

Aspetti e peculiarità del rapporto analitico nella Psicologia Individuale

ALBERTO MASCETTI

Summary – CHARACTERISTICS AND PECULIARITIES OF THE ANALYTICAL RELATIONSHIP IN INDIVIDUAL PSYCHOLOGY. Each psychotherapy school carries a cultural and practical background with itself, which is connected to its view of the world. The activated procedures as the aim of psychotherapy, which are strictly connected to each school of thought, unfold according to common lines and objectives, regardless their characterising lexical differences. As far as Individual psychology is concerned, the best way to identify the Individual's relational ways and habits is through the analysis of their *lifestyle*. In Adler's point of view, the relation consists of the comparisons and contrasts between the doctor's and the patient's lifestyles. The different shapes and peculiarities of this relationship will be the central subject matter of the following report.

Keywords: RELATIONS, COMPENSATIONS, LIFE-STYLE

I. Introduzione

Ogni scuola di psicoterapia possiede un bagaglio pratico peculiare della propria visione del mondo, e la visione del mondo è strettamente legata alla singolare organizzazione della personalità. Il fine di ogni psicoterapia, al di là dei procedimenti e dei meccanismi specifici di ogni scuola messi in atto per raggiungerlo, si manifesta secondo prospettive e obiettivi comuni, sebbene muti la terminologia che lo caratterizza e lo rappresenta.

La "fase genitale" del processo evolutivo della *libido* è il traguardo finale dell'articolata figurazione freudiana, nel segno del superamento della fase *orale* e *anale* e della problematica *edipica*. L'*individuazione*, termine squisitamente junghiano, che designa il fine ultimo dell'oneroso processo di elaborazione e di presa di distanza dal pregnante mondo archetipale consente al soggetto di divenire ciò che vuol divenire ed essere.

Equilibrio e sicurezza sono le mete del soggetto adleriano che, attraverso una nuova modalità relazionale, lo stile rivisitato e riorganizzato, sperimenta così una condizione senza angoscia, degna di essere vissuta. Poiché fin dalla nascita siamo immersi in un mondo di relazioni attraverso i rapporti maggiormente significativi, con i genitori, i fratelli, ed altri parenti, noi organizziamo modalità individuali e speciali che Adler chiama *stile, stile di vita*.

Tale finzione produttiva e creativa non rappresenta altro che la nostra personalità organizzata attraverso molteplici verifiche, prove, aggiustamenti, derivati dall'incontro problematico con ogni persona di riferimento significativo. Lo *stile*, dunque, non è soltanto una modalità relazionale, ma una *modalità finalizzata*, volta ad uno scopo, quello di ottenere il migliore risultato, di raggiungere cioè le proprie mete tenendo lontano il più possibile ogni motivo di sofferenza e di smacco.

II. *Stile di vita e compensazioni*

Lo *stile* è come un'arma che ci consente di cogliere nel segno con una certa precisione e certezza, dentro un disegno personologico economico per il soggetto, messo in campo per giungere al risultato con il minor sforzo possibile. È la finzione organizzata che serve a superare i sentimenti di insicurezza, d'inferiorità, d'inadeguatezza che ognuno di noi porta con sé reali o presunti. Processo in larga parte inconscio che si avvale di organismi operazionali caratteristici della visione individualpsicologica: le compensazioni. L'attività compensatoria, dunque, è in stretta relazione con lo *stile di vita* di cui è un continuo arrangiamento. Potremmo dire che *lo stile è il frutto delle compensazioni che dirigono verso una meta*. Naturalmente le *compensazioni sono modalità, in senso adleriano, fittive* che vengono usate dal soggetto per la designazione di uno *stile*, per la costruzione della personalità, che deve essere sempre considerata in maniera dinamica e volta verso una meta.

Lo *stile*, frutto di continui collaudi, è largamente *inconscio*, conseguenza di una ricerca e di un'attività sotterranea profonda che si manifesta in superficie attraverso modi, tratti, segni, strategie che lo rappresentano come una forza unificante e prospettica di grande significato pragmatico. Lo *stile* allora è quel luogo mobile e cangiante che noi affrontiamo nell'analisi di ogni soggetto e che noi stessi mostriamo inconsapevoli alla lettura dell'altro che a noi si *affida* e con noi si *confida*.

III. *La relazione terapeutica fra conflittualità, empatia, desiderio e fiducia*

Si evidenzia allora tra analista e analizzato una fase di approccio e di studio che mostra i segni della conflittualità, poiché *ogni incontro nasconde dentro di sé uno*

scontro, una carica *polemica*, nell'accezione eraclitea di *pólemos* a cui non ci si può sottrarre.

