

## **Sogno, gioco, racconto nella costruzione dell'identità personale e in psicoterapia. Nuovi suggerimenti individualpsicologici<sup>1</sup>**

FRANCO MAIULLARI, MARIKA FRAGAPANE, BIANCA MARIA DE ADAMICH,  
PAOLA CAVASINO, VALENTINA DODERO, ALICE SACCHI, DANIELA BOSETTO

*Summary* – DREAM, PLAY AND NARRATIVE IN PERSONAL IDENTITY CONSTRUCTION AND IN PSYCHOTHERAPY. NEW SUGGESTIONS FROM INDIVIDUALPSYCHOLOGY. This paper is built on two basic principles: that the authentic richness of the human being is his ability to dream and that the patient's dreams enrich our way to practice psychotherapy. However, we believe that the interpretation of dreams still depends excessively on psychological theories suggested by various "Schools" and we consider that, from a scientific point of view, this dependency creates confusion, as well as the risk of devaluing the very meaning of psychotherapy. In order to avoid this impasse, in the article we consider the interlacement between dream, play and narrative, and we call for the chance to build a view of the oneiric world, shared in its theoretical basis by various models. For this purpose, we urge that neurosciences become the "Galilean telescope" for a new Copernican revolution. Together with other fields of research, such as evolutionism, epigenetics and the theory of play, neurosciences could be the drive for a conception of dreaming capable of harmonizing science and imagination, verifiable discoveries and creative openness.

*Keywords:* SOGNO, GIOCO, RACCONTO, INDIVIDUALPSICOLOGIA, PSICOTERAPIA, PSICOANALISI, IDENTITÀ PERSONALE, ARTE DI VIVERE, NEUROSCIENZE, EVOLUZIONISMO

*La mente è fondata nella sua stessa  
attività narrativa, nel suo fare fantasia.*  
(James Hillman, 1984, p. III)

### *I. Premessa. È pensabile andare al di là della psicoanalisi?*

Il sogno è ancora un oggetto psichico misterioso, ma lo è un po' meno grazie agli studi neuroscientifici. La Psicologia Individuale è interessata al mondo onirico perché

<sup>1</sup> Questo articolo costituisce, insieme a [37], lo sviluppo di riflessioni che alcuni di noi stavano preparando per il Convegno nazionale *Il sogno, l'arte e l'arte di vivere*, previsto a Milano per il 4 aprile 2020 (organizzato dall'APIAAM e dalla Scuola di psicoterapia adleriana del CRIFU, in collaborazione con l'Università Cattolica), ma sospeso a causa dell'epidemia da nuovo coronavirus Covid-19, scoppiata tra febbraio e marzo. Ringrazio il Direttore della *Rivista*, Secondo Fassino – uno dei relatori del suddetto Convegno – per l'invito a scrivere questo contributo (F.M.).

esso costituisce un'importante fonte creativa per il sognatore e per la storia analitica che paziente e terapeuta costruiscono, recuperando memorie passate e anticipando prospettive future<sup>2</sup>; lo è come lo sono gli altri orientamenti psicodinamici, ognuno con sue proprie caratteristiche.

Abbiamo il sospetto, però, che i vari orientamenti teorici si frammentino e si confondano sempre di più, per cui possono dare l'idea che nell'interpretazione dei sogni, e di conseguenza in psicoterapia, tutto sia possibile, mettendone così a rischio il valore. Il modo di intendere il sogno, infatti, è rimasto sostanzialmente dipendente dalle teorie di riferimento dei tre principali modelli psicodinamici di inizio Novecento – con un'eccezione di cui diremo – ed è stato (anche) sul senso da dare al sogno che i promotori di quei modelli sono entrati in conflitto, finendo ben presto per separarsi: Freud vi applicò la sua teoria deterministica e pulsionale, Adler la sua visione finalistica e relazionale, Jung la sua concezione archetipica.

Gradualmente, e sempre di più a partire dalla seconda metà del secolo scorso, però, il modello freudiano è andato incontro a un fenomeno curioso: da un lato vi è stata la sostanziale disconferma dei suoi principi più specifici, sia in generale sia in riferimento al mondo onirico; dall'altro vi è stata la sua frammentazione in differenti orientamenti, i quali hanno continuato a definirsi “psicoanalitici”, pur avendo integrato concetti a volte opposti a quelli freudiani, presi anche dagli altri due modelli menzionati.

Questo tipo di sviluppo ha permesso alla psicoanalisi di rimanere la teoria di riferimento principale nella cultura psicodinamica e onirica, almeno nominalmente, visto che nella realtà essa è divenuta una teoria eclettica. Infatti, proprio a causa degli eventi descritti, si fa fatica a comprendere cosa sia la psicoanalisi contemporanea e quale sia il suo discorso sul sogno, che oscilla tra un nucleo freudiano classico, divenuto “essenzialmente inadeguato”, come, ad esempio, scrive anche Grandi (24, p. 89), ma difeso ancora dagli istituti psicoanalitici (vedi nota 18), ed altri che integrano spunti piuttosto differenti. La Psicologia Individuale è coinvolta in questo processo confusivo perché alcuni dei suoi concetti più specifici vengono ormai utilizzati da altri modelli e definiti “psicoanalitici” tout court (l'ultimo esempio pervenutoci è quello che segnaliamo in nota 17).

Molti autori hanno messo in evidenza il suddetto smarrimento teorico: ad esempio, Johannes Cremerius, che già molti anni fa ha parlato di una sclerotizzazione degli istituti psicoanalitici a causa della loro “politica di potere” (12, *passim*), e Allen Frances, che più recentemente ha parlato di “guerre fratricide fieramente combattute tra le scuole psicoanalitiche”, specificando che la psicoanalisi “è in un vicolo cieco” e che “forse è troppo tardi affinché gli istituti psicoanalitici possano riconvertirsi in istituti di psi-

<sup>2</sup> A conferma di ciò, il numero 64 della *Rivista di Psicologia Individuale* è stato dedicato interamente agli Atti del XX Congresso Nazionale SIPI, tenutosi a Torino il 23 e 24 novembre 2007, sul tema “Il sogno tra psicoterapia e neuroscienze”, e coordinato da Gian Giacomo Rovera e Secondo Fassino; in questo articolo vengono menzionati alcuni interventi [17, 18, 24, 35, 47].

coterapia” (22, pp. 459 e 461), mentre altri ne parlano come di un “grande fermento” all’interno della psicoanalisi (14, p. IX). Ci siamo chiesti, quindi, se il senso di quanto sta accadendo sia non tanto di ricchezza, quanto piuttosto di decadenza, e se non siano maturi i tempi per dare un nuovo impulso fondativo alla psicoterapia psicodinamica, partendo proprio dall’interpretazione dei sogni.

Il contributo di questo articolo mira a due obiettivi, entrambi basati sulle premesse che il tema del sogno permette di coniugare scienza e immaginario e che costituisce una specie di *mise en abîme* di ogni teoria psicodinamica. Il primo obiettivo è quello di aggiornare la posizione individualpsicologica sul sogno.

Affrontiamo il tema collegandolo con il gioco, all’interno dello sviluppo filogenetico del pensiero umano e dello sviluppo del pensiero infantile. Riprendendo alcuni dati evoluzionistici e neurofisiologici, oltre ad alcune considerazioni piagetiane, riflettiamo sulla funzione del gioco e del sogno e sul loro graduale organizzarsi nel corso dell’ontogenesi, a livello neurobiologico, psicologico e psicosociale.

Sono la funzione ludica e quella onirica che permettono al bambino di entrare nel mondo simbolico, finzionale e narrativo, per costruire il racconto di sé, cosciente e inconscio, acquisendo le regole della comunità, ma anche l’apertura al desiderio, all’utopia, all’arte e alla creatività. Il secondo obiettivo si riferisce alla confusione di cui si è detto sopra, per cui vogliamo dare qualche suggerimento per uscire da una situazione a rischio. Riteniamo che la riflessione sul sogno sia perfetta allo scopo, perché, come vedremo, può costituire un campo in cui i vari modelli si incontrano, al fine di costruire un tronco teorico comune, o almeno condiviso.

Il tronco comune dovrebbe essere fondato scientificamente, per cui, secondo noi, la sua realizzazione dovrebbe essere guidata dalle neuroscienze e da altre discipline collegate, come la genetica, l’epigenetica, la scienza dell’evoluzione e la teoria dei giochi, al fine di elaborare una specie di *nuovo vocabolario e di nuova grammatica per un nuovo approccio scientifico al mondo onirico*.

Dato che il tronco comune non esaurirebbe affatto il discorso sui sogni, su di esso ogni orientamento potrebbe poi far crescere le proprie narrazioni psicodinamiche, cioè i racconti delle differenti modalità concrete di intendere e di realizzare il lavoro psicoterapeutico su e con i sogni. Si tratta di un cambiamento epistemologico che costringerebbe anche a chiedersi se il termine “psicoanalisi” sia da mantenere, o se non sia invece da storicizzare, perché contribuisce ad alimentare la confusione e impedisce di rilanciare scientificamente le psicoterapie psicodinamiche.

## II. *Il sogno in una prospettiva evoluzionistica e psicodinamica*

L’interpretazione dei sogni deve tenere conto di alcuni dati certi: 1) la funzione onirica è apparsa molto tempo prima dell’uomo e pertanto, nel corso dell’evoluzione delle

specie, è stata selezionata, mantenuta e arricchita, sebbene non se ne conoscano ancora le ragioni; 2) noi sogniamo un paio d'ore per notte (tra fase REM e non-REM), in forma soprattutto visiva, ma dei nostri sogni ricordiamo solo una minima parte; 3) i sogni si formano in alcune strutture neurobiologiche, di cui si conoscono molti aspetti, ma molti altri non ancora: ad esempio, come fanno quelle strutture a generare le immagini? da quali fattori biochimici, neurofisiologici e psicologici sono influenzate? perché solo alcune immagini, o alcune sequenze di immagini, giungono, o vengono catturate, o permangono nella coscienza? e perché permangono a volte in forma del tutto caotica, a volte in sequenze che usiamo interpretare simbolicamente, ma a volte anche in una forma diretta e coerente, esplicitamente collegata con la soluzione di un problema?

Di fronte alle poche certezze e al persistente nutrito corteo di incertezze, riteniamo che le ipotesi più plausibili da sostenere in una prospettiva evolucionistico-filogenetica siano due, cioè che la funzione onirica sia stata utile alla sopravvivenza, e che lo sia stata perché si accorda con la comunicazione.

L'utilità ai fini della sopravvivenza è una speculazione giustificata da una riflessione pressoché tautologica: il fatto stesso che una funzione complessa come quella onirica sia stata garantita e verosimilmente migliorata nel corso di milioni di anni, vuol dire che doveva essere utile. Per quanto concerne poi l'utilità relativa alla comunicazione, consideriamo anche qui alcuni dati certi.

Il sogno è presente in molte specie extra-umane, ma deduciamo solo indirettamente che si tratti di "sogno", per via della presenza del sonno REM anche in molti animali e per il fatto che nell'uomo il sonno REM è collegato con i sogni. Nessun animale, infatti, ha mai raccontato i suoi sogni, ma qualcosa è stato possibile dedurre in base ad alcuni esperimenti sui felini: osservando l'animale, artificialmente preparato per l'esperimento, si è notato che, durante la fase REM, il suo comportamento era caratterizzato da svariati movimenti complessi, ad esempio, come di esplorazione e di attacco, per cui si è ipotizzato che in questo caso l'animale stesse sognando (cioè stesse vedendo e vivendo) delle scene di caccia; l'ipotesi è generalmente giudicata plausibile, per cui questa specie di "racconto indiretto" del sogno di un felino ci permette di sostenere l'idea che la funzione onirica, già prima dell'uomo, possa essere stata selezionata perché utile alla comunicazione<sup>3</sup>. Anche nel caso del sognare del felino, infatti, potrebbe trattarsi di questo: una forma di "comunicazione interna", basata su delle sensazioni e sulle conseguenti azioni, più che su un pensiero elaborato<sup>4</sup>, in base alle quali è come se l'animale si esercitasse, mettendo in atto dei pensieri concreti, al fine di ricordare,

<sup>3</sup> Si tratta di esperimenti in cui sono stati sezionati i centri inibitori dell'azione, attivi in fase REM e all'origine della relativa atonia muscolare; l'animale, di conseguenza, poteva muoversi, per cui si è supposto che i suoi movimenti fossero coerenti con ciò che stava sognando (29, pp. 79-81). Per l'utilità filogenetica del sogno, vedi [26, 28, 29, 38, 46, 47, 48].

<sup>4</sup> Per avere un'idea di quanto qui sostenuto, si potrebbe immaginare una forma di pensiero concreto, generato da visioni oniriche di caccia e basato su impulsi che spingono al movimento (attacco e cattura della preda), una forma di pensiero analoga a quella che caratterizza la fase sensomotoria studiata da Piaget nello sviluppo del bambino [45].

rafforzare ed eventualmente migliorare dei comportamenti utili alla sopravvivenza<sup>5</sup>. L'ipotesi del sogno come strettamente legato a una forma di comunicazione è ulteriormente giustificata se la si confronta con la funzione linguistica, che, nella sua forma non verbale, ha preceduto l'uomo di molti millenni, selezionata, mantenuta e arricchita nel corso dell'evoluzione delle specie.

Entrambe le funzioni, quella onirica e quella linguistica, sono quindi legate alla comunicazione e, di conseguenza, possiamo affermare che sono utili alla sopravvivenza. Infatti, esse arricchiscono – ognuna con differente grado e modo di esplicitazione del messaggio – lo scambio specie-specifico, potenziano le informazioni, contribuiscono a creare e rafforzare il senso di gruppo/comunità, alimentano le variazioni del comportamento e, naturalmente, a mano a mano che ci si avvicina all'uomo, ne sollecitano sempre di più la ricchezza, la creatività e le prospettive, intese come mete cui tendere, realmente o anche in senso finzionale<sup>6</sup>.

Anzi, entrambe le funzioni nell'uomo diventano sempre più complesse, poiché intrecciano una dimensione interna e una relazionale, e inoltre una inconscia, che possiamo indicare come *onirica in senso stretto*, dominante nei sogni notturni, e una cosciente – che non è mai solo cosciente, dato che è sempre sottesa dalla capacità *fantasticonirica* (come l'abbiamo definita in un altro lavoro<sup>7</sup>) – dominante nella vita diurna.

Ma cosa vuol dire comunicare nel caso dell'uomo (filogenesi) e del bambino (ontogenesi), se non entrare gradualmente in una dimensione narrativa per fare pensieri e creare un racconto da condividere? L'uomo è l'essere sociale più performante, proprio perché capace di condividere le proprie esperienze attraverso narrazioni, tanto da permetterci di affermare che egli è *sociale perché è in grado di raccontare, ed è tale perché è sociale: queste due capacità sono strettamente intrecciate e costituiscono la sua essenza progettuale*.

<sup>5</sup> Seppure in modo del tutto limitato rispetto a ciò che avviene nell'uomo, si potrebbe anche ipotizzare che, in sogno, l'animale non metta in atto soltanto dei comportamenti di caccia ripetitivi, ma che possa anche sperimentare creativamente delle variazioni, suscettibili di permanere nella sua memoria (una memoria procedurale che, attraverso Seppure in modo del tutto limitato rispetto a ciò che avviene nell'uomo, si potrebbe anche ipotizzare che, in sogno, l'animale non metta in atto soltanto dei comportamenti di caccia ripetitivi, ma che possa anche sperimentare creativamente delle variazioni, suscettibili di permanere nella sua memoria (una memoria procedurale che, attraverso

<sup>6</sup> Si è osservato che, dopo la distruzione di un formicaio, le formiche si muovono freneticamente, come impazzite, senonché in quella frenesia di scambi esse si trasmettono delle indicazioni utili alla ricerca di un luogo e alla costruzione di un nuovo formicaio (vedi anche nota 9).

<sup>7</sup> Alcuni di noi hanno definito "fantasticonirica" la capacità del pensiero umano di essere, anche durante la veglia, in una specie di stato sognante continuo, di continua *rêverie*, composta da sensazioni, pensieri non ancora formati, elaborazioni preverbal, memorie implicite, *déjà-vu*, intuizioni, sogni ad occhi aperti, illusioni, nuovi pensieri, spinte utopistiche e altre forme espressive della creatività [36]. È una caratteristica che costituisce il sottofondo inconscio, una specie di doppio fondo mentale che accompagna ogni nostro fare e ogni nostro pensare, anche in psicoterapia, un serbatoio immaginario, ricco di elementi inconsci rimossi e non rimossi, verosimilmente anche di memorie sensomotorie arcaiche, incarnate, preverbal e presimboliche in senso piagetiano. Si tratta di una sorta di interfaccia tra le espressioni diurne e più razionali della mente e quelle notturne e più irrazionali, che probabilmente ha fornito all'essere umano, nel corso dei millenni, la possibilità di finalizzare le proprie azioni in senso "dinamicamente adattativo", al fine della sopravvivenza.

Può trattarsi dei racconti più vari – tragici, comici, surreali, seri, edificanti, fantastici – che possono svilupparsi negli ambiti più diversi – letterario, filosofico, scientifico, etico-morale, religioso – e con gli scopi più eterogenei, dal pensare al fare, dal condividere al dominare, dal costruire al distruggere, ma si tratta sempre di racconti che l'uomo comunica a sé e agli altri.

Racconti impliciti ed espliciti, quindi, fermo restando che il racconto dei racconti, quello sotteso a tutti gli altri, il più importante per ognuno e che ogni bambino, crescendo, deve imparare a comporre, è il racconto creativo di sé: un romanzo aperto in cui si narra la storia della propria identità nella forma di un *work in progress*.

Può trattarsi di un diario che viene custodito gelosamente in un cassetto, oppure di un libro che viene offerto al pubblico, o magari di appunti sparsi che nutrono di per sé la mente e che un giorno potranno essere condivisi con uno psicoterapeuta: in ogni modo, ognuno di noi, nel corso della sua esistenza, non si stanca mai di raccontarsi quel racconto [34, 35].

Il sogno, in definitiva, costituirebbe la parte notturna della funzione narrativa, quella che permette alla fantasia e alla creatività di esprimersi libere dai ceppi della razionalità e con una modalità che esula dalle categorie aristoteliche, mentre il linguaggio razionale costituirebbe la parte diurna della funzione narrativa, durante la quale entrano in gioco un'altra sintassi e un'altra grammatica.

Riferirsi alla categoria dionisiaca e a quella apollinea, di cui parla la mitologia greca, può essere un modo mitologico per indicare la parte notturna e quella diurna della comunicazione e della creatività, per quanto esse siano da considerare inestricabilmente intrecciate, perché entrambe sono *all'origine della cultura umana, pur essendone, al tempo stesso, il prodotto*. Lo sanno bene gli artisti, i poeti e gli scrittori che, come vedremo al punto IV, hanno raccontato i loro sogni come se fossero dei giochi narrativi. Ora, se è vero che il sogno è una forma di comunicazione, bisogna chiedersi: dove essa si origina, come si struttura e a chi è rivolta? Domande essenziali per la costruzione di una teoria scientifica sul sogno, a cui diamo un contributo portando in scena il gioco.

### III. *Il gioco nello sviluppo infantile e suoi rapporti col sogno*

Riteniamo che il gioco costituisca un complemento per la comprensione del sogno, anzi, più in generale, della creatività umana, e pertanto, in questo paragrafo, facciamo alcune considerazioni sulla funzione ludica rispetto a quella onirica.

Anche nel caso del gioco la storia inizia molto prima dell'uomo e, seppure con tonalità differenti, le sue espressioni comportano un aspetto cosciente esplicito e un aspetto inconscio implicito.

Il gioco però non si stacca mai del tutto dalla realtà, come invece avviene per il sogno, per cui la dimensione inconscia ad esso sottesa è dell'ordine della funzione fantastico-

nirica che, in nota 7, abbiamo definito come una specie di doppio fondo mentale che accompagna sempre la nostra vita diurna.

La presenza del gioco nella storia della vita è filogeneticamente molto antica, anche se è solo con i primati, e sempre di più a mano a mano che ci si avvicina all'uomo, che alcune attività possono iniziare ad essere definite ludiche, cioè messe in atto ai fini di un piacere sempre più libero e creativo, e sempre meno determinato da "costrizioni genetiche".

Per intendere la relatività evuzionistica di questi concetti, consideriamo ad esempio il gioco della lotta, che i cuccioli dei felini fanno tra loro e con i genitori, e chiediamoci: in questa attività vi è soltanto piacere e libertà, o anche una costrizione interna a esercitarsi, attraverso un'attività senso motoria ritualizzata e geneticamente programmata? In quella lotta siamo indotti a vedere un'attività ludica, ma è evidente che lo facciamo proiettando sull'animale una componente antropomorfa.

D'altra parte, il "gioco" infantile della suzione del dito è finalizzato al piacere o può anche costituire una sorta di costrizione compensatoria, volta, ad esempio, a evocare il seno assente per realizzare quella sicurezza che il rito del succhiare procura al bambino? E il feto che si succhia il pollice, lo fa perché allucina qualcosa di assente o semplicemente per degli iniziali automatismi sensomotori, su cui fioriranno l'immaginario e il simbolico? Come si vede, il passaggio da una ritualizzazione geneticamente condizionata ad attività simboliche è piuttosto complesso, ma ciò che si può dire è che nello sviluppo infantile tale passaggio non avviene mai come se si trattasse di una totale novità. Forse è anche possibile ipotizzare che il cucciolo giochi alla lotta non soltanto per un piacere sensomotorio, ma addirittura "come se" fosse a caccia, cioè fantasticando un'attività predatoria vera e propria.

Ma è chiaro che, se così fosse, dovremmo anche ipotizzare che l'animale abbia la capacità di fantasticare e di anticipare un'azione futura. Ipotesi complesse da dimostrare, anche se una riflessione analoga l'avevamo già fatta in riferimento al sogno di un felino, di cui abbiamo detto in nota 3. Vediamo quindi come certi cambiamenti evolutivi accompagnano sogno e gioco, sia in campo etologico, sia soprattutto nello sviluppo del bambino.

Abbiamo già accennato al fatto che in molti esseri viventi sono presenti delle attività ritualizzate che evocano il gioco. Si vedano, ad esempio, alcuni rituali di seduzione ai fini dell'accoppiamento e alcuni altri ai fini della "regolazione" dell'aggressività distruttiva: si tratta di comportamenti che permettono di comprendere la bellezza di alcune attività motorie dell'animale che sembrano avere anche delle sfumature di libertà e di creatività, per quanto limitate all'interno di precisi programmi genetici. A quest'ultimo riguardo, non si può non essere affascinati dal comportamento etologico detto "tanatosi", attraverso il quale un animale in grave pericolo riesce a salvarsi fingendosi morto, cioè comportandosi *come se* fosse morto.

Questo, per la nostra riflessione, è uno dei comportamenti etologici più interessanti, che addirittura, più ancora del gioco della caccia, potrebbe evocare il gioco simbolico. La capacità genetica di indurre un comportamento come la tanatosi, infatti, è degna di riflessione, in quanto il potenziale simbolico di cui è dotata ci permette di meglio riconoscere nella storia evolutiva del gioco alcune analogie con la storia evolutiva del sogno, uno step ulteriore che sta a indicare la continuità tra genetica, neurobiologia e comportamento, continuità verosimilmente maggiore di quanto si riesca ancora a pensare sulla base delle nostre limitate conoscenze attuali.

Non solo, ma è nostra opinione che, studiando l'evoluzione del gioco, osservabile direttamente, possiamo estrapolare delle ipotesi per comprendere l'evoluzione del sogno, osservabile solo indirettamente a livello neurobiologico (attraverso le fasi REM, non-REM e i mediatori chimici), e ancora più indirettamente a livello psicologico (attraverso gli ipotetici suoi significati), cercando di farci condizionare il meno possibile dalle teorie esplicative che sovente trascurano il *bias* dell'osservatore<sup>8</sup>.

Il gioco è uno spazio psichico in cui il bambino può proiettare molti aspetti della propria esistenza, nelle varie forme che lo caratterizzano, dal gioco sensomotorio, al gioco simbolico, al gioco di regole (45, p. 161). In base agli studi piagetiani sullo sviluppo del pensiero infantile, vi è una continuità tra questi passaggi, i cui cambiamenti non sono né repentini, né globali. Il gioco di semplice esercizio, senza intervento di simboli o finzioni, né di regole strutturate, caratterizza in particolare le condotte animali: ad esempio, quella di un gatto che rincorre una palla, o quella di una madre che gioca con il suo cucciolo, ma senza usare realmente unghie e denti. In questi casi non ha senso pensare che il gomitolo sia il simbolo di un topolino, o che la madre stia fingendo di lottare con il cucciolo.

Qui è come se i movimenti "reali" fossero frenati da altri input, come il piacere della scarica motoria e l'attaccamento per la prole, per cui, scrive Piaget, si potrebbe ipotizzare che queste attività funzionino come "a salve" (*ibid.*, p. 162). Alcuni le paragonano a quelle che precedono, nel bambino, lo sviluppo del linguaggio, e in effetti

<sup>8</sup> Il metodo galileiano si basava sull'osservazione del cielo attraverso il telescopio e non attraverso la filosofia aristotelica e la teologia; forse il nuovo telescopio, nel nostro campo, sono le neuroscienze (vedi nota 14). Ecco cosa scrive Parenti, di riflesso ad alcune tematiche epistemologiche qui accennate: "Se le difficoltà cui ho accennato sono già notevolissime nello studio del comportamento cosciente, esse divengono ancor più drastiche nell'analisi dell'inconscio e particolarmente nell'interpretazione dei sogni, il cui linguaggio mascherato e apparentemente assurdo è soggetto a fattori di condizionamento individuali e collettivi, certamente travisabili qualora non se ne riconosca la mutevolezza e si tenti d'inserirli in una dinamica monotematica preconstituita. Ritengo che le maggiori scuole della psicologia del profondo, ad esempio quelle risalenti a Freud e a Jung, abbiano compiuto un'operazione di questo tipo, creando edifici lucidissimi culturali o pseudofisiologici, di cui non si può negare il fascino e l'impeccabile coerenza interiore, ma che si propongono di assegnare una cittadinanza fittizia e ristretta a fenomeni di assai più vasti contenuti. La psicologia individuale di Adler ha invece affrontato il sogno con maggiore umiltà scientifica, inquadrandolo in quel bisogno di prevedere e d'impostare programmi che distingue la superiorità evolutiva dell'organo psichico umano, ma rispettando l'effettiva libertà di scelta e l'ampiezza dei condizionamenti di ogni individuo. Se ciò le ha procurato accuse di superficialità e di minore eleganza concettuale, ha però fornito agli analisti adleriani uno strumento d'indagine più attendibile e obiettivo, la cui tenuta è sperimentalmente collaudata dalla spontanea comprensione dei pazienti" (43, pp. 7-8).

il gioco d'esercizio sensomotorio è il primo ad apparire in fase preverbale, seguito solo successivamente dal linguaggio e dal gioco simbolico-funzionale del far finta di, del "come se" (*ibid.*, p. 163), riguardo al quale, secondo Piaget, bisogna essere cauti, perché non è da "interpretare" ad ogni costo: "L'ipotesi di un contenuto specifico del gioco [lo studioso ginevrino si riferisce qui al gioco delle bambole di una bambina, ma lo stesso vale per il gioco delle biglie di cui ha appena parlato] non ha più alcun significato: *non si tratta che di una costruzione simbolica a molteplici funzioni, che ricava soltanto i suoi mezzi di espressione dalla materia familiare ma che nel suo contenuto interessa l'intera vita del bambino.* [...]"

Nella maggior parte dei casi, infatti, la bambola non è che un'occasione, per il bambino, di rivivere simbolicamente la propria esistenza, da una parte per meglio assimilarne i diversi aspetti e dall'altra per liquidare i conflitti quotidiani e realizzare tutti quei desideri rimasti insoddisfatti. Possiamo essere certi che *tutti gli avvenimenti*, felici o molesti, sopravvenuti nella vita del bambino, si ripercuoteranno nelle sue bambole" (*ibid.*, p. 157, corsivi aggiunti).

Il bambino impara così ad esprimersi attraverso il gioco, in modo sempre più complesso e carico di proiezioni "personali", muovendosi, oltre la realtà, verso gli spazi dell'illusione [53], ma restando pur sempre al di qua del "puro immaginario", dato che nel gioco egli si esprime in contemporanea con la razionalità della veglia e con il suo sottofondo fantasticonirico, mentre nel sogno egli vola sempre di più al di là di ogni limite: qui tutto diventa possibile perché la distanza dalla ragione cosciente è massima.

Il gioco, quindi, confrontandosi con la realtà diurna, nel corso dello sviluppo infantile ha una sequenza evolutiva più lineare, con un dissolvimento graduale – seppure mai definitivo – del gioco sensomotorio e di quello simbolico, a vantaggio del gioco di regole. Il sogno invece ha un'evoluzione differente, per quanto si possa inferire, dato che fino alla comparsa del linguaggio non abbiamo alcuna idea del contenuto onirico infantile, come non si sa affatto perché la quantità totale di sonno REM occupi fino all'80% del sonno totale del feto di alcuni mammiferi e fino al 50% di quello del neonato umano (38, pp. 78-82); questa percentuale decresce poi nel bambino fino al 25% circa, e appena un poco ancora nell'adulto e nell'anziano (*ibid.*, p. 12).

Questi dati, che vanno ulteriormente interrogati e studiati, sono già di per sé stupefacenti ed è coerente pensare che abbiano un senso importante rispetto alla maturazione cerebrale (29, p. 142); ad esempio, potrebbero deporre a favore dell'ipotesi che il sonno REM "possa costituire la base neurobiologica che permette al feto di organizzare le sue prime esperienze" (38, p. 79).

Rispetto al gioco, quindi, *il sogno viene da più lontano, ma va anche più lontano*, dato che, una volta costituitosi, permane stabile per tutta la vita, continuando a mantenere tutti gli elementi che caratterizzano le varie espressioni ludiche: il sogno, cioè, può

essere l'equivalente di una pura attività sensomotoria, (in apparenza) caotica, finalizzata ad ancora ignote esigenze neurobiologiche<sup>9</sup>, ma può essere anche un'espressione carica di significati simbolici, analoga al gioco del fare "come se", così come può pure essere una specie di equivalente del gioco di regole (questi ultimi tipi di sogno potrebbero corrispondere a quelli con dei contenuti più precisi e strutturati, e più orientati a risolvere delle preoccupazioni esplicite del sognatore, come avviene, ad esempio, in alcuni dei sogni presentati ai punti IV e VI, cioè quelli che si riferiscono ad auspici, previsioni o a veri e propri *problem solving*).

È plausibile ipotizzare, a questo punto, che nella fase più arcaica della vita fetale, prima ancora di ogni accenno a qualsiasi tipo di "gioco", il sonno REM – "grazie a nuove tecnologie, gli embriologi possono visualizzare i movimenti oculari del feto già al quinto mese di gravidanza" (26, p. 159) – possa servire a mantenere attive le strutture neurobiologiche (vedi nota 9), e che allo stesso scopo operi in sinergia con i primi movimenti del feto, quindi, dopo la nascita, con attività sempre più complesse, che comprendono anche le attività ludiche, cioè il gioco sensomotorio, il gioco simbolico e il gioco di regole.

È ipotizzabile che le due funzioni, quella ludica e quella onirica, continuino a cooperare fino allo stadio delle operazioni concrete, come definito da Piaget, potenziando innanzitutto i loro effetti sull'organizzazione neurobiologica cerebrale di base, su cui gradualmente prende corpo l'organizzazione psicologica e psicosociale. Ed è plausibile ipotizzare che, verso la conclusione di questo lungo periodo evolutivo, il gioco perda man mano di valore, mentre il sogno continua a svolgere e consolida la sua azione basale neurobiologica, ampliandone però lo spettro immaginario e le forme espressive. La funzione ludica, in altri termini, accompagnerebbe il sogno nello strutturare la base neurobiologica dell'attività cerebrale, poi nel preparare il terreno verso il simbolico, rimanendo attiva fino al proprio graduale "esaurimento", quando cioè si esprime prevalentemente nel gioco di regole.

A quest'ultimo proposito e a ulteriore dimostrazione dell'importanza del gioco, dopo averne considerato l'intreccio con il sogno nel corso del primo sviluppo infantile, vale la pena accennare all'ipotesi, già allusa da Piaget [45], che il gioco di regole prepari l'individuo a sviluppare competenze più strettamente sociali, legate alla responsabilità, al rispetto dell'altro e alla collaborazione.

<sup>9</sup> Una specie di "attività sensomotoria" delle strutture cerebrali, finalizzata unicamente al rapido scambio tra di loro, qualcosa che evoca il rumore di fondo e le capacità auto-organizzative dei sistemi complessi [9, 10]; una sorta di "esercizi ludici" delle strutture neurobiologiche che, in base a come Piaget intende gli esercizi sensomotori, apparentemente non si direbbero finalizzati ad altro che alla ridondanza del fare. Si potrebbe ipotizzare che un simile funzionamento possa essere operante, al livello più basale, in un sistema complesso come il cervello, con i suoi frenetici e inesauribili scambi, da cui emergerebbero delle informazioni, soprattutto in forma di immagini o sequenze di immagini oniriche, che vengono "catturate" dalla coscienza; ma lo si potrebbe concepire operante anche in un sistema apparentemente caotico come quello che in nota 6 abbiamo chiamato "frenesia del formicaio", una specie di comunicazione interna a quel sistema biologico, da cui emergerebbero delle informazioni che vengono "catturate" dal gruppo (da una ipotetica "mente del gruppo"), utili per la ricostruzione del formicaio distrutto.

In sintesi, mentre l'animale si ferma al gioco sensomotorio, senza possibilità di accedere a quello simbolico (probabilmente con delle eccezioni nello scimpanzé), il bambino, grazie allo sviluppo delle funzioni ludica e onirica, va oltre i comportamenti riflessi e le reazioni circolari primarie (suzione e *grasping*, innanzitutto, quindi lallazione e schemi d'azione sempre più complessi), oltre tutta la fase sensomotoria, ed entra in una dimensione esperienziale sempre più ricca di possibilità.

Esaurita la spinta al consolidamento della funzione simbolica, il *gioco reale* dei primi anni di vita gradualmente si dissolve nei giochi di regole, lasciando il campo al sogno, alla capacità fantasticonirica, ai giochi sociali e a un nuovo *gioco immaginario*: la creatività narrativa.

#### IV. Il sogno come gioco narrativo<sup>10</sup>. Spunti letterari

Come detto nella premessa, il mondo onirico costituisce un'importante fonte creativa per il sognatore e per la storia analitica che paziente e terapeuta costruiscono: "Problema vecchio come il mondo", che ha impegnato "pazzi e saggi, re e mendicanti" (2, p. 236), il sogno ha da sempre affascinato l'uomo, stimolando la sua curiosità e rimanendo a tutt'oggi un tema di grande attualità.

Offriamo qui alcune riflessioni, presentando cinque esempi tratti dalla letteratura che, come sappiamo e come vedremo anche nel prossimo punto, è ricca di riferimenti al sogno e sovente anticipa la psicologia.

*Questi sogni costituiscono un materiale prezioso per riflettere sulla continuità e rispettivamente sul tipo di discontinuità esistente tra i pensieri della veglia e quelli del sogno.* Certamente altri avrebbero potuto fare riflessioni differenti sulle vignette che presentiamo, ma questo è il bello del sogno, cioè che esso si presenta come un regalo che giunge dalla profondità della notte, intorno al quale la creatività del terapeuta può intrecciare numerose trame narrative.

##### IV. 1. Vincent van Gogh. Dipinti di sogni

"Prima sogno i miei dipinti, poi dipingo i miei sogni" è un famoso detto attribuito a van Gogh (50, p. 65). Ossessionato dalle tonalità dei colori che adoperava nei suoi dipinti, van Gogh sosteneva di non riuscire a realizzarle come le avrebbe volute e come le aveva nel suo pensiero, ma spesso, prima di dipingere, gli capitava di sognare i suoi quadri; le immagini del sogno lo guidavano poi nella realizzazione delle sue opere. L'affermazione attribuita a van Gogh vale come conferma del carattere non solo anticipatorio, ma anche *epifanico* del sogno, il quale "prepara il sognatore a risolvere in

<sup>10</sup> Questa locuzione riprende parte del titolo di un lavoro, non ancora pubblicato, in cui si cerca di rispondere alle domande poste alla fine del punto II [37; vedi anche 34]; per inciso, il sogno, da intendere come "gioco interiore del cervello", è già un'eccellente metafora di Piaget, come scrive Jouvét (29, p. 86). Alla stesura del presente punto IV ha collaborato Matteo Baldassin che fa parte di un nostro gruppo di ricerca sui sogni letterari.

modo soggettivo un problema” (5, p. 194), componendo metafore, suggerendo soluzioni ed esplicitando quanto inconsciamente egli sapeva già. Questo riferimento è di particolare interesse perché dimostra che il lavoro cosciente della nostra mente diurna, pur essendo sempre in contatto con il suo sottofondo fantasticonirico, per quanta libertà possa esprimere, deve sempre fare i conti con la realtà e con le regole della comunità.

Il sogno, invece, opera come un serbatoio inconscio, a volte suggerendo al sognatore una soluzione del tutto nuova, a volte offrendo la soluzione con cui la sua mente diurna era ingaggiata. Qualcosa del tipo *problem solving* che ritroveremo negli esempi di Tartini e di Kekulé. Nel caso di van Gogh, il sogno non compone né una partitura musicale, né il simbolo di una struttura chimica, bensì una tela su cui egli inizia a dipingere le immagini e i colori che sono maggiormente in sintonia con il suo sé.

#### IV. 2. *Tartini. Un sogno in musica*

Presentiamo ora il sogno di Giuseppe Tartini (1692-1770), caratterizzato da un particolare svolgimento dove gioco onirico e narrazione musicale s'intrecciano. Il violinista, dotato di una profonda sensibilità artistica, ma oppresso da una famiglia che avrebbe desiderato per lui una vita monastica, tormentato dai sensi di colpa per aver rifiutato tale scelta di vita a favore della passione per la musica, si dedicò interamente allo studio del violino, che assunse spesso per lui le connotazioni di una diabolica ossessione ipercompensatoria, al limite dell'angoscia e dell'annullamento di sé.

Tartini riteneva di non riuscire ad esprimere con il suo strumento musicale ciò che sentiva intensamente nell'anima; così, una notte, tormentato dai soliti pensieri, sogna di aver venduto l'anima al Diavolo, che gli appare d'improvviso, seduto ai piedi del suo letto, dicendosi disposto a soddisfare ogni suo desiderio. Poi, con grande stupore del musicista, inizia a suonare col suo violino una melodia così sublime da lasciarlo estasiato e convinto di non aver mai ascoltato nulla di simile.

L'ultima nota è tale da provocare il risveglio di Tartini che, ancora ispirato dal sogno, afferra il violino e compone di getto *Il Trillo del Diavolo*, uno dei più difficili brani per violino mai composti nella storia della musica, ritenuto ancora oggi dai critici una delle più geniali trovate del Settecento violinistico. Il brano, sottoposto dall'autore a continui perfezionamenti, vide la luce diciassette anni dopo il famoso sogno rivelatore (32, pp. 126-127). Si tratta dunque di un caso molto significativo, dove sogno, memoria e rielaborazione psichica sono protagonisti di una lunga storia musicale.

#### IV. 3. *Flaubert. L'occasione perduta*

La vita di tutti noi è costellata di preoccupazioni e paure; laddove durante il giorno riusciamo a controllarle, la notte esse si fanno spazio nei sogni e trovano la strada per esprimersi liberamente. Perché questo accade e che funzione hanno i sogni?

Quello di cui si parla in questo caso è possibile intenderlo come un ammonimento che mette in guardia il sognatore da atteggiamenti disfunzionali, ma anche come luogo

protetto in cui sperimentare le paure senza preoccuparsi delle conseguenze. Il sogno diventa così un terreno di prova, ma anche uno strumento per ridimensionare la propria paura, razionalizzarla e, successivamente, sentirsi pronti ad affrontarla. A Marie Arnoux, una delle protagoniste dell'opera di Flaubert *L'educazione sentimentale* [20], accade proprio questo. Marie è un'affascinante donna sposata con l'editore cinquantenne Jacques Arnoux. Frédéric è un giovane di diciotto anni. I due si incrociano su un battello e si innamorano follemente.

È a questo punto che Flaubert ci racconta il sogno della donna: “La notte precedente Marie s'era sognata di trovarsi, già da parecchio tempo, sul marciapiede di rue Tronchet. Era lì ad aspettare qualcosa di indefinito ma, al tempo stesso, d'importante, e temeva, senza sapere il perché, che qualcuno potesse vederla. A un tratto un dannato cagnolino le si scagliava contro e addentava l'orlo della sua veste. S'ostinava, abbaiando sempre più forte. Madame Arnoux si era svegliata. Il cane continuava ad abbaiare. Tese l'orecchio: veniva dalla camera del bambino. Vi si precipitò a piedi nudi; era lui, in preda a un accesso di tosse” (20, p. 246).

Ecco quindi che nel sogno Marie assiste alla reificazione di una sua grande paura: quella di essere vista sul marciapiede in attesa del suo amato Frédéric. In realtà, il ragazzo non compare nel sogno, proprio come la storia tra i due non arriverà mai a compimento, ma resterà platonica. Potremmo spingerci ad ipotizzare che il cane morda Marie per portarla a muoversi, ad agire, e che funga così da stimolo simbolico per terminare l'attesa; ma potremmo anche pensare che esso rappresenti un ammonimento a non diventare una “donna da marciapiede”, ammesso che ai tempi di Flaubert valesse questa locuzione.

Sta di fatto che le circostanze e la mancanza di coraggio dei due protagonisti non permetteranno la realizzazione del loro amore, e questo rappresenterà per sempre il loro più grande rammarico. Ecco allora che il sogno si riferisce sicuramente alla possibilità di un cambiamento, desiderato e/o temuto, ma, perché ciò accada, è necessario che il sognatore si connetta con i propri desideri e con le proprie paure.

#### IV. 4. *Allende*

Tra sogni erotici, cibo e scrittura terapeutica. Isabel Allende trascorse quattro anni molto difficili durante la lunga malattia della figlia Paula e dopo la sua tragica morte, avvenuta nel 1992. In quei momenti aveva la forte “sensazione che il mondo avesse perso i colori e che un grigio universale si stendesse inesorabile sulle cose” (8, p. 25): un tunnel di disperazione da cui riuscì a riemergere grazie alla scrittura, ma “ricomparvero le prime pennellate di colore” (*ibid.*) quando all'improvviso cominciò a sognare di cibo e di giochi amorosi, intrecciando la propria capacità fantasticonirica con la vita onirica vera e propria, come risulta da questo passo: “Una notte del gennaio 1996 sognai di tuffarmi in una piscina colma di riso al latte in cui nuotavo con la grazia di un delfino. È il mio dolce preferito – il riso al latte, non il delfino – tanto che

nel 1991, in un ristorante di Madrid ne ordinai quattro porzioni e poi una quinta, come dessert. Le mangiai senza batter ciglio, con la tenue speranza che quel nostalgico dolce della mia infanzia mi aiutasse a sopportare l'angoscia della grave malattia di mia figlia. Né la mia anima né mia figlia ne trassero giovamento, ma nella mia memoria il riso al latte rimase associato al conforto spirituale.

Nel sogno, invece, non c'era nulla di sublime [*nada había de elevado*]: mi tuffavo e quella crema deliziosa mi accarezzava la pelle, scivolava tra le mie pieghe e mi riempiva la bocca. Mi svegliai felice e mi gettai su mio marito prima che il poveretto potesse rendersi conto di quello che stava succedendo. La settimana successiva sognai che posizionavo Antonio Banderas nudo su una tortilla messicana, lo condivo con *guacamole* e salsa piccante, lo arrotolavo e me lo mangiavo con avidità.

Questa volta mi svegliai terrorizzata” (*ibid.*, p. 24). I due sogni portano in scena cibo ed erotismo, due piaceri – uno ipercompensatorio e l'altro represso nella vita dell'autrice – che qui sembrano esplodere, tra delicatezze e perversioni che trasformano l'eros in un atto cannibalico. Il primo sogno è legato a sensazioni di piacere per un cibo del tutto particolare – che Allende amava molto già da bambina – al cui ricordo aveva fatto ricorso anche per tentare di lenire magicamente il dolore; nel sogno se ne serve simbolicamente per vivere sensazioni di piacere che coinvolgono tutto il corpo, attraverso parvenze mimetiche di giochi amorosi, che al risveglio prorompono in una vitalità erotica vissuta con felicità. Tuttavia, la specificazione *nada había de elevado* “non c'era nulla di sublime”, o meglio “di nobile, di elevato”, lascia intravedere qui un'ambivalenza, un conflitto interiore forse legato alla storia della rigida educazione subita, come si evince anche dal fatto che definiva *truculencias* “nefandezze” i suoi sogni.

Nel secondo sogno l'ambivalenza diviene drammatica, tra desiderio e terrore, dato che esso è proprio truculento, nella forma più selvaggia dell'eros cannibalico che fa pensare alla mantide religiosa nell'atto di divorare il maschio dopo o durante l'accoppiamento. Ci si può interrogare sull'origine di queste fantasie rimosse che la scrittrice realizza in sogno, ma non è questo il contesto, sebbene non si possa non vedere che siamo in presenza di un materiale psichico ricchissimo per riflettere teoricamente sulla continuità tra pensieri diurni e notturni, sulle pulsioni e le relazioni, sulle dinamiche inconse, sui sogni come realizzazione di desideri erotici rimossi, sui sogni come indicatori prospettici di una sessualità contraddittoria, che forse mette in guardia la sognatrice nei confronti di pulsioni aggressive e di desideri trasgressivi inconfessabili e pericolosi, vissuti come *truculencias*.

Certo è che se un paziente portasse questo materiale in terapia ci sarebbe molto su cui lavorare per costruire il racconto di quella terapia. Allende, però, rifiutò il consiglio della madre di recarsi da uno psichiatra, o da un cuoco, e scelse di costruire un suo racconto, affidandosi alla forza catartica e terapeutica della scrittura: uno dei frutti sta proprio nella raccolta di ricette afrodisiache e di storie erotiche dal titolo *Afrodita*.

#### IV. 5. *Kekulé*

Una storia fantasticonirica. Riportiamo per ultima la storia onirica più nota tra i sogni orientati a una soluzione prospettica; essa è caratterizzata da un'importante quota creativa, attraverso la quale il chimico tedesco August Kekulé (1829-1896), nel 1865, ipotizzò per primo, simbolicamente, la struttura ciclica del benzene.

La storia è molto interessante, vuoi perché non è chiaro se si sia trattato di un sogno vero o inventato, vuoi anche per il fatto che il sogno, narrato da Kekulé nel 1890 nel corso di una festa, sarebbe avvenuto nell'inverno del 1861-1862; senonché pare che egli, già nel 1858, avesse pubblicato un articolo in cui citava un chimico francese, August Laurent, che aveva ipotizzato e disegnato una struttura esagonale del benzene.

Quindi abbiamo un complesso intreccio tra vita diurna e vita notturna, con una prima traccia della soluzione, un ulteriore lavoro di ricerca, fino alla pubblicazione della soluzione stessa. Ecco il sogno di Kekulé, come da lui raccontato nel 1890: "Ero seduto intento a scrivere, ma il lavoro non progrediva; i miei pensieri erano altrove. Girai la sedia verso il camino e mi appisolai. Di nuovo gli atomi giocavano di fronte ai miei occhi [...]. Il mio occhio mentale, reso più acuto da questa ripetuta visione, era ora in grado di distinguere strutture più grandi di multiforme conformazione; lunghe file talvolta sistemate più strettamente, tutte sinuose e ricurve come il moto di un serpente. Ma guarda! Che cos'è? Uno dei serpenti aveva afferrato la sua stessa coda, e la forma girava beffardamente davanti ai miei occhi. Come per un lampo improvviso mi risvegliai e passai il resto della notte a elaborare la mia ipotesi" [31]. Il sogno citato forse è una storia di pura fantasia, ma proprio per questo è utile annoverarla qui, per dimostrare come anche uno scienziato possa giocare con i sogni.

#### V. *La costruzione dell'identità personale tra sogno, gioco e racconto. I tre compiti vitali*

In che maniera dall'intreccio gioco-sogno dei primi anni di vita si originano la funzione narrativa e la creatività, e in che senso tutto ciò contribuisce a costruire l'identità personale, o meglio il racconto dell'identità personale? Come si intreccia tutto questo con ciò che gli altri pensano e raccontano di noi? Un'affermazione di Adler ci introduce nella complessità pirandelliana di queste tematiche, sottolineando che l'uomo crea la propria personalità, per cui egli è allo stesso tempo "sia l'opera che l'artista" (3, p. 4).

Adler sostiene inoltre che vi è continuità e sovente sinergia tra le varie funzioni psichiche, anche nelle loro componenti coscienti e inconscie, per cui si tratta ora di applicare questo principio al gioco e al sogno, alla capacità fantasticonirica e alla creatività, ai fini della costruzione dell'identità personale. Lo facciamo in modo molto sintetico, prendendolo spunto da un apologo con cui Nabokov fa iniziare la letteratura.

Lo scrittore russo fantastica che la letteratura non sia nata il giorno in cui un ragazzino corse via dalla valle di Neanderthal, inseguito da un grande lupo grigio, gridando "Al

lupo, al lupo”, bensì il giorno in cui quel ragazzino scappava e gridava, però “senza avere nessun lupo alle calcagna” (41, p. 42). E noi aggiungiamo che forse quel ragazzino lo fece dopo averne avuto un’esperienza reale, o averne ascoltato un racconto, magari il racconto del sogno di un anziano della comunità; inoltre, che forse lo fece dopo averlo fantasticato, o sognato a sua volta come un incubo, o come una compensazione catartica<sup>11</sup>, e che, dopo la prima volta, potrebbe aver continuato a farlo per gioco, avendo osservato la reazione divertita della comunità in cui viveva, la quale, magari, istituì in seguito dei giochi e dei rituali *ad hoc* per esorcizzare la paura nei confronti di quegli animali.

L’interesse di questo apologo è del tutto speciale, perché, come si può intuire, esso tocca numerosi aspetti della nostra riflessione. Tocca innanzitutto il tema della finzione, quello che verosimilmente interessa di più a Nabokov. Senonché, per lo scrittore, finzione traduce il termine inglese *fiction*, cioè finzione narrativa, racconto, romanzo, quindi letteratura, motivo per cui con l’esempio dell’apologo egli fa nascere la letteratura: quel ragazzino inventa un racconto di fantasia. A dire il vero, la letteratura potrebbe essere nata anche con un racconto serio, o serio-faceto, ma il bello qui, per noi, è che possiamo “giocare” creativamente con un termine che sappiamo quanta importanza abbia nella teoria adleriana.

Il racconto letterario, in un certo senso, è uno degli ultimi anelli della catena semantica connessa con il termine “finzione”; è uno dei prodotti finali della creatività che, come abbiamo detto alla fine del punto III, deve essere *pratica e narrativa*, cosa che diventa un tutt’uno proprio nel caso della letteratura. In altri termini, se la vita umana è definita dalla capacità di raccontare, quella dello scrittore è l’unica professione artistica che esprime il lato pratico della sua creatività esattamente come prodotto di quella capacità; un architetto, ad esempio, non esprime la sua capacità narrativa solo raccontando di costruire una casa o una città, ma la esprime costruendole realmente, e quelle diventano per così dire il suo romanzo, cioè l’espressione concreta della sua creatività narrativa.

In entrambi i casi, comunque, sia lo scrittore, sia l’architetto, operano con una mente diurna razionale, direttamente sottesa dalla loro capacità “altra” (vedi nota 7) e meno direttamente da quella onirica<sup>12</sup>.

<sup>11</sup> Piaget, a questo proposito, parla di giochi che servono a liberare dai conflitti, “mediante una soluzione di compensazione o di liquidazione, mentre l’attività seria è alle prese con dei conflitti che essa non può eludere” (45, p. 217).

<sup>12</sup> Restando che, come lo scrittore, anche l’architetto proietta nell’opera le sue memorie coscienti e inconscie, passate e prospettiche, motivo per cui Borges può dire che nell’immagine della casa o della città l’architetto intravede in filigrana il proprio volto. Teniamo presente, comunque, che questo interscambio trasformativo autore-opera non concerne solo lo scrittore e l’architetto, ma anche ogni altra persona, compreso lo psicoterapeuta. Forse le trasformazioni, tra continuità e discontinuità, si estendono anche ad alcune funzioni psichiche come sonno/sogno e veglia, e in questo senso si potrebbe intendere la seguente affermazione di Adler: “Il sonno è parte della vita, e noi non sappiamo se il sonno è una variazione dell’essere svegli, o se la veglia è una variazione dell’essere addormentati” (6, p. 160), un pensiero sibilino che ha l’andamento di un *koan* orientale, o di un motto eracleo: “La stessa cosa sono il vivo e il morto, il desto e il dormente, il giovane e il vecchio: questi mutando trapassano in quelli e quelli ritornano a questi” (16, fr. 22).

L'apologo di Nabokov ci fa poi riflettere sulla struttura psichica paradossale con cui è costruita la *fiction* narrativa del ragazzino; essa, infatti, è vera e falsa nello stesso tempo: è una vera *fiction*, quindi una vera opera di invenzione creativa, proprio perché è falsa, ossia perché non corrisponde al vero. La narrazione, in questo caso, corrisponde alla negazione della realtà, cosa impossibile da fare, ad esempio, per l'architetto di cui abbiamo detto sopra, perché sarebbe come se egli progettasse di "non" costruire una casa.

Ci chiediamo, allora: da dove proviene la complessa capacità narrativa del ragazzino di Nabokov, che può servirsi di una finzione di primo livello, come avviene nel gioco del "come se" (un bambino scappa, inseguito da un altro bambino, come se questi fosse un lupo), ma anche di una finzione di secondo livello (metalivello), giocando a fingere di essere inseguito da un lupo che non c'è? In questi casi usiamo parlare di "inventiva", di "creatività", termini generici che tentano di afferrare qualcosa di incommensurabile.

Ma ci possiamo anche chiedere: per giungere ad elaborare delle strategie narrative di metalivello, su quali memorie il bambino si basa? Inoltre, le sue memorie sono basate sulla sua esperienza, sul racconto di esperienze altrui o su entrambe le cose? E ancora: nella ripetizione di un racconto di primo o di secondo livello, in che maniera si intrecciano la funzione ludica e quella onirica, il piacere e il potere di determinare un gioco, le motivazioni psicologiche personali (coscienti e inconse) e quelle psicosociali, rispetto al gruppo di riferimento?

È il gruppo, in fondo, che sancisce il valore di un racconto, letterario o architettonico, ma anche di qualsiasi altro racconto, compreso il racconto di sé; lo valuta e lo integra, o lo rigetta, perché ogni comunità ha una sua propria ideologia, con i suoi miti e i suoi riti, in cui è anche compresa la "definizione" implicita di creatività.

Ed è all'interno di questo spazio socioculturale che il ragazzino della valle di Neanderthal costruisce la propria identità personale, finalizzata già nel suo caso alla realizzazione di quelli che Adler chiama i tre compiti vitali (5, *passim*, in particolare pp. 13 e 47-48): l'amore, l'amicizia e il lavoro. Infatti, possiamo immaginare che, con la sua fervida capacità inventiva, quel ragazzino potrebbe essere stato integrato nel gruppo fino a diventare un aedo, un mago, un sacerdote che parla con gli spiriti o un capo che promuove un nuovo rituale, ma potrebbe anche essere stato emarginato come un "matto" che racconta delle cose inesistenti.

L'insieme di questi aspetti, come sottolinea Rovera, "inerisce (oltretutto agli aspetti neurobiologici) ad una psicosociologia del sogno di tipo culturale, e si avvale di metodiche rivolte al *folklore* ed al *mito*. Il che permette una ricostruzione originale della simbologia del mito" (47, p. 135).

Terminiamo queste brevi osservazioni sulla costruzione dell'identità personale – che, al di là del ragazzino di Nabokov, riguardano ognuno di noi e ogni nostro paziente

– affermando che la vita è ambivalente e contraddittoria, ma che il problema non è questo, bensì il fatto che noi lo sappiamo e riflettiamo su questo sapere. Per dirla in forma adleriana, noi viviamo in una dimensione autoreferenziale, perché siamo degli artisti sempre sollecitati a pensare e a mettere in gioco l’impensabile di sé.

Tale ambivalenza può giungere fino al punto di esprimere/vivere una finzione di finzione, o una finzione che nega se stessa, e abbiamo anche detto che questo è possibile solo in letteratura; infatti, nel caso di un architetto, è difficile costruire una “non” casa, come invece può fare uno scrittore (pensiamo solo ad *Alice nel paese delle meraviglie* di Lewis Carroll). Eppure, in un altro campo artistico, la pittura, è proprio quello che hanno fatto, ad esempio, Malevič nel 1918 con la “non” opera intitolata *Quadrato bianco su sfondo bianco*, e Magritte nel 1928-1929 con la composizione “Il tradimento delle immagini”, in cui dipinge una serie di pipe, ognuna intitolata *Ceci n’est pas une pipe*, commentate in [21]. E forse anche in altre attività artistiche, compresa l’arte di vivere, la creatività può esprimersi in forme incoerenti e contraddittorie, proprio come avviene in sogno.

#### VI. Contributo clinico

Si discute ancora sull’esegesi del sogno, ma oggi si tende a considerarla come estremamente varia, polimorfa e non riconducibile a una rappresentazione schematica: il sogno appartiene a chi lo fa, è assolutamente soggettivo e, partendo dallo stile di vita dell’individuo, può contenere la sua memoria, il suo presente o la sua rappresentazione del futuro. È una scena teatrale, in cui noi vediamo agire noi stessi, ma dove, in realtà, agisce la parte “altra” che è in ciascuno di noi, quella parte che ci accompagna nel percorso della nostra vita e attraverso la quale, in sogno, riusciamo a essere *chiunque*, ad andare *dovunque* e a mettere in atto azioni che nella realtà non riusciamo a compiere.

Nel caso clinico che segue vengono sottolineati soprattutto due aspetti del sogno: l’aspetto narrativo, attraverso il quale i pazienti si raccontano – ciascuno secondo un suo proprio codice – e l’evoluzione che, attraverso il sogno, essi evidenziano nel loro percorso terapeutico. Entrambi gli aspetti sono fondamentali lungo tale percorso. Attraverso la narrazione di sé, il paziente, guidato dal terapeuta, impara ad attribuire significati all’esperienza onirica e a comprendere gli eventi che hanno segnato la sua vita, giungendo anche a modificare l’idea che si è costruito di se stesso.

Divenire capace di raccontarsi in terapia segna l’ultima tappa dello sviluppo del Sé e lascia emergere una nuova identità, dotata di quel potere creativo che permette alla mente di realizzare progetti e trovare soluzioni, secondo una concezione della vita teleologicamente impostata. Raccontarsi aiuta inoltre la coppia terapeutica ad approfondire la conoscenza reciproca, ponendo i necessari presupposti per una relazione d’aiuto. In tal senso l’uso del materiale onirico potrebbe risultare utile anche nelle psicoterapie a tempo limitato, come suggerisce Ferrero, tenendo conto, però, “della brevità del tratta-

mento e della scelta di limitare al focus gli obiettivi del lavoro terapeutico” (18, p. 66). Altrettanto importante è l'aspetto evolutivo che il sogno lascia intravedere: lungo la terapia, infatti, esso segna spesso le tappe di una svolta, di una crescita che, poco alla volta, porta il paziente alla comprensione delle problematiche che lo affliggono, suggerendogliene talora la soluzione; il sogno, inoltre, evidenzia la trasformazione del suo mondo interno, che si accompagna non solo alla graduale scomparsa del sintomo, ma anche alla scoperta di quei meccanismi che determinano la sua inadeguatezza nell'affrontare le difficoltà dell'esistenza, permettendogli così di riappropriarsi della libertà interiore e della capacità di soddisfare i tre compiti vitali.

*Giancarlo: un disturbo ossessivo-compulsivo*

Giancarlo (in seguito G.) è un uomo di 41 anni quando entra in terapia, inviato dal suo medico di base. Soffre, da più di un anno, di un disturbo ossessivo-compulsivo che, apparentemente gestibile all'inizio, è andato poi peggiorando, fino ad inibirlo nello svolgimento dei suoi compiti più elementari.

Proveniente da una famiglia agiata e laureato in biologia, ricopre un ruolo direttivo nella sua azienda, che si occupa di emoderivati per uso farmacologico, similmente a sua moglie, che lavora con analoghe mansioni presso una multinazionale. G. afferma che la sua paura più grande è quella di poter “infettare” il suo bambino, di 16 mesi, dato l'ambiente in cui lavora: pertanto si protegge, detergendosi di continuo con disinfettanti che gli hanno provocato gravi danni alla pelle in tutto il corpo, e si sottopone a rituali che lo impegnano per ore, volti a scongiurare il temuto pericolo.

Nelle prime sedute, G. racconta del suo contesto familiare – i genitori e la sorella, di cinque anni minore di lui – in un modo estremamente positivo. Ne emerge il quadro di una famiglia apparentemente serena, in cui G. è sempre stato al centro dell'attenzione, “perché bravo in tutto”, ed ha avuto maggiori cure e privilegi rispetto alla sorella, di cui tuttavia è sempre stato geloso. Anche il suo rapporto con Liliana, sua moglie, sembra positivo: G. la descrive come una mamma attenta e una compagna eccezionale, che – fino alla nascita del bambino – si è dedicata interamente a lui, “evitandogli ogni noia domestica” e cercando quasi di “indovinare e anticipare i suoi desideri”.

All'età di sei mesi, il bambino contrae una grave polmonite e rimane in ospedale per quasi otto settimane; in quel periodo Liliana perde il padre, colpito da infarto, e si trova costretta a dividersi tra il sostegno alla propria famiglia in lutto e l'assistenza al bambino in ospedale, nonché il suo lavoro e la cura della casa. G. afferma di averla vista esausta e di averne ammirato la forza e il coraggio, sottolineando che “lui, al suo posto, sarebbe crollato”.

È in quel periodo che la sua nevrosi ossessiva, sino ad allora contenuta, si acuisce. G. ricorda di avere iniziato a sentirsi “insofferente” a tutto e di avere associato la cosa alla paura, sempre più forte, di costituire un pericolo per il suo bambino, al quale,

peraltro, non vuole più avvicinarsi. Ormai evita di toccare qualsiasi cosa e, se costretto a farlo, ricorre subito ai suoi rituali. Sua moglie comincia a non sopportare più la situazione e tra i due iniziano screzi, liti e ripicche, seguiti dalla velata minaccia di una separazione. G. non accetta l'idea di essere geloso di suo figlio – cosa che la moglie gli rinfaccia – né vuole ammettere il senso di inferiorità che prova nei confronti di lei, tema che è stato affrontato più volte in terapia.

La situazione si complica sempre di più e G. inizia a lamentarsi di incubi notturni e di sogni ricorrenti, nei quali, seppur in contesti diversi, egli si vede in pericolo, ma non può mettersi in salvo perché “assolutamente paralizzato” e “abbandonato da chi dovrebbe comprenderlo e supportarlo”. Piange, addossando la colpa di tutto alla moglie, che “lo trascura da quando è nato il bambino, forse perché non lo ha mai amato abbastanza”. Il suo malessere è palpabile.

La situazione è a questo punto quando G., durante una seduta, dice di aver fatto un sogno che lo ha lasciato “confuso e scosso”.

Visibilmente emozionato, racconta: “Ho sognato che Liliana ed io, tornati dal lavoro, entravamo insieme in camera e ci buttavamo sul letto – di traverso, vestiti e dandoci la mano – come per riposarci qualche minuto. Parlavamo rilassati, come non succedeva da tempo: lei mi spiegava delle cose, sorridendo serena, come faceva all'inizio del nostro rapporto; poggiava la mano sul mio braccio e io desideravo che tutto tra noi tornasse come prima. D'un tratto lei, come riscuotendosi, mi dice che dobbiamo andare; poi si alza per prima, esortandomi a fare lo stesso, ma io non ci riesco: non ne ho la forza! Così lei mi prende per un braccio, costringendomi a mettermi in piedi, e, a quel punto, mi accorgo di qualcosa che mi lascia sconcertato... Liliana mi appare come è nella realtà, ma la mia figura è diversa: è come se io non fossi me stesso in carne ed ossa, ma soltanto ‘una forma’, un modello di carta senza consistenza... sa, quei modelli in carta velina che fanno le sarte prima di tagliare la stoffa... Liliana sembrava non accorgersene, ma era lei che, dopo avermi tirato su dal letto, mi teneva in piedi stringendo la mano attorno al mio braccio (di carta!). Continuava a parlarmi non so di che cosa... e sembrava non rendersi conto della mia inconsistenza! Ho pensato che, se avesse aperto la mano, io – quella ‘forma’ – sarei scivolato ai suoi piedi... mi sono svegliato di soprassalto: ero spaventato, in un bagno di sudore e... arrabbiato! Liliana dormiva accanto a me... e mi è venuto da piangere...”.

Due notti dopo, G. sogna di essere a un funerale: “Sto seguendo un feretro: è una piccola bara bianca, quindi si tratta certamente di un bambino, ma, nel sogno, ero stranamente consapevole che dentro ci fosse mio figlio. Non capisco, però... ero distaccato e distratto, come se la cosa non mi riguardasse... mi sveglio con un senso di frustrazione e, insieme, di disperazione...”.

I due sogni sono come un'illuminazione nella mente di G., dove, poco alla volta, comincia a farsi strada la verità: il senso di inferiorità nei confronti della moglie – più

forte di fronte alle difficoltà – che egli cerca di mascherare con l'ammirazione (“io, al suo posto, sarei crollato”); la propria inadeguatezza e le proprie fughe al presentarsi dei problemi; il rancore nei confronti di suo figlio, che gli ha rubato le attenzioni, ve-  
lato dalla paura di danneggiarlo e dalla preoccupazione di proteggerlo.

Si tratta di visioni fugaci – poche immagini, in fondo, anche se forti, che scorrono via veloci, lasciandosi dietro una scia di confusione e di dolore – ma il racconto che ne segue anima la scena come una rappresentazione teatrale, che prende vita arricchendosi di nuovi contenuti, conferendo significato al tutto e dando a G. la consapevolezza dei suoi errori e della prigione in cui si è chiuso.

Delle immagini del sogno, che potremmo anche dimenticare,  
“qualcosa resta: restano i sentimenti che i nostri sogni hanno fatto sorgere [...],  
le sensazioni che esso lascia dietro di sé”, afferma Adler,  
specificando che lo scopo del sogno è anche in quelle sensazioni,  
e che a volte “non è importante il sogno in se stesso,  
mai pensieri che sono alla base del sogno”.  
(Adler, 1931, pp. 79 e 78)

Il racconto che G. ha fatto della sua infanzia e del periodo che precede la nascita del bambino ci danno chiaramente un'anteprima della sua malattia. La psicologia adleriana, seguendo il suo orientamento finalistico, individua nella nevrosi ossessiva una compensazione patologica, volta al conseguimento di una sicurezza, che tuttavia risulta essere precaria: il paziente è caratterizzato da un esagerato individualismo e da un'aspirazione eccessiva verso la superiorità personale, come compensazione al proprio sentimento di inferiorità; emerge che egli è stato spesso un bambino viziato, sottolinea Adler, e posto al centro dell'attenzione, cosa che alimenta il suo narcisismo e determina in lui una scarsa disponibilità ad affrontare le frustrazioni affettive, di fronte alle quali ha un atteggiamento di difesa e di fuga.

Il confronto con gli altri, da cui esce perdente, aumenta in lui il senso di inferiorità e la “distanza” nevrotica dai propri simili. Sono aspetti che, nel corso della terapia, G. riconosce nel suo atteggiamento, tornando più volte, con l'aiuto del terapeuta, al racconto dei propri sogni “rivelatori”. Partendo non solo dalla rielaborazione di quel racconto, ma anche e soprattutto dalle immagini oniriche che il suo inconscio ha “scelto”, riuscirà poi anche a ricostruire un pezzo di storia del suo vissuto familiare, riconoscendo il senso delle proprie finzioni e il sentimento di inferiorità da cui era dominato, e arrivando infine a comprendere che la possibilità di affermare se stessi passa attraverso la cooperazione con gli altri.

Dal momento in cui G. racconta i due sogni, sembra acquisire una nuova consapevolezza e si avvia sulla strada del cambiamento. Diviene più collaborativo nella terapia, pur essendo cosciente che, per la sua guarigione, ci vorrà ancora del tempo, in cui dovrà lavorare alla ristrutturazione della sua personalità.

Un po' alla volta i suoi incubi spariscono e migliora anche il contesto dei suoi sogni, che egli definisce "colorati di libertà", perché in essi si vede spesso intento al gioco con suo figlio e libero dall'ossessione di "doversi difendere". Poi, nel tempo, la sua nevrosi diviene un ricordo, come i conflitti con la moglie, che si trasformano in una relazione più adulta e consapevole, caratterizzata soprattutto dall'intesa nel rapporto di coppia e da una nuova genitorialità all'insegna della cooperazione.

Nell'ultimo sogno che porta, G. racconta che si trovava ai piedi di una montagna: suo figlio era un ragazzo ormai cresciuto e lui gli stava insegnando a fare una scalata. Osserva: "Avrei voluto continuare a sognare, ma mi sono svegliato all'improvviso, mentre dicevo al mio ragazzo: 'La vita è come una montagna da scalare... bisogna impegnarsi molto per arrivare in cima. È un'impresa di cui solo noi possiamo impedire il fallimento...'. Ma forse stavo parlando a me stesso!"

"Il metodo terapeutico della Psicologia Individuale – afferma Adler – non è soltanto una scienza ma un'arte, l'arte di invalidare il falso alibi del paziente per insegnargli a sviluppare le sue capacità reali e fare affidamento su di esse" (7, p. 161). Il falso alibi sono le finzioni disfunzionali che il paziente si costruisce gradualmente nel corso delle sue esperienze di vita. "La cura – sottolinea ancora Adler – può aver luogo solo quando c'è una riconciliazione con i problemi della vita, cioè attraverso la capacità di riconoscere lo stile di vita erroneo e il rafforzamento dell'interesse sociale" (*ibid.*, p. 167)<sup>13</sup>.

#### VII. *Conclusioni. L'approccio adleriano al mondo onirico e le neuroscienze: il "nuovo telescopio"*<sup>14</sup> per una rivoluzione copernicana nel campo delle psicoterapie psicodinamiche

L'essere umano è un animale sociale in grado di raccontare le sue memorie e che, mentre racconta, continua a costruire il romanzo di sé; egli è come uno scultore che, mentre scolpisce, modella se stesso, perché, come dice Adler, l'uomo è l'unico artista oggetto anche della sua arte: è l'unico regista di un film di cui è attore-protagonista, ma anche spettatore, mentre il film viene girato. La funzione ludica e quella onirica sono il fuoco che alimenta la capacità di sognare e di muoversi creativamente sulle

<sup>13</sup> Ecco un altro breve riferimento onirico che si riferisce simbolicamente a una svolta nel percorso psicoterapeutico di una giovane paziente depressa; molto intelligente, ella vive come un peso intollerabile gli studi, è scoraggiata e vuole rinunciare, vi, come anche vorrebbe quasi rinunciare a vivere. Afferma che da piccola ha sempre pensato di essere inferiore agli altri, anzi, dice, "penso di essere nata con l'idea di essere inferiore". Un giorno porta questo sogno: "Vado in aereo. L'atterraggio è impossibile: nessun pilota è mai atterrato in quel punto preciso. Non so bene come, ma il pilota riesce ad atterrare". Al panico iniziale subentra un sentimento positivo, dovuto al fatto che l'impresa è riuscita. Atterrare in un punto preciso, dove mai nessuno era atterrato prima, è un atto di coraggio e, metaforicamente, è un'espressione dell'unicità individuale, che, come afferma Adler, ognuno esprime "con la sua propria arte poetica" (4, p. 82). A proposito di svolta positiva e creatività poetica, ecco i tre versi di un *haiku*, composti da una paziente in fase di buon miglioramento, come se fossero tre fotogrammi onirici di un film che sintetizza la sua storia e che, nel verso finale, la vede riaprirsi al mondo con coraggio e fiducia: "Tutto si ghiaccia / Tumulto nell'anima / Giardini in fiore" (L. L., per gentile concessione).

<sup>14</sup> L'idea delle neuroscienze come nuovo "telescopio galileiano" è stata introdotta in [37] per la prima volta.

differenti scene del mondo. L'arte è ciò che l'uomo possiede per non perire a causa della verità, sostiene Nietzsche, un'affermazione traducibile in senso adleriano dicendo che l'uomo ha le finzioni per non perire a causa della realtà<sup>15</sup>.

Il gioco e il sogno funzionano come degli enzimi che rendono possibili l'arte e le finzioni, tenendo viva la capacità semiotica infinita dell'uomo, cioè la sua infinita creatività narrativa, che si riflette anche sul lavoro psicoterapeutico. Quest'ultimo, in fondo, non è altro che *la capacità di ridefinire la storia del paziente e di raccontargli una nuova storia, un po' ripulita dalle scorie radioattive che l'altra si portava addosso: mettendo assieme frammenti sparsi di memorie impensate, frammenti dispersi di memorie impensabili, memorie traumatiche, vissuti di sprofondamenti inferiorizzanti, pensieri di compensazioni disfunzionali, sogni spezzati – reali o metaforici – desideri di essere accolti empaticamente e accompagnati, e altro ancora che può maturare nelle dinamiche transferali e controtransferali.*

Adler, in un lavoro del periodo americano, sistematizza la visione individualpsicologica sul sogno [6]. Dopo aver richiamato l'unità e l'unicità dell'individuo – ecco cosa scrive all'inizio dell'articolo: “Le teorie che considerano i pensieri dei sogni e quelli diurni, il conscio e l'inconscio, come contraddittori non sono scientifiche” (6, p. 160; vedi anche nota 12) – egli parla dell'apertura ermeneutica da tenere nei confronti della funzione onirica e scrive: “In Psicologia Individuale, noi non possiamo accettare nessuna legge o norma come vincolante-obbligatoria (*we cannot accept any laws or rules as binding*).

Noi possiamo accettare solo delle ipotesi. Così, per quanto concerne l'interpretazione dei sogni, gli elementi qui indicati sono solamente probabili/possibili (*are merely probable*)” (ibid., p. 162). E specifica: “Ogni persona è diversa (*Each person is different*). La sola valida interpretazione dei sogni si accorda (*fits*) con il comportamento generale dell'individuo, le sue memorie precoci, i suoi problemi ecc. (*with an individual's general behavior, early memories, problems, etc.*)” (ibid., p. 167).

L'andamento della scrittura adleriana in certi punti è quasi aforistico, sicuramente rivolto all'essenziale, come rivela quell'“etc.” posto alla fine di un'affermazione che, come tante altre, potrebbe stare bene come *exergo* di un trattato. “Fits”, ad esempio, evoca il concetto sistemico di “accoppiamento strutturale”; “early memories” richiama l'importanza attribuita da Adler ai cosiddetti primi ricordi, quindi alle memorie inconse, ulteriormente specificate dalle neuroscienze come memorie implicite, “incarnate”; infine, “problems” parla della vita reale, dei problemi da risolvere (*problem solving*), del sogno come ponte lanciato verso il futuro, che fa intuire, o rivela, delle soluzioni, quindi allude alla *vexata quaestio* della capacità profetica dei sogni, chia-

<sup>15</sup> Abbiamo trattato questi aspetti nel punto IX di [36], che abbiamo intitolato “Il sogno e la sua funzione catalizzatrice nell'arte (Nietzsche e l'orizzonte estetico) e nell'arte di vivere (Adler e l'orizzonte psicodinamico/psicoterapeutico)”.

ramente criticata da Adler<sup>16</sup>, ma attribuitagli da chi, strumentalmente, voleva vedere nella sua concezione finalistica uno stigma di prescientificità [33, 36].

In realtà il concetto di finalismo psichico è ormai riconosciuto come un principio non soltanto antropologico (la funzione del prevedere e del progettare è da pensare che sia stata selezionata e promossa nell'evoluzione delle specie perché fondamentale per la sopravvivenza dell'uomo), ma anche scientifico, e ormai è sempre più considerato nello studio della funzione onirica, a partire dalle basi neurobiologiche [13, 26], fino alle sue interpretazioni psicologiche e psicosociali. Il fatto che questo principio – che, come detto in premessa, è stato uno dei motivi della separazione di Adler da Freud – venga sempre di più integrato nell'interpretazione dei sogni da parte della cosiddetta psicoanalisi contemporanea, non può che essere visto con piacere.

Nello stesso tempo, però, l'integrazione genera perplessità e confusione, visto che sembra sostenuta da una spinta fagocitante che non considera la storia delle idee (vedi note 17 e 18 e commento in [28]). È già avvenuto per la riflessione di Adler sull'aggressività, non considerata da Freud, ma gradualmente integrata e ormai considerata "psicoanalitica", e ora sta avvenendo per altri aspetti, fino a qualche decennio fa non considerati meritevoli di attenzione teorica<sup>17</sup>.

Queste ultime considerazioni ci permettono di concludere l'articolo, riprendendo la riflessione sull'interpretazione dei sogni e sulle neuroscienze come ipotetico telescopio per una rivoluzione copernicana nel campo delle psicoterapie psicomodinamiche. Abbiamo detto che la psicoanalisi è andata incontro a delle trasformazioni che l'hanno portata a integrare molti concetti, anche opposti alla prima teorizzazione freudiana.

Si tratta di un'integrazione *sui generis*, che da un lato salvaguarda il nucleo psicoanalitico tradizionale (ancora ben presente e garantito dagli istituti psicoanalitici), e dall'altro permette ad "estranei" di utilizzare un termine di cui non viene più rivendicata la "proprietà", al contrario di quanto invece avvenne nel caso di Adler, al quale fu impedito di denominare il suo movimento "per la libera psicoanalisi". Dopo Adler e Jung non vi sono più state scissioni esplicite e creazioni di nuovi movimenti (Ferenczi

<sup>16</sup> Ecco cosa scrive: "Già dalla prima volta che ho cercato di comprendere i sogni mi era chiaro che un uomo che sogna è in una posizione peggiore, quanto a predire il futuro, rispetto a uno che è sveglio. [...] Noi riconosciamo l'importanza di questi approcci [si riferisce alle concezioni profetiche degli antichi], ma è naturale che noi non riteniamo che i sogni siano profetici (*of course, we do not regard dreams as prophecy*)" (6, p. 157).

<sup>17</sup> Ci riferiamo ai tre compiti vitali, una cifra teorica specifica della Psicologia Individuale, che, in un lavoro sul sogno di due psicoanaliste tedesche, vengono definiti come concetti "psicoanalitici". Le due studiose, parlando dei cambiamenti strutturali che subentrano in corso di trattamento psicoanalitico, e che i sogni registrano (osservazione che condividiamo, come si evince dai casi clinici menzionati al punto VI e in nota 13), scrivono: "I cambiamenti strutturali permettono ai pazienti di risolvere in modo più adeguato i conflitti psichici e psicosociali dovuti ai fattori stressogeni (*stressors*) della vita quotidiana, e influenzano non soltanto i loro sintomi psicopatologici, ma anche la loro capacità 'di lavorare, di amare e di godere la vita' – i ben noti obiettivi della psicoanalisi (*'to work, to love and to enjoy life' – the well-known aims of psychoanalysis*)" (19, p. 140; traduzione nostra).

*docet*), per cui sotto l'appellativo "psicoanalisi" si è raccolto un po' di tutto: tollerato dai depositari istituzionali del canone freudiano, ma conveniente per gli altri, che così possono fregiarsi di un termine universalmente noto e culturalmente ancora ben "spendibile".

Considerazioni simili andrebbero fatte per un'altra integrazione *sui generis*, quella tra psicoanalisi e neuroscienze, sostenuta da alcuni psicoanalisti, ma da altri considerata impropria epistemologicamente e inutile praticamente<sup>18</sup>. Peraltro, come anche sostenuto da Fassino e Gramaglia, "le teorie biologiche sul sogno hanno dei limiti in quanto possono, nel migliore dei casi, spiegare la sintassi del sogno, ma non si occupano della semantica, del significato, del contenuto e del vissuto del sogno, né dell'aspetto pragmatico che a questo compete" (17, p. 50).

Sappiamo che i problemi sono molto più complessi rispetto a questa schematizzazione. Ora, se ha senso il suggerimento che abbiamo dato, o meglio l'auspicio che le neuroscienze e altri ambiti di studio ad esse collegate possano fungere da telescopio per rifondare scientificamente la psicoterapia psicodinamica – anche ai fini di una nuova visione del cielo psichico costellato di sogni – e tenuto conto di altri contributi che, come questo nostro, riflettono su un nuovo modo di coniugare psicoterapia e neuroscienze [15, 17, 23, 26, 27, 28, 30, 38, 39, 47, 48, 49, 51], si potrebbe pensare ad uno specifico programma di ricerca, cosa che sarebbe peraltro estremamente vantaggiosa nell'attuale complessità transculturale e che, come sostiene Rovera, "permetterebbe di superare tanto le ipotesi biologiche riduzionistiche, tanto un eclettismo metodologico, tanto la radicalizzazione antitetica tra comprensione fenomenologica (della mente) e spiegazione scientifica (del cervello)" (47, p. 129).

È necessario, comunque, che si superi la situazione attuale, che oscilla pericolosamente tra un estremo, che vede nel mondo onirico soprattutto "spazzatura mentale", come scrive Sulloway (49, p. 608), accogliendo alcune critiche provocatorie di Hobson, e un altro estremo che intende i sogni ancora in senso antropomorfo: due posizioni

<sup>18</sup> Le testimonianze psicoanalitiche sui vari aspetti qui menzionati sono tante; per una buona sintesi, si veda l'inchiesta promossa dalla rivista *Psicoterapia e Scienze Umane* per il 50.mo di fondazione – un volume da meditare [1] – in cui le testimonianze di Jacques André, Simona Argentieri, Sergio Benvenuto, Christopher Bollas, Morris N. Eagle, Allen Frances, Glen O. Gabbard, Jay Greenberg, Horst Kächele, Emilio Modena e Frank J. Sulloway sono particolarmente significative. Per il permanere della posizione freudiana sul sogno, garantita dagli istituti psicoanalitici, senza alcuna critica né degli aspetti riduttivi e antropomorfi in essa contenuti, né del *bias* condizionante dell'osservatore, si veda quanto scritto di recente da un ex presidente SPI: "Il desiderio sessuale infantile e le vicissitudini della libido rappresentano lo scenario immaginativo e insieme la fonte energetica dell'onirico" (44, p. 42); per gli aspetti antropomorfi della teoria freudiana, si veda in Bassin il paragrafo 101, intitolato "Antropomorfismo della concezione psicoanalitica della genesi dei sogni" (11, pp. 262-264). In [33], proprio citando Bassin, era già stata espressa questa critica, che ora viene allusa anche da Edelman e Juvet [15, 29], ed esplicitata da Hobson in questi termini: "Freud ha portato la teoria dei sogni indietro al tempo degli studiosi della Bibbia, di Artemidoro e degli altri antichi interpreti dei sogni. [...] Tutti questi sistemi, inclusa la psicoanalisi, sono essenzialmente religiosi, nel senso che si basano sulla fede in un agente che impartisce direttive segrete, le quali possono essere comprese solo attraverso l'intervento di qualcuno in grado di interpretare il 'messaggio'", motivo per cui, citando provocatoriamente il motto paradossale di un suo collega, Hobson conclude: "Freud aveva ragione al 50% e torto al 100%" (27, pp. 4, 22 e 142).

opposte – di cui abbiamo accennato in nota 18 – che, in un certo senso, si alimentano reciprocamente, costringendo la ricerca in una posizione di stallo. I sogni, come abbiamo detto nella premessa, sono una specie di *mise en abîme* delle teorie psicodinamiche, