

Fondamenti e progressi della Psicologia Individuale*

ALFRED ADLER

Summary – PROGRESS IN INDIVIDUAL PSYCHOLOGY – To pursue a goal is the main feature of the psychic life. Aiming to prevail is the strength which leads our life and it finds its first spur in the inferiority feeling: the stronger the inferiority feeling is the higher the finality of the power. Trying to overcome the inferiority feeling, it is possible to make some mistakes leading to the discouragement. Neurotics are discouraged individuals.

Keywords: TELEOLOGY, INFERIORITY FEELING, DISCOURAGEMENT

I

Le indagini, da noi iniziate già da vari anni, per costituire una base sempre più salda alle nostre vedute sulla psicologia umana e sociale, hanno portato nuove e maggiori conferme: ed è perciò che noi crediamo giunto ormai il tempo opportuno per presentare al pubblico ed alla critica le idee direttrici della nostra dottrina.

Ciò vale anzitutto per l'idea fondamentale della Psicologia Individuale. Non è la conoscenza delle forze e dei fenomeni della vita psichica, com'essi possono venir scoperti per via sperimentale o dedotti analiticamente, a farci comprendere

* L'articolo che vi proponiamo è la "conferenza" tenuta da Alfred Adler al VII Congresso di Psicologia ad Oxford nell'agosto 1923 e, nello stesso periodo, pubblicata in tedesco, inglese e italiano (per un approfondimento della diffusione in Italia della Psicologia Individuale si rimanda a MARASCO, E. E., PARISOTTO, L., SAMTLEBEN, V. (1994), La Psicologia Individuale in Italia dal 1913 al 1945: ricerca bibliografica preliminare, Riv. Psicol. Indiv., 36: 63-82). Attraverso un linguaggio profondamente significativo Adler presenta all'ambiente scientifico europeo i concetti innovativi della sua dottrina a impronta socio-culturale, destinati a influenzare larghi strati del pensiero post-psicoanalitico. Sottolineamo i seguenti punti dell'articolo: la mèta cui tende la vita psichica diventa il vero *movente*, la *causa finalis*; la nevrosi e la psicosi, *costruzioni creativamente unitarie*, basate su *errori culturali*, rappresentano l'espressione *compensatoria* tipica degli individui ambiziosi, ma scoraggiati per un inestinguibile *sentimento di inferiorità*; lo spessore terapeutico di un percorso analitico adleriano deve, di conseguenza, ruotare intorno al *processo di incoraggiamento*. [N.d.R.]

un'*individualità*. L'individuo può servirsene in vari modi ed anche non servirsene. Ciò che noi abbiamo da obiettare alle varie psicologie ed allo studio dell'uomo in generale è questo: le une quanto l'altro dicono tutt'al più qualche cosa delle forze esistenti, ma ben poco del loro uso e men che meno del fine cui essi mirano. La vita psichica non è un *essere* (*Sein*), ma un *dovere* (*Sollen*). Per questa coazione finalistica diretta ad un determinato obbiettivo si crea nell'intera vita psichica una *spinta in avanti*; ed è appunto nella successione di fatti da cui tale spinta è costituita, che le forze e le categorie della vita psichica assumono la loro forma, il loro indirizzo, la loro impronta.

La vita psichica si organizza con l'aiuto di una *teleologia* fittizia che stabilisce una precisa finalità sotto l'influenza di una suggestione (*Apperzeption*) pur essa teleologica: così che alla fine noi ritroviamo in tutti i fenomeni psichici la identica caratteristica, quella di *tendere ad una mèta*, alla quale poi si adattano tutte le forze, istanze, esperienze, desideri e timori, difetti e capacità dell'individuo. Risulta da ciò che non si può giungere a comprendere un fenomeno psichico o un'*individualità* se non in un solo modo: mediante un procedimento di *sintesi teleologica*. Risulta ancora che ogni individuo agisce, lotta e soffre in conformità della sua teleologia individuale, la quale opera su di lui come un "destino" cieco fintantoché egli non sia giunto a comprenderla. Le origini di questa teleologia risalgono fino alla prima infanzia dell'individuo e si dimostrano quasi sempre erroneamente influenzate da difficoltà fisiche e psichiche e da condizioni favorevoli o sfavorevoli delle situazioni originarie di fronte alle quali viene a trovarsi il bambino.

Questo modo di vedere limita l'importanza del principio di causalità per la comprensione dei fatti psichici in tal modo che noi, pur ammettendola, la riteniamo inadeguata a risolverci il problema della psiche e del tutto insufficiente per la previsione prognostica di un determinato atteggiamento psichico.

II

La *mèta* cui tende la vita psichica umana diventa così il vero movente, la *causa finalis* che attira, nel rapido conseguirsi dei fatti psichici, tutto quello che di mobile v'è nella psiche stessa. È qui che si trova la radice dell'unità individuale. Poco importa sapere donde provengano e dove si siano originate le forze individuali; ciò che importa sapere è ciò che costituisce la loro singolarità è precisamente dove esse tendano e quale sia l'obbiettivo verso cui esse mirano.

