persona che li percepisce.

Anche nel mondo della scuola non sempre è facile trovare un giusto atteggiamento che collochi le nozioni da trasmettere in un quadro di sviluppo della personalità individuale. La situazione complessiva sembra oscillare fra gli estremi di scuole del tipo che io chiamo "mini-Sorbona" e scuole dove le regole della convivenza civile sembrano vissute come impedimenti alla realizzazione dei sé.

Il secondo punto sul quale desidero soffermarmi è quello relativo all'intervento terapeutico che possa aiutare la ricomposizione del rapporto con la propria interiorità.

Credo che la terapia psicoanalitica sia uno strumento per certi versi privilegiato per questo obiettivo perché è basato proprio sulla facilitazione del rapporto col proprio mondo interno, ma non sempre il lavoro psicoanalitico è possibile, sia per motivi economici che di disponibilità di operatori nel Servizio Pubblico, sia anche per la situazione psicologica dell'individuo.

Credo che in questi casi sia utile una forma di terapia che dia la parola al Sé by-passando l'Io e allenando l'Io stesso ad accogliere quello che viene dal proprio mondo interiore. Questo può avvenire attraverso il rapporto con un cavallo o con un altro animale, con la produzione artistica o attraverso una qualsiasi attività manuale. Questo tipo di attività può, gradualmente, rendere pervio il canale fra l'Io e il Sé e permettere di avere, o avere nuovamente radici nella propria interiorità.

*Bibliografia*

Kalsched D. (1996) Il mondo interiore del trauma: difese archetipiche dello spirito personale, Bergamo, Moretti & Vitali, 2001

PIER CLAUDIO DEVESCOVI

Psicoterapeuta; Psicologo Analista e Membro Ordinario AIPA e IIAP.