

Editoriale

L'intersoggettività fra "Adlerismo" e "Teoria della mente"

L'Adlerismo identifica come area privilegiata di ricerca il rapporto dialettico fra stati emotivi e relazione: il "sentimento di inferiorità", che rappresenta il principio motivazionale della vita psichica, e le "emozioni" a esso collegate avvalorano sempre più nuclei concettuali che evidenziano l'importanza "primaria" della relazione in Alfred Adler. È, infatti, promotore d'aggancio relazionale il "sentimento d'inferiorità", fonte della concomitante "emozione dell'insicurezza" avvertita da ciascun individuo, fin dal primo giorno di vita. Ogni uomo, proprio in quanto fenomeno temporale "finito e mortale" sempre in bilico fra passato, presente e futuro, si sporge per mezzo della sua inesauribile attitudine creativo-immaginativa verso l'infinito, l'immortalità, la perfezione utopica curativa della "ferita originaria del difetto di base", costruendo la finzione di un "avvenire ancora assente nel regno del possibile", del "non ancora".

Anche quando gli stati emotivi tendono a difendere finzionalmente l'"individuo", frapponendo una certa "distanza" fra il Sé e gli "altri da Sé" attraverso l'ira, la nausea, la paura, l'angoscia, la gelosia, l'invidia, la sfiducia, la rabbia, lo situano, in realtà, sempre e comunque, in una relazione "fredda", non partecipativa, ma caratterizzata da un "legame intersoggettivo" indissolubile, esattamente come avviene attraverso emozioni "calde" come l'amore, la fratellanza, la compassione, la tenerezza, la fiducia, la pietà, che tendono a "congiungere" gli individui in un vincolo di condivisione affettiva arricchente.

Si ama, si odia, si prova simpatia o antipatia, tenerezza o rabbia sempre e comunque per qualcuno: il sentire interiormente una vasta gamma di mutevoli sentimenti ed emozioni sottende necessariamente un "traghetare" da se stessi

verso “Altri da Sé”. Senza “empatia”, senza la capacità di “collocarci” dentro il “pathos” degli altri per viverlo, sentirlo e comprenderlo come se fosse il nostro “pathos”, non è possibile vera comunicazione né autentico incontro, scambio, dialogo, reciprocità e legame fra anime. Il “saper conversare”, utilizzando le emozioni come ponte d’incontro mentale col nostro partner interattivo, rappresenta il primo passo del processo d’incoraggiamento adleriano. In questo senso, non è pensabile curare le lacerazioni dell’animo sofferente esclusivamente con la farmacologia senza coinvolgimento emozionale da parte del terapeuta, senza inesauribile disponibilità all’ascolto, in quanto è necessario calarsi nell’individuo unico e irripetibile prima che nel paziente.

Ma come è possibile che la propria mente riesca ad “agganciare” cognitivamente ed emozionalmente in modo intersoggettivo quella degli altri? Come è possibile riconoscere gli stati mentali, il pensiero intenzionale, le emozioni, i desideri, le credenze e le conoscenze implicite del “Sé” e dell’“Altro da Sé”? Cosa dobbiamo intendere per processo d’incoraggiamento empatico adleriano, fondato sul vedere con gli occhi, il sentire con le orecchie, il vibrare con il cuore dell’altro? E quali sono i suoi precursori?

Precursore dell’empatia e, di conseguenza, del sentimento sociale adleriano è il concetto di Zärtlichkeitsbedürfnis, ovvero il bisogno di tenerezza primaria, di cui già nel 1908 Adler scrive con fervore. Il bisogno (Bedürfnis), provato dal bambino fin dal primo vagito, di ricevere tutto ciò che è condensabile col termine “delicato” (Zärt) e, di conseguenza, affetto, cura, amore, coccole, se è riconosciuto, coltivato e fertilizzato con sufficienti attenzioni e scambi di reciprocità da parte del caregiver che si prende cura di lui, consente di “afferrare in alto le stelle eterne” che vivificano un buon “legame di attaccamento”: l’innato senso sociale del bambino, come sostiene Pier Luigi Pagani**, si raffina, col tempo, nel linguaggio della tenerezza, della reciprocità, del sentimento sociale. Lo Zärtlichkeitsbedürfnis adleriano, in altre parole il bisogno di reciprocità e di tenerezza primaria, anticipa pionieristicamente i concetti di holding e di handling, sostenuti più tardi da Winnicott, la teoria della capacità di rêverie della madre, elaborata da Bion, la concezione del campo e del traffico intersoggettivo descritta da Stern. Sia Winnicott sia Bion sia Stern, come già nel 1908 Alfred Adler, sono accomunati dall’interesse per il tema dell’intersoggettività primaria nell’interazione fra la mente del bambino e la mente dei suoi partner significativi.*

* ADLER, A. (1908), *Das Zärtlichkeitsbedürfnis des Kindes*, in ADLER, A., FURTMÜLLER, C. (a cura di, 1914), *Heilen und Bilden: Ärztlich-pädagogische Arbeiten des Vereins für Individualpsychologie*, Reinhardt, München.

** PAGANI, P. L. (2003), *Dal bisogno primordiale alle istanze differenziate: dal “senso sociale” al “sentimento sociale”*, Riv. Psicol. Indiv., 53: 25-29.

A questo proposito, i recenti studi della “Teoria della mente” confermano come lo sviluppo della capacità di decentramento e di comunicazione empatica intersoggettiva richieda la costruzione nei primi anni di vita di una “matrice nutritiva primaria” che consenta l’acquisizione dell’adleriano linguaggio della tenerezza.

Venti anni fa la cosiddetta “Teoria della mente”^{} era un’area di ricerca poco conosciuta. Solo recentemente è letteralmente esplosa, attraverso studi longitudinali e training specifici, che si occupano degli aspetti socio-cognitivo-emotivi rivolti allo sviluppo nei bambini della capacità di comprendere che il mondo è rappresentato nella mente e che gli individui agiscono in base alle loro rappresentazioni del mondo: la comprensione dell’interazione sociale dipende dall’acquisizione della capacità di attribuire, a se stessi e agli altri, stati mentali, intenzioni, emozioni, sentimenti, credenze, pensieri, spiegando e prevedendo su questa base l’azione umana.*

*Il nuovo filone di studi della “Teoria della mente”, che ha carattere pluridisciplinare e interdisciplinare, estende la ricerca dei precursori della comprensione della “mente propria ed altrui” anche in direzione di “eventuali” basi neurofisiologiche che predisporrebbero il bambino all’acquisizione di alcune competenze che agevolano la reciprocità, l’intersoggettività, la capacità di stendere ponti di collegamento mentale verso gli “Altri da Sé”: il bambino mostra da subito e progressivamente, tranne che in casi di autismo acclarato, la tendenza a seguire la direzione dello sguardo di un altro, a leggere la mente intenzionale del genitore, mentre il genitore tenta di capire e contenere lo stato mentale del bambino in uno stretto intreccio tra aspetti relazionali di natura cognitiva e affettiva. Il bambino riesce a riconoscere la mente del genitore, mentre questi tenta di capire e contenere lo stato mentale del bambino^{**}.*

Nella relazione madre-bambino la sensibilità del genitore nei confronti dei sentimenti dei figli è il fattore chiave che influenza la qualità dell’attaccamento. La comprensione da parte del bambino dei sentimenti, delle emozioni, delle credenze e delle intenzioni reali degli altri è una vera e propria conquista che lo colloca nell’area della logica comune, della verità assoluta adleriana e costituisce un balzo immaginativo-finzionale sul lato utile della vita, in quanto lo preserva dal pericolo di ricorrere esclusivamente alla propria “logica

^{*} *Presso il Dipartimento di Psicologia dell’Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano si è creata un’unità di ricerca, costituita da una équipe di lavoro che si avvale degli apporti specifici di altri ricercatori interni ed esterni, sulla “Teoria della mente”, fondata e diretta dalla professoressa OLGA LIVERTA SEMPIO e dalla professoressa ANTONELLA MARCHETTI.*

^{**} *LIVERTA SEMPIO, O., MARCHETTI, A. (a cura di, 2001), Teoria della mente e relazioni affettive, Utet, Torino.*

privata”, cioè alla proiezione dei propri sentimenti ed emozioni. Sempre nell’ambito della “Teoria della mente” Camaioni ha evidenziato, nei suoi studi sulle principali caratteristiche e fasi dello sviluppo comunicativo dalla nascita a circa un anno di vita, come la comunicazione intenzionale e la scoperta della mente siano un’acquisizione tardiva collocabile non prima dei dodici mesi: Alfred Adler parlerebbe di senso sociale primario, alludendo a una vera e propria danza conversazionale, basata sull’empatia, che inizialmente congiunge “il bambino e la madre” in un legame diadico. «Intorno alla metà del primo anno di vita assistiamo alla comparsa di un fenomeno nuovo: il bambino comincia a guardare alternativamente l’adulto e un oggetto/evento esterno che attrae la sua attenzione in quel momento. A questo punto, l’interazione da “diadica” si trasforma in “triadica”, in quanto coinvolge, oltre ai due partecipanti, anche una terza entità esterna, che diventa il potenziale argomento su cui si comunica. [...] Di fronte a oggetti/eventi esterni sconosciuti e ambigui, il bambino si rivolge al genitore come fonte attendibile d’informazione e regola la propria risposta alla novità sulla base della reazione emotiva della madre. Se la madre si mostra rilassata e sorridente, il bambino si avvicina e interagisce con lo stimolo nuovo, se la madre manifesta paura o preoccupazione, il bambino evita lo stimolo e si allontana» (p. 84)*. Ci troviamo di fronte a una comunicazione emotivo-affettiva implicita in cui si parla della realtà col linguaggio simbolico-intenzionale: il bambino riesce a pensare il pensiero proprio e altrui attraverso il silenzio, attraverso un incontro fra menti. Nei rapporti d’amicizia il saper mettersi in sintonia con ciò che suscita felicità e dispiacere nell’amico è uno degli aspetti che determinano l’intimità e la qualità dell’amicizia.

Tutte queste nuove e originali ricerche della “Teoria della mente”, trasferite sul piano clinico, arricchiscono e confermano le basi del modello epistemologico socioculturale individualpsicologico, avvalorando l’importanza della “relazione” e della “comunicazione intenzionale implicita” come strumento terapeutico di lavoro e di cura all’interno del setting adleriano: tutte le nostre forze, direbbe Eugenio Borgna, devono perciò confluire in direzione di un’etica e di una gentilezza della psichiatria e della psicoterapia.

Il “saper conversare” all’interno della stanza d’analisi, utilizzando le emozioni come ponte d’incontro mentale col paziente, rappresenta il primo passo del processo d’incoraggiamento. Incoraggiare, infatti, significa tendere una mano a chi soffre, riuscire a entrare nella sua mente, ma anche nel suo cuore accendendo la luce del rapporto intersoggettivo.

* CAMAIONI, L. (2004), Sviluppo comunicativo e scoperta della mente in condizioni normali e patologiche, in MARCHETTI, A., LIVERTA SEMPIO, O. (a cura di), Uno con molti, Utet, Torino.

Il setting è un luogo “sacro”: il regno dell’indicibile, dell’ineffabile, dell’implicito, del pensato, del “mai” detto, ma alluso, echeggiato, intuito, vissuto. Non tutti i pensieri e le emozioni possono essere verbalizzati, non tutte le “nuvole” rovesciano giù un acquazzone di “parole”, direbbe Vygotskj. Il paziente prima di essere un caso clinico è una persona unica e irripetibile e “ogni” rapporto terapeutico è irripetibile: si costruisce nell’hic et nunc dell’intersoggettività dialogica, che è alimentata dal fuoco delle emozioni, dei sentimenti, degli sguardi e dei silenzi carichi di significati.

Il rapporto terapeuta/paziente è per molti aspetti molto simile all’interazione madre-bambino: il bambino desidera sentirsi nutrito, abbracciato, rincuorato, coccolato, ma anche la madre si sente ricompensata. La madre fornisce il carburante al figlio e viceversa ed entrambi sono coinvolti in un’esperienza di rapporto intersoggettivo reciprocamente arricchente.

La maggior parte degli psicoterapeuti e degli psichiatri è solito parlare dei “successi professionali”, minimizzando le difficoltà incontrate nella gestione della relazione emotiva con “alcuni” pazienti: sono proprio questi pazienti, però, che ci spingono a guardare nei nostri abissi, a gestire le nostre emozioni e i nostri sentimenti, a fare i conti con la nostra inferiorità, col nostro bisogno di onnipotenza terapeutica.

Sebbene le reazioni controtransferali abbiano un carattere ubiquitario, preferiamo raccontare abbondante materiale relativo solo al transfert, senza che osiamo né rivelare i nostri sentimenti né svelare quanto, all’interno del setting, sia stato fatto o detto o interpretato e in che modo, per il timore di essere criticati o valutati dagli altri colleghi, nel momento in cui palesiamo le nostre emozioni e il nostro “stile” privato d’approccio al paziente.

In pratica, non diciamo quasi nulla sull’interazione intersoggettiva implicita che, come abbiamo riscontrato nelle interessanti ricerche effettuate nell’ambito della “Teoria della mente”, contraddistingue ogni rapporto e, quindi, ogni trattamento terapeutico, che non può essere, perciò, considerato una semplice esperienza intellettuale, ma un vero e proprio “incontro” edificato dalla coppia creativa all’interno di un campo cognitivo-emozionale.

La routine di un rapporto terapeutico, basato esclusivamente sull’esperienza diagnostica del professionista, psicoterapeuta o psichiatra, se non è alimentata dalla fiamma viva di una relazione empatica, può “spegnere” il paziente tramutandolo da persona a semplice caso, caso clinico. Il terapeuta deve armarsi del coraggio e della capacità di riconoscere dentro di sé pensieri, emozioni e sentimenti che gli appartengono, per poter conseguentemente leggere, riconoscere e riconoscersi empaticamente nella sofferenza, nella gioia

e nel dolore del paziente che gli sta di fronte. Occorre circoscrivere solidamente i confini cognitivo-emotivi dell' "Io" e del "Tu" della coppia terapeutica per poter accedere successivamente a un "Noi creativo".

Il terapeuta, ben preparato e coraggioso, deve smantellare la "finzione rafforzata" di un "controllo onnipotente" all'interno del setting rinunciando al bisogno di ricevere continue gratificazioni narcisistiche alla propria autorappresentazione professionale e concedersi l'avventura, a volte "rischiosa", d'immersi in un'interazione diadica/triadica, che implica un incontro fra menti basato su una comunicazione intersoggettiva implicita e sull'inevitabile intreccio di movimenti transferali/controtransferali.

Soltanto coloro che hanno lo spirito falsato, scriveva Adler ne "Il temperamento nervoso", possono voler racchiudere l'animo umano nei limiti stretti di una dottrina scientifica onnipotente. In ultima analisi, la Psicologia Individuale è un'arte e lo psicologo vero è soprattutto un "artista".

Giuseppe Ferrigno