Un esempio pratico servirà meglio ad illustrare questi concetti. Un alto impiegato quarantenne è tormentato sin dall'infanzia da impulsi coatti. Di quando in quando, egli si sente costretto ad annotare con la massima pedanteria, uno sotto

l'altro, su di un foglietto, i piccoli doveri ch'egli ha da compiere. Nel far ciò egli prova un intimo senso di piacere, del quale però non sa darsi ragione. Ma questo piacere a sua volta viene ben presto soppresso e sostituito da un violento senso di rimorso che lo assale al pensiero di perdere tanto tempo in simili inezie ed egli incolpa se stesso per aver ostacolato, con tali perditempi, un suo maggiore avanzamento nella vita. A brevi intervalli, il medesimo gioco si ripete.

Al grado di esperienza cui è già pervenuta la Psicologia Individuale, essa può risolvere di primo acchito problemi di questo genere. Noi vediamo che quest'individuo, invece di adattarsi al vivere sociale e di occuparsi a risolverne i problemi, si dibatte in mezzo ad incomprensibili difficoltà. Ma sappiamo ancora che egli si serve appunto di questa sua situazione per scansare *come un disertore* tutti i doveri e le necessità sociali che gli sono imposti. I suoi rimorsi, lungi dall'incitarlo a migliorare la sua posizione insieme a quella del suo ambiente e a correggere gli errori finora commessi, non fanno altro che farlo peggiorare e allontanarlo ancor più dal suo lavoro. Essi sono dunque degli altri, nuovi mezzi per *disertare*. Anche le stesse accuse ch'egli fa alle sue sofferenze, di esser l'ostacolo più forte al suo progresso nella vita, non sono prive di uno scopo utilitario. Esse hanno, in altre parole, lo stesso significato di questa affermazione: «Che cosa non avrei fatto io, se non avessi avuto questo malanno!»

Noi scorgiamo in tutto ciò nient'altro che un "compromesso" o un "adattamento": l'accettazione, per dir così, di un campo di battaglia secondario, il cui scopo è appunto quello di scansare la lotta nella battaglia decisiva. Così, tutti gli altri fenomeni psichici che riscontriamo nelle nevrosi, idee coatte, senso di piacere e di colpa, tutta la logica e il sistema di vita, quasi facendosi beffa di ogni altra nostra interpretazione riguardo la loro origine e il loro significato originario, obbediscono esclusivamente ad un solo obbiettivo: quello di evitare, nel cammino della vita, la *soluzione dei problemi della realtà*, di crearsi una rispettabile *distanza* dagli stessi, dando contemporaneamente, a tutto questo apparato, l'illusoria parvenza di un consolante riserbo: «Che cosa mai non sarei stato capace di fare, se ...».

III

La nevrosi e la psicosi sono le forme di espressione di individui scoraggiati. Chi si è compenetrato in una tale concezione della Psicologia Individuale potrà utilmente evitare di intraprendere, trattando degli individui scoraggiati, lunghe e viziose escursioni nel campo del misticismo psicoterapeutico. Persino delle ipotesi ben fondate per spiegare la genesi di fenomeni psichici primari non sarebbero che una scappatoia, utilizzata per evitare di affrontare i problemi più importanti e vitali della sintesi psicologica: l'unico vantaggio che ne otterrebbe il

terapeuta (come avviene nella terapia a base suggestiva ed ipnotica) sarebbe l'incoraggiamento che il malato, senza rendersene conto e comprenderlo, troverebbe nella paziente ed affettuosa collaborazione del medico.

Una tal forma di parziale incoraggiamento è adeguata soltanto nella minima parte dei casi: mai può esser posta al medesimo livello del nostro metodo, che fa del paziente un individuo indipendente e cosciente, perché gli toglie di dosso, fin dalle radici, le cause dirette del suo morboso scoraggiamento. Ma dunque, mi si obietterà, la Psicologia Individuale dà importanza anche alle cause dei fenomeni psichici? Certamente sì, ma soltanto a quelle che stanno alla base del fenomeno psichico fondamentale che dev'essere eliminato, non a quelle che, esistendo come espressioni sintomatiche dello scoraggiamento, vengono usate soltanto per la loro finalità, mantengono la loro posizione solo fintantoché persiste lo scoraggiamento e sono, con uno stesso meccanismo, sostituite da altre.

Quanto alle cause dirette dell'avvilimento, esse sono sempre fondate su di un errore. Non esiste alcuna ragione di scoraggiamento che sia obbiettivamente giustificabile, ma proprio perché c'è questo errore, noi ci sentiamo in diritto di organizzare e prospettare una terapia radicale della nevrosi. Nel caso menzionato più sopra, era stato il padre, un uomo superbo e dispotico, quello che aveva tolto sistematicamente ogni speranza di successo nella vita. Mi si chiederà se ogni bambino possa venir avvilito. Ebbene, io sono fermamente convinto che qualsiasi educatore, verso qualsiasi bambino, può trovare il modo di scoraggiarlo, tanto più in quanto io credo che tutta l'umanità sia predisposta allo scoraggiamento. Naturalmente le forze agenti in ogni singolo caso sono diverse: la loro azione è facilitata spesso da elementi di inferiorità fisica, come d'altra parte è ostacolata da condizioni più favorevoli. Ritornando al nostro caso, diremo che l'obbiettivo che il bambino si era prefisso era appunto quello di "superare" il proprio padre, ma poiché egli non aveva trovato il coraggio di raggiungerlo con una palese competizione, cercò di salvare le apparenze di questa sua superiorità attraverso vie indirette. Trovò uno scampo e condizioni più miti di lotta rifugiandosi nella sua nevrosi coatta.

Quale è, dunque, quella forza motrice che, forse soltanto quando le conviene, al posto dei suoi naturali obbiettivi (istinto di conservazione, fame, amore, concupiscenza), ne elabora altri incongrui o addirittura diversi? Quale è veramente quella potenza, che si intromette in tutti i fenomeni e ne domina tutte le forme di espressione, sia fisica che psichica, ponendole al proprio servizio? È una potenza sola? Sono parecchie? È forse logico ammettere che un individuo, cioè un *tutto indivisibile* che noi percepiamo e intendiamo come un'*unità* e del quale noi possiamo prevedere (e in ciò soltanto consiste il criterio di giudizio intellettualistico) in qual modo si comporterà in una data circostanza, tenda contemporaneamente a più obbiettivi? Noi non l'abbiamo mai verificato. Ma,

mi si obietterà: che cosa succede nello sdoppiamento e nell'ambivalenza? Non vi sono anche qui due obbiettivi in vista? E nella titubanza e nel dubbio?

La *tendenza a prevalere*, cioè, in senso generale, il *volere*, ci indica sempre che in ogni fatto psichico si genera un movimento che trova la sua prima spinta in un *sentimento di inferiorità* e che tende ad innalzarsi. La teoria della *compensazione psichica*, propugnata dalla Psicologia Individuale, ci dimostra chiaramente che quanto più forte è il sentimento d'inferiorità, tanto più in alto vien collocata dall'individuo la finalità della propria potenza. Ma se la *tendenza a prevalere*, col suo obbiettivo di "superiorità" è proprio quella forza che dirige tutte le mosse dell'uomo, noi non possiamo certo valutarla come un fattore trascurabile nello svolgimento dei suoi destini, poiché è proprio questa forza che viene a ricongiungersi a tutto il complesso della nostra vita e della morte. Ed infatti, essa è capace di turbare e di paralizzare il nostro istinto di conservazione, il nostro senso della realtà, il nostro desiderio di godimento, i nostri sentimenti morali. Essa trova perfino nel suicidio una via per affermarsi: essa dirige i sentimenti di amicizia e di amore; ci fa sopportare fame e sete; fa dei nostri dolori fisici e morali altrettante tappe poste sulla via del suo trionfo. Nulla di ciò che l'uomo gode, sente e opera viene sentito o accettato con spontaneità. «Il bello è brutto; il brutto è bello» cantano le streghe di Macbeth e Hegel dice: «l'intelletto è scaltro». Socrate, vedendo un giorno un sofista vestito con un mantello lacero, gli gridò in viso: «Giovane Ateniese, dai buchi del tuo mantello fa capolino la tua vanità!» Il sofista era dunque modesto e ambizioso allo stesso tempo. Si tratta qui di una vera e propria ambivalenza? O non è forse un'astuzia, una "finezza" quella di farsi condurre su una carrozza a due cavalli, anziché a uno solo, ostentando tuttavia modestia? Nella *double vie* i due modi di comportarsi si aiutano a vicenda per raggiungere l'obbiettivo della superiorità: così come fa uno speculatore in borsa che ora gioca al ribasso, ora al rialzo, a seconda dell'opportunità, ma in tutti e due i casi però all'unico scopo di accumulare denaro, che è potenza. Un vecchio negoziante arricchito, al quale io chiesi una volta perché volesse guadagnare ancora, quando oramai le sue ricchezze gli potevano concedere tutto quello che umanamente era desiderabile o acquistabile, mi rispose: «Sa, si tratta della potenza, della potenza sugli altri».

Come psicologo, io potrei battere anche altre vie. Io potrei andar ricercando le ragioni psicologiche per le quali quel sofista prediligesse i mantelli logori atti a documentare tangibilmente la propria modestia: così facendo, arriverei in una via secondaria, gradita solo al sofista, ma avrei perduto di vista la sua vanità, mentre il mio vero compito era precisamente quello di indagare da dove questa sua vanità avesse tratto le proprie origini. Ora, che il sofista, indossando quegli stracci, proceda secondo "l'ideale del padre" oppure secondo il cosiddetto "Complesso di Edipo" o in ambedue i sensi come anche in nessuno dei due, ciò non ha importanza alcuna. Neppure importa il fatto che un individuo agisca a

imitazione del padre suo o faccia invece tutto il contrario (cosa a noi ben nota): siffatte spiegazioni utopistiche non hanno arricchito nemmeno un po' le nostre cognizioni psicologiche. Queste riflessioni si collegano con le idee che noi nutriamo sulla natura psicologica del dubbio. Neppure nel dubbio esistono due obbiettivi opposti, ma uno solo: la *stasi* o l'*arresto*. Lo stesso valore è proprio di tutti i cosiddetti sintomi nervosi. Come un invisibile sistema di freni, i sintomi nervosi si intromettono nel processo evolutivo del progresso individuale, dirigendolo su un binario secondario ed ostacolando la realizzazione di esigenze spesso volte richieste dai malati stessi. Anche in questi casi troviamo che il movente è la vanità, che teme di venir ferita.

La *finalità del prevalere*, che è posta nei nevrotici molto in alto, forma la sagoma soggettiva dell'individuo, modifica la sua logica, la sua estetica, la sua morale e gli impone i correlativi tratti del carattere, l'intelligenza, l'energia, gli affetti. L'idea dominante della sua personalità determina il suo procedere e le sue direttive che, come un'eterna melodia, si compenetrano in tutta la sua vita. Soltanto chi conosce tali direttive è in grado di comprendere il significato di ognuno di questi loro singoli movimenti. Se si strappa uno solo dei fenomeni dal suo insieme, esso sarà per sempre frainteso. Le singole note non ci dicono nulla, se noi non ne conosciamo la melodia di cui fanno parte. Ne consegue che i fenomeni psichici, giustamente compresi, possono venir considerati come i mezzi di preparazione elaborati per raggiungere un obbiettivo di superiorità.

Per quanto riguarda l'origine della tendenza a prevalere, noi non ci troviamo all'oscuro. L'insufficienza biologica e il bisogno di aiuto in cui si trova il bambino conducono di naturale conseguenza ad un *sentimento di inferiorità* dal quale egli tenta di liberarsi. Una cattiva educazione, situazioni sfavorevoli, debolezze fisiche congenite rinforzano questo sentimento di minorazione e, con ciò, anche il desiderio opposto, quello di *farsi valere e di dominare*, così comune nel bambino. Egli trova dunque già nei suoi primi anni di vita il modello per il suo atteggiamento ulteriore di fronte alla vita stessa: ciò naturalmente in conformità della sua posizione sociale, del suo ambiente, del suo slancio, del suo coraggio, della sua capacità di orientamento. Sia con la cocciutaggine sia con l'obbedienza, il bambino non aspira mai ad altro se non ad innalzarsi sugli altri.

Data l'im maturità spirituale e intellettuale del bambino, è naturale che egli possa cadere in tutti gli errori possibili. Anzi, visto che l'agire umano è sempre qualche cosa di incompleto, non mancherà mai l'errore, per quanto esso non si verificherà mai né rispetto alla valutazione della propria situazione né rispetto alla scelta della propria finalità. A ciò si aggiunga che in individui ambiziosi non mancano mai i conflitti, le reazioni, le sconfitte, per il fatto che essi si sono allontanati troppo dalla logica della vita sociale, dalla *verità assoluta*, dal sentimento di solidarietà umana. Ma appunto perciò subentra lo *scoraggiamento*, che

è sempre errore e che nei suoi diversi gradi e tentativi di autodifesa genera, a sua volta, altri ed innumerevoli errori. Noi abbiamo verificato che *tutti i nevrotici non sono altro che degli ambiziosi scoraggiati* e che, tra bambini e adulti, il 90% dell'umanità è in preda allo scoraggiamento.

Il compito dell'educazione è quello di impedire che nel bambino si crei lo stampo sul quale egli possa foggiare la sua aspirazione al dominio e di promuovere, invece, in lui lo sviluppo del sentimento congenito di solidarietà sociale. Secondo la Psicologia Individuale la terapia dei nevrotici, vale a dire degli ambiziosi scoraggiati, consiste in ciò: svelare ai loro occhi i loro errori, abbattere la loro avidità di dominio, risollevare il loro sentimento di solidarietà sociale.

IV

Si potrebbe esser disposti a credere che le nostre concezioni psicologiche siano costituite su di una formula fissa e costante, ad esempio quella sintetizzata nel *sentimento di inferiorità e nelle sue compensazioni*, e che con essa sia possibile risolvere senz'altro tutti gli enigmi della vita psichica. Sì, ma non si perda di vista, con ciò, tutta l'enorme quantità di artifici e di sottigliezze che è necessario usare in una qualsiasi indagine clinica; la varietà dei quali non è assolutamente inferiore a quella che noi ritroviamo nella vita reale stessa. Le idee fondamentali della Psicologia Individuale non rappresentano niente di più che un'indicazione e una guida sicura di ricerca e di terapia. In ogni singolo caso clinico la via dev'essere battuta dal principio alla fine, tutta, e la tenebra rischiarata, fintantoché ricercatore e paziente siano giunti al punto di veder illuminato, come per improvviso miraggio di specchi, tutto il sintetico complesso dell'anima. Non è affatto possibile, di primo acchito, intravedere dove e come, in casi di depressione e di malinconia, ad esempio, agisca la finalità di potenza. Io voglio tentar di seguire questo processo di analisi retrospettiva in un caso di psicosi maniaco-depressiva.

Un uomo di quarant'anni, a complessione atletica, naso lungo, faccia ovale, si lamenta di essere ricaduto per la terza volta in una fase malinconica. Prova nausea di tutto, si sente incapace di attendere alle occupazioni, soffre di agripnia totale da otto mesi, cioè dal principio di questa terza fase, del tutto analoga a due altre fasi pregresse. È sempre triste, giorno e notte; non trova piacere in cosa alcuna ed è completamente privo di stimoli sessuali. Tutto gli sembra "sudiciume". Nel 1918 si era ammalato di mania, la quale, secondo la sua pittoresca descrizione, lo aveva colpito come "una sbornia di champagne". La sua idea dominante, allora, era quella che spettasse a lui il compito di salvare la patria; che a ciò fosse stato deputato dal destino e ch'egli dovesse

perciò diventare “luogotenente imperiale”. Iniziò delle trattative per mandar ad effetto i suoi piani né mancarono elaborati progetti per costruzioni colossali, finché un bel giorno la famiglia si decise a rinchiuderlo in manicomio. Qui, dopo alcune settimane, cadde in uno stato di depressione che durò nove mesi ed ebbe decorso identico a quello della fase attuale.

Si era appena ristabilito e così bene da poter nuovamente dedicarsi a proficuo lavoro, quando subentrò di nuovo la fase maniacale. Questa durò all'incirca quanto la prima e fu seguita da una subentrante fase depressiva. Per la terza volta seguì quasi immediatamente a questa uno stato maniacale ed a questo la fase malinconica attuale. È facile scorgere in tutto ciò l'espressione dello scoraggiamento completo: il *curriculum vitae* del soggetto ce ne offre, del resto, prove e conferme sufficienti. Egli apparteneva ad una ricca famiglia ed aveva avuto per padrino di battesimo un grande dignitario di Stato. Sua madre, ambiziosa natura d'artista, considerava il figlio, fin dalla culla, un genio incomparabile e stimolava fuor di misura l'amor proprio del bambino. Egli era stato sempre il prediletto tra tutti i figli: era naturale dunque che le sue fantasie infantili si fossero sviluppate senza limiti e senza freni. Il suo gioco preferito era quello di “fare il generale”. A suon di tamburo chiamava intorno a sé i compagni di gioco: si costruiva un palco elevato, per il comandante e da questo dirigeva le mosse strategiche. Durante la sua infanzia, e più tardi nella scuola media, egli provava gran rammarico ogniqualevolta i compiti assegnati non gli riuscivano con facilità e con successo: trascurava allora i suoi doveri scolastici e passava il suo tempo distraendosi in lavori di plastica (vedremo in seguito come questi giochi infantili abbiano influito sulla scelta della professione). Più tardi fece il soldato, ma abbandonò ben presto la carriera militare per dedicarsi alla scultura. Quando s'accorse che nemmeno come scultore riusciva a conquistare onori e gloria, cambiò mestiere e si fece agricoltore. Come tale, si mise ad amministrare i possedimenti del padre, ma a furia di speculazioni sballate, finì per trovarsi un bel giorno di fronte ad un vero disastro economico. Ingiuriato dai suoi e trattato da pazzo per le sue folli imprese, si dimise dall'ufficio e si ritirò.

Venuto il dopoguerra con i suoi grossi affari e con le rapide fortune, tutte le sue imprese, ch'egli considerava già perdute, ripresero a prosperare, tanto che una nuova ricchezza così conseguita venne a sollevarlo da ogni preoccupazione materiale. Pareva che anche il suo prestigio si fosse salvato: egli perciò si sarebbe trovato nelle più favorevoli condizioni per dedicarsi di nuovo a un utile lavoro. Ma proprio in questo periodo, invece, egli fu assalito da un altro attacco maniacale che gli paralizzò ogni attività. Il periodo di prosperità era sopraggiunto proprio nel tempo in cui egli si trovava già in stato di completo avvilitamento.

Il soggetto ricorda di aver avuto, nei suoi anni giovanili, un forte “senso di predestinazione”; egli osava persino pensare di esser simile a Dio. Il suo

appartamento era tutto pieno di ritratti di Napoleone, cosa che, a parer nostro, comprovava la sua tendenza al dominio. Allorché un giorno, per illustrargli quale fosse stata la linea direttrice della sua vita, io gli dissi che egli portava in sé un eroe, che dall'epoca del suo scoraggiamento non osava più di mettere alla prova, colpito da questa mia osservazione, mi narrò che già da lungo tempo egli aveva posto sulla porta del suo studio il motto di Nietzsche: «Per tutto ciò che ti è sacro, ti supplico di non scacciare da te l'eroe che porti in petto».

Al riguardo di uno dei problemi fondamentali della vita umana, *quello che riguarda la scelta della professione*, si può scorgere con evidenza in questo individuo il progressivo scoraggiamento dipendente dalle non realizzate e non realizzabili finalità che la sua ambizione gli aveva imposte. Anche se noi non possiamo approvare un simile abbattimento, dobbiamo tuttavia comprenderlo. Come poi venne a trovarsi quest'uomo di fronte al secondo problema fondamentale della vita, *quello dei legami sociali fra individuo e individuo?* Si poteva facilmente presagire che anche qui egli avrebbe fatto naufragio e che la sua superbia avrebbe dovuto renderlo inetto a qualsiasi contatto umano: così che, senza amori e senza odi, a lui non sarebbe rimasto altro, come effettivamente fu, che una posizione di completo isolamento. Persino i suoi fratelli ed i suoi compagni rimanevano freddi nei rapporti con lui, come lui lo era di fronte a loro. Assai di rado, e solo al principio di una qualche nuova relazione, si poteva scorgere in lui un certo interesse umano, il quale però ben presto si dileguava. Egli conosceva gli uomini soltanto dal loro lato più brutto e se li teneva lontani. Questo modo di considerare le relazioni col prossimo, come pure la sua tendenza al dominio, si manifestavano ancora chiaramente nel suo frasario satirico e pungente.

Di fronte al terzo problema fondamentale della vita, poi, egli aveva miseramente naufragato. *Non aveva mai amato e conosceva la donna soltanto come oggetto di carne*. Avvenne così che in giovanissima età si ammalasse, per sua disgrazia, di sifilide cui seguì quasi inavvertitamente una sindrome tabetica abortiva. Anche ciò contribuì, non indifferentemente, a rinforzare il suo avvilitamento. Egli si trovò così preclusa ogni via al trionfo finale, per quanto egli avesse già conseguito trionfi parziali nelle sue prime avventure con donne, nelle gare di scherma, di nuoto, di alpinismo. Come egli aveva allontanato da sé gli uomini, così venne a sentirsi estraneo alla vita, la quale non gli offriva più, da nessuna parte, un punto qualsiasi di contatto. Non era più capace di riconoscere il proprio errore e di porvi riparo: certo era ostacolato, in ciò, anche dalla superbia e dall'eroe che portava in petto.

Io mi trovai così dinanzi un uomo il quale, dopo un primo e brillante slancio nel cammino della vita (slancio che era stato anzi spinto al fanatismo), incominciò a rivelarsi sempre più fiacco, non appena venne ad accorgersi che il proprio orgoglio

veniva compromesso e costretto a lottare sopra un terreno al quale non era stato mai abituato. Conoscendo tutto intero il ritmo della sua vita ed il modo in cui esso si era sviluppato sotto l'influenza delle sue ambizioni, io seppi altresì che tutta l'attività psichica di questo individuo si era dovuta svolgere sotto la servitù di questo ritmo stesso. Per averne una prova, mi feci mostrare la sua scrittura, nella quale si vede, anche senz'essere grafologi, il forte slancio iniziale e la progressiva diminuzione nella dimensione delle lettere in ogni parola.

Ist gemauert in der Erde
Licht der Form aus Leben
lebendig

Altrettanto significativi si rivelano i punti estremi delle sue tendenze, ad esempio nella scelta delle concezioni figurative ch'egli voleva plasmare nella scultura. Così, egli voleva creare un "Adoratore del Sole" il quale con le braccia aperte e protese in alto doveva significare "l'aspirazione al sublime"; come pure una "Tristezza" la quale, piegata fino a terra, doveva "piangere un bene perduto". Ma l'autore non giunse nemmeno ai primi abbozzi. La sua ambizione continuava a sussistere, ma era divenuta impotente e si nascondeva.

Ora, allo stato attuale, tutto ciò che quest'orgoglio, divenuto impotente, può ancora foggiare quando viene ad essere sottratto al contatto col mondo esterno, lo si scorge nelle manifestazioni della sua psicosi. Essa inizia con l'accesso maniacale il quale vuol comprovare a voce alta il suo animo pronto all'azione, ma che appunto, per il suo stesso impeto e per le sue contraddizioni con la logica, ci fa intravedere l'imminente avvilito. Egli si cristallizza nell'ebbrezza della sua avidità di potenza e costringe l'ambiente a mutarsi, a curarsi di lui, a frenarsi nella sua antipatia: tutti rapporti che il malato è incapace di per se stesso di creare, non tollerando il suo orgoglio ferito alcuna azione che sia suggerita dal buon senso e dal senso comune.

Ne consegue immediatamente l'affievolimento delle forze ostentate, per effetto delle stesse condizioni imposte dalla sua linea di condotta. Durante la fase malinconica lo scoraggiamento è evidente. Tutto l'orgoglio è finito e svanito. Nulla riesce più a eccitarlo, nulla a rallegrarlo, nessuna cosa ha più influenza su di lui. Egli si sente freddo ed estraneo di fronte a tutto; pressappoco come già si era sentito nei suoi anni giovanili. La vanità di ogni cosa terrena, l'assoluta mancanza di valore degli uomini e di tutti i rapporti umani è quella vendetta del

suo orgoglio ferito, con la quale egli si sottrae ad ogni potere e influenza e nella quale crede di riuscire, negando sia l'uno che l'altra.

E quanto più egli si lagna di questa svalutazione, tanto più distintamente egli la riafferma. Invece d'innalzare se stesso, egli abbassa gli altri. La realtà aveva opposto delle difficoltà insuperabili alla finalità ch'egli si era proposto di raggiungere nella fanciullezza, ma che era posta troppo in alto. Il suo coraggio e la sua costanza gli erano bastati soltanto nel gioco, nella fantasia, nei facili ed immediati trionfi della vita quotidiana. Giudicato dal punto di vista della Psicologia Individuale, quest'uomo era stato sempre un tipo avvilito e la sua psicosi maniaco-depressiva veniva a essere l'espressione di un più forte scoraggiamento posto nel ritmo immutabile della sua linea di condotta originaria ed univoca.

V

La descrizione che abbiamo fatto del paziente affetto da psicosi maniaco-depressiva ci ha offerto un quadro di perfetta *coerenza e unità*. L'alto livello dove era stato posto durante la sua prima infanzia dalle troppe tenere cure della madre, gli offuscò la visione della realtà e lo indusse a pretendere e ad aspettare sempre il primo posto, considerando questo soltanto come degno di sé. In casa e più tardi anche fuori dall'ambiente familiare non gli fu difficile primeggiare, in grazia soprattutto dell'eminente posizione sociale della famiglia e dell'aiuto della madre, di cui era il prediletto. Ma per la scuola, invece, egli era mal preparato, sia dal punto di vista delle sue ambiziose aspettative, sia per la deficienza della sua preparazione a una vita disciplinata ed all'osservanza dei doveri impostagli da altri, sia infine per il difetto, in lui esistente, di sentimenti sociali e gregari. Così, egli pose ben presto la scuola in ultima linea e la trovò troppo amara e difficile. Una *enuresi* durata molti anni attestò pure quanto egli pretendesse che tutti quelli che lo circondavano, specialmente la madre, si occupassero di lui *anche di notte*, palesando con ciò una sua ben chiara mancanza di spirito d'indipendenza e un'ansiosa preoccupazione dell'avvenire.

Quand'egli entrò nella vita, vi si trovò mal preparato, disposto soltanto a scansare le difficoltà, facilmente scoraggiabile di fronte ai compiti impostigli dalla vita pratica: con tutto ciò animato dalla enorme ambizione di veder realizzata senza pena e senza fatica tutta la potenza che aveva sognato nella giovinezza e di veder esaudite senza sforzo alcuno, come per grazia divina, tutte le grandiose aspettative di trionfi che sua madre aveva sognato per lui.

La realtà della vita gli si oppose. Per tre volte il meschino abbandonò il suo posto di combattimento nella vita, come un vinto. Per sottrarsi alle costrizioni di un amore serio, cadde nelle volgarità dell'erotismo e contrasse una lue. Qui incominciò la disfatta. Una tabe iniziale, l'inabilità al servizio militare durante la guerra, la minaccia di perdere tutta la sostanza per effetto dei suoi fantastici progetti paralizzarono gli ultimi residuati della sua energia. Allorché, per le impreviste stravaganze del tempo di guerra e dopoguerra, tutte le sue imprese, contro ogni sua aspettativa, rifiorirono a nuova vita, egli si trovò già con la volontà totalmente paralizzata. Ma pure allora egli si sentì chiamato a nuove imprese. Incapace di agire sul serio, giunse soltanto a sprofondarsi in miraggi vertiginosi e in frenesie d'azioni degne dei più grandi eroi: cose queste ch'erano state del resto le caratteristiche più perspicue di tutta la sua condotta nel passato e che, come sempre, non ad altro eran riuscite se non a portarlo in rovina. Alla mania si aggiunse la malinconia. Quando quest'ultima andò gradatamente affermandosi (nel linguaggio della Psicologia Individuale, quando il suo coraggio, come avviene sempre dopo una disfatta, cominciò a risollevarsi), egli non trovò attorno a sé, che le amichevoli parole del suo psichiatra il quale lo esortava al lavoro e gli prometteva la guarigione. Di nuovo allora egli si sentì spinto ad agire: anche questa volta, con una ancor deficiente preparazione, per non esser egli in sufficiente misura animato dal suo coraggio. Fu allora che per la seconda volta ricadde nella fase maniacale.

Con la dovuta modestia, ma con tutta sicurezza noi osiamo affermare che solamente una tempestiva terapia a base di Psicologia Individuale avrebbe potuto evitare nel soggetto un secondo attacco. Quest'uomo non era stato malato soltanto nel periodo manifesto della psicosi: *un tale stato morboso non era che l'espressione esagerata del suo stile di vita*, poiché egli era malato, scoraggiato, affetto da un profondo senso di inferiorità anche quando sembrava sano. E si poteva forse pretendere che proprio in simili condizioni egli affrontasse il fronte bellico della vita? Durante la seconda fase di malinconia durata quasi quanto la prima, egli sentì parlare di uno psichiatra il quale sosteneva che la ciclotimia derivasse a preferenza dalla sifilide e dovesse, quindi, esser curata come quest'ultima. Decise allora di assoggettarsi ad una cura antiluetica e, infatti, medico e paziente videro sparire la malinconia. Di bel nuovo, però, e quasi immediatamente dopo, ricomparve lo stato maniacale.

Io assunsi in cura il paziente quando l'ultima fase malinconica durava da quasi cinque mesi. Calcolando la durata degli attacchi pregressi, si sarebbe potuto giudicare, per analogia, che la fase in atto sarebbe cessata da lì a due mesi circa. A me non importava che la malinconia cessasse prima o dopo. Io compresi chiaramente quale fosse il mio compito e non pensai affatto quanto tempo mi sarebbe stato necessario per correggere il suo falso metodo di vita, l'erronea linea di condotta ch'egli stesso si era creata. *Il mio compito fondamentale e*

immediato era quello di incoraggiare il paziente prima di lanciarlo nella vita, se non volevo esporlo al pericolo di un quarto attacco maniacale. Alla fine del trattamento il paziente prese da me congedo. La sua malinconia era sparita; egli trovava già diletto in parecchie cose, faceva delle piccole escursioni in montagna e riusciva a rendersi veramente piacevole in società.

Per quanto riguarda il suo sentimento di inferiorità io l'avevo del tutto tranquillizzato. Egli non era divenuto proprio un seguace convinto del principio dell'eguaglianza dei valori umani propugnato dalla Psicologia Individuale, ma aveva manifestamente acquistato maggior coraggio, aveva compreso e considerato con maggior serietà di prima la differenza che intercede fra il coraggio vero e l'euforia del maniaco. È già passato un anno da allora e nessun attacco morboso si è più ripresentato. Ho appreso dai suoi familiari che sta bene e che è soltanto un po' pigro e svogliato. Per ora il suo coraggio non arriva a far di più.

VI

Ciò che noi possiamo far rilevare di nuovo, in questo caso, anche se per il momento non vogliamo arrogarci il diritto di generalizzare, è innanzitutto questo: che il quadro clinico di una malattia psichica è lungi dall'essere tutto quello che va preso in esame dalla psicopatologia e dalla psicoterapia. Abbiamo anzi potuto metter bene in evidenza il fatto che la sindrome clinica corrisponde allo stile di vita del malato; che riproduce la sua particolare linea di condotta nello stato di salute, che mira invariabilmente a raggiungere l'antica finalità e che, perciò, è da considerarsi né più né meno che come il mezzo più sicuro di difesa contro i possibili insuccessi. È in questo "compromesso", in questa particolare situazione, creatasi in base alla dissociazione di tutti i normali rapporti della vita (tanto che da ultimo vengono ancor più fortemente intaccati e svalutati anche i rapporti logici), che si appalesano, nella loro massima intensità, l'arcaico sentimento di inferiorità e lo scoraggiamento del paziente. Ma come nel gesto dell'angoscia l'individuo viene a manifestare pur sempre anche il suo atteggiamento di resistenza e di difesa, così egli mostra a chiunque (più chiaramente nell'ubriacatura maniacale, meno palesemente nella svalorizzazione di ogni cosa umana durante la depressione malinconica) la finalità ultima della "tendenza al dominio".

Una seconda ed importante osservazione è che la malattia si rende tangibile sempre in un periodo di massimo scoraggiamento; che lo scoraggiamento è sempre comprensibile anche se non sempre giustificabile (poiché se è vero che il paziente è disposto allo scoraggiamento, non esiste mai una ragione obbiettiva e sufficiente); che nella genesi di una malattia psiconevrotica si deve rintracciare sempre una causa *soggettiva*. In terzo luogo (e ciò è importantissimo sia per la

valutazione della dinamica intrapsichica quanto per la direttiva psicoterapeutica) noi abbiamo potuto stabilire che non ci è più permesso di accontentarci del fatto che l'accesso morboso si sfoghi da sé, aspettandone, passivamente, la recidiva. Il nostro compito curativo deve venir risolto in un senso concreto: l'ammalato deve giunger a comprendere che il suo profondo avvilitamento è ingiustificato. Per la esperienza da noi fatta in questo ed in altri simili casi noi possiamo affermare con una certa sicurezza *che non è la malattia che recidiva, ma lo scoraggiamento!* Nel preparare il paziente al rinnovamento della sua futura vita, si deve dunque tenere nel massimo conto questa nostra affermazione.

VII

Sotto un certo riguardo, i nevrotici non sono altro che le vittime di *errori culturali*. Questi errori non sono sorti così per caso, ma traggono le loro origini dalla difettosa organizzazione della società umana. Se noi tiriamo le ultime conclusioni dalle riflessioni fatte più sopra, *sine ira et studio*, come si conviene alla scienza, dobbiamo in ultima analisi affermare quanto segue. *Al sicuro contro lo scoraggiamento con tutti i suoi sintomi concomitanti, anche contro la nevrosi e la psicosi, si trova soltanto chi sia giunto a conoscere la parità di valore di tutti gli individui umani nel pieno possesso delle loro facoltà.* Di differente valore sono soltanto le opere: queste, però, son fatte di preparazione e di risolutezza. Non si riceverà mai vera forza soltanto da disposizioni naturali, ma da una coraggiosa lotta contro le difficoltà della vita. Chi le supera, rimane vincitore!