Ad attenuare, tuttavia, tale evenienza conflittuale, da una parte vi è l'accoglimento empatico dell'analista e dall'altra il desiderio e la fiducia dell'analizzato di superare i propri sintomi, generatori di sofferenza. Vediamo la qualità e la specificità del rapporto analitico adleriano, fin dalle prime battute, evidenziate dall'incontro paritario e solidale che non si presta ad assecondare né a manipolare derive patologiche, come, invece, accade per ragioni tecniche proprie, nell'esperienza analitica freudiana.

Questo non significa che nell'approccio individualpsicologico debbano scomparire le problematiche segnalate e messe in luce dalla psicanalisi, ma una volta conosciute non vengono gestite secondo una concezione ben definita dal *transfert* freudiano che Franco Fornari così definiva: «un affetto presente che si riferisce ad un affetto passato». Le vicissitudini del *transfert* freudiano sono colte anche qui dagli analisti adleriani nel significato più ampio che non sia quello delle mascherature dell'*eros*, ma per l'appunto come vere e proprie maschere dell'amore.

Gioca, piuttosto, nel teatro adleriano un ruolo precipuo e fondamentale ciò che definiamo "protesta virile", una figurazione finzionale, luogo speciale e funzionale ad un finalizzato progetto di seduzione e di attrazione, che è desiderio di catturare l'analista, di legarlo a sé, nel gioco perverso della dipendenza pseudoerotica e pseudosentimentale.

IV. *Transfert e protesta virile*

L'analista freudiano riconosce la psicologia del *transfert*, la manipola e la dirige verso finalità terapeutiche, quello adleriano la individua e la indirizza, riconoscendola nel gioco della protesta, che spesso caratterizza l'approccio seduttivo del soggetto assai lontano dalla prospettiva autentica dell'amicizia e dell'amore, motivi così cari agli esistenzialisti quali Binswanger, Cargnello, ecc.

La *protesta virile*, ai giorni nostri, ha, per così dire, perso la valenza del virile essendo i ruoli di genere nella società assai modificati e per certi versi ridefiniti e ridisegnati. La donna ha acquisito sempre più potere non solo nella società, ma soprattutto nella relazione con l'altro che si mostra sempre più intimidito e insicuro. Non è più l'uomo l'elemento dominante, colui che decide all'interno del rapporto con la donna, ma spesso è la donna che dirige il gioco relazionale, promuovendo suo malgrado nuove problematiche nel rapporto fra i sessi.

La caratteristica del rapporto, al di là delle diverse motivazioni che lo sottendono e lo qualificano, almeno all'inizio rimane sostanzialmente conflittuale. Dalla parte dell'analista vi è l'impegno profuso nel tentativo di aiutare il soggetto a chiarire le dinamiche insorte che lo mantengono invischiato in uno stile che produce disagio e sofferenza esistenziale.

Dalla parte dell'analizzato, se da un canto vi è il desiderio di superare le proprie dolorose contraddizioni, dall'altro vi è la tendenza ad utilizzare meccanismi dilatori e mascheranti, le resistenze appunto. Resistenze che sussistono nel soggetto analizzato finché non è in grado di raggiungere una nuova sicurezza e una nuova prospettiva incoraggiante.

V. *Il processo d'incoraggiamento*

L'azione dell'analista è quella di cercare di arginare il conflitto, di risolverlo, mostrando un atteggiamento disponibile, amicale, empatico, rassicurante, volto alla ricerca di un'intesa incoraggiante che produca nuovo coraggio che, secondo Adler, conduce al sentimento sociale. Sappiamo che il coraggio, motivo e attitudine squisitamente adleriani, nascono nel contesto dell'incontro solidale, paritario e perciò rassicurante.

Abbiamo imparato, inoltre, a riconoscere la dimensione del coraggio e a promuoverlo attraverso una operazione cognitivo-relazionale, quella indicata da Adler come una rete di finzioni, pensieri, suggestioni, a dimensione operativa squisitamente personale. D'altro canto, alla base del costruito adleriano sta la concezione della finzione necessaria alla lettura della realtà e alla costruzione della personalità, con il correlato strettamente legato della compensazione, utile per raggiungere gli obiettivi, superando i sentimenti di insicurezza e di inferiorità.

L'organizzazione degli *stili di vita* è la sintetica espressione dei continui collaudi operati dalle *finzioni compensatorie*, volte a superare difficoltà di varia natura, ma soprattutto personologiche tendenti verso una meta. Anche l'analista, come l'analizzato, si presenta nel gioco relazionale con uno stile anch'esso espressione di compensazioni di vario tipo e natura. Tali modalità, secondo l'assunto adleriano, devono presentare i caratteri della positività, devono cioè cogliere nel segno di un obiettivo equilibrato e sereno. Non a caso l'analista, impegnato nella cura dell'altro, si è sottoposto ad analogo trattamento; la sua analisi è servita a riconoscere il senso e la modalità delle sue compensazioni, allo scopo di utilizzare una metodica atto al riconoscimento delle problematiche dell'altro e alla loro risoluzione.

L'analista, poi, una volta superata l'analisi, che ha il duplice scopo di renderlo cosciente delle proprie problematiche e quello di fornirgli una metodica capace di gestire il rapporto analitico con l'altro, si sottopone nel tempo alla *supervisione* di casi clinici particolarmente complessi per un confronto necessario, per una condivisione e, nel contempo, per una registrazione del proprio *stile di vita*. L'incontro dei due stili, quello dell'analista e quello dell'analizzato costruisce un racconto, una *storia che diventa comune nel contesto di una relazione unica e irripetibile*.

Tale tipo di comunicazione, nel tempo, quando l'analisi produce buoni frutti, tende a superare la problematica nevrotica e a indurre nel soggetto in analisi l'utilità, ma anche la necessità di un mutato stile di vita all'interno dei rapporti conflittuali messi in atto fuori dal contesto analitico. L'avventura della superata nevrosi non si risolve tuttavia solo nel contesto analitico che agisce come *primum movens* del rinnovamento dello stile, ma si conclude quando i rapporti esterni vengono dipanati in modo nuovo, soddisfacente e rassicurante, non più nevrotico.

I rapporti esterni nevrotici vengono superati, quando il risolto stile di vita costringe l'altro soggetto della relazione nevrotica a modificare il proprio stile con segno positivo oppure a rinforzare le proprie difese patologiche. I rapporti, le relazioni all'esterno del contesto analitico, assumono allora una valenza fondamentale e ineludibile per ciò che riguarda la risoluzione definitiva della problematica nevrotica.

I collaudi fuori dal contesto analitico devono essere considerati, secondo la visione individualpsicologica, essenziali per la modificazione finale dello stile con il loro risolto necessario e pratico. Uno stile risanato è uno stile capace di fruttuose relazioni fuori dal rapporto analitico, raggiunte dopo una rete di collaudi esperiti non senza una sorta di difficoltà, di sforzo, in grado di promuovere soprattutto il coraggio necessario ad affrontare le nuove relazioni impostate in maniera corretta e solidale.

Appare allora evidente che la relazione analitica corretta rappresenta il prototipo, il ponte, il mezzo, che promuove la relazione esterna la quale assume la maggiore e principale importanza per il soggetto, quando è capace di realizzare il proprio *stile di vita* in accordo con il *sentimento sociale*. *Sentimento sociale* che deve essere considerato *movimento finzionale*, protagonista di nuovi ed efficaci collaudi sia nel segno di una sicurezza nuova, che nasce da una riappropriata affettività, che in quello di una riscoperta del proprio valore e destino. Destino abbracciato dal soggetto che così assume la consapevolezza del proprio ruolo adulto nel mondo, non più ostile, ma aperto a nuove promesse. Un destino così aspramente combattuto dal nevrotico alla ricerca di un alibi, di una commiserazione, di finzioni negative di rapporti ansiosi, privi di realtà positiva e di libertà.

Tale prospettiva affettivo-cognitiva è necessaria al soggetto per “capire dentro” il nuovo modo di porsi, per riconoscere nel rapporto nevrotico le modalità negative che lo producono e lo sostengono. La ricognizione relazionale esterna è necessaria e ineludibile per riconoscere e modificare il modo-stile relazionale interno al rapporto nevrotico significativo.

VI. *Amore del proprio destino*

Il processo fondante il nuovo benessere, la guarigione, sta non solo nell'accettazione di un proprio ruolo adulto, ma nell'“amore del proprio destino” non più contrastato e rinnegato, ma recuperato in un nuovo stile e amato nella sua unicità non riproponibile e non eludibile. Soltanto nell'“amor fati”, nell'*amore per il proprio destino*, così come suggerito dall'illuminante proposizione nietzschiana, noi ritroviamo, il nevrotico ritrova la propria perduta libertà, la forza per diventare o ritornare ad essere padrone di se stesso e del proprio destino.

D'altro canto come potremmo nominare la condizione dell'uomo che risolve la sua analisi, la sua nevrosi in stile adleriano se non come quella di una trovata o ritrovata libertà!

Il gioco della dipendenza, a cui il nevrotico era obbligatoriamente affezionato per evitare i rischi e le frustrazioni legate all'*incontro*, viene risolto attraverso i nuovi collaudi rivolti alle relazioni esterne che vengono finalmente vissute con coraggio in un clima di libertà. Ritornando al discorso dell'*amor fati*, al *destino da amare*, destino non soltanto da accettare, l'equilibrio fra le istanze della *volontà di potenza* e del *sentimento sociale*, indicate da Adler come punto di arrivo della psicoterapia nella dimensione dell'acquisita e sperimentata libertà, si ritrovano e si identificano.

Chi sperimenta la libertà e la accoglie, vive la vera e autentica condizione di uomo o di donna adulti, capaci di rischiare il rapporto, perché dotati di un rinnovato coraggio.

Bibliografia

1. ADLER, A. (1912), *Über den nervösen Charakter*, tr. it. *Il temperamento nervoso*, Astrolabio, Roma 1971.
2. ADLER, A. (1930), *Der Sinn des Lebens*, tr. it. *Il senso della vita*, De Agostini, Novara 1990.
3. ANSBACHER, H. L., ANSBACHER, R. R. (1956), *The Individual Psychology of Alfred Adler*, tr. it. *La Psicologia Individuale di Alfred Adler*, Martinelli, Firenze 1997.
4. ELLEMBERGER, H. F. (1970), *The Discovery of the Unconscious*, tr. it. *La scoperta dell'inconscio*, Bollati Boringhieri, Torino 1976.
5. FASSINO, S. (a cura di, 2002), *Verso una nuova identità dello psichiatra, interazione cervello mente persona*, CSE, Torino.
6. FERRERO, A. (2000), L'analisi e la psicoterapia psicodinamica secondo la Psicologia Individuale, spunti per una discussione, *Riv. Psicol. Indiv.*, 48: 41-54.
7. FERRIGNO, G. (2008), La relazione empatica adleriana e la ricomposizione dell'interindividualità, *Riv. Psicol. Indiv.*, 63: 3-13.
8. GABBARD, G. O. (1994), *Psychodynamic Psychiatry in Clinical Practice*, tr. it. *Psichiatria Psicodinamica*, Raffaello Cortina, Milano 1995.
9. GALLESE, V. (2009), *Neuroscienze e fenomenologia*, Treccani, Roma XXI sec.: 171-181.
10. GIAMETTA, S. (2009), *Il volo di Icaro. Elzeviri filosofici*, Il Prato, Saonara (Padova).
11. HALEY, J. (1963), *Strategies of Psychotherapy*, tr. it. *Le strategie della psicoterapia*, Sansoni, Firenze 1974.
12. MAIULLARI, F. (2011), Per un'analisi empatica tra finzioni e incoraggiamento, *Riv. Psicol. Indiv.*, 70: 35-76.
13. MASCETTI, A. (1976), "Psicologia Individuale e Antropoanalisi: analogie e corrispondenze", *XIII Congr. Inter. SIPI*, Monaco di Baviera.
14. MASCETTI, A. (1985), "L'uomo e la donna nella psicologia individuale, un quadro ridisegnato", *XVI Congr. Intern. SIPI*, Montreal.
15. MASCETTI, A. (1989), "Vecchia e nuova isteria: la donna, la società, le strategie di dominio nel segno dell'approccio individualpsicologico", *XXIII Congr. SIPI*, Torino.
16. MASCETTI, A. (2010), Finzioni e stili di vita, *Riv. Psicol. Indiv.*, 68: 117-122.
17. NIETZSCHE, F. (1888), *Ecce homo*, tr. it. *Ecce homo*, Oscar Mondadori, Milano 1981.
18. PARENTI, F. (1984), Analisi dei rapporti tra Fenomenologia, Psicoanalisi e Psicologia Individuale Comparata Adleriana, in CAZZULLO, C. L., SINI, C. (a cura di), *Fenomenologia, filosofia e psichiatria*, Masson, Milano: 141-149.
19. PARENTI, F., PAGANI, P. L. (1987), *Lo stile di vita*, De Agostini, Novara.
20. PONZIANI, U. (1984), Lo stile di vita: nuove prospettive epistemologiche, *Riv. Psicol. Indiv.*, 36: 53-61.
21. ROVERA, G. G. (a cura di, 1981), *L'approccio transculturale in Psichiatria*, Acta, I Congr. Psych. Transc., MSL, Torino 1984.
22. ROVERA, G. G. (2004), Il modello adleriano nelle relazioni d'aiuto, *Riv. Psicol. Indiv.*, 56: 9-14.
23. SAFRANSCKI, R. (2000), *Nietzsche. Biografie seines Denkens*, tr. it. *Nietzsche. Biografia di un pensiero*, Longanesi, Torino 2001.
24. SHULMAN, B. H., MOSAK, H. H. (1990-1995), *Manual for Life style Assessment*, tr. it. *Manuale per l'analisi dello Stile di vita*, Angeli, Milano 1998.
25. STEIN, E. (1917), *On the Problem of Empathy*, tr. it. *Il problema dell'empatia*, Studium, Roma 2003.

26. VAIHINGER, H. (1911), *Die Philosophie des "Als Ob"* tr. it. *La filosofia del "come se"*, Astrolabio-Ubaldini, Roma 1967.

Alberto Mascetti
Via Griffi, 6
I - 21100 Varese
E-mail: albertomascetti@libero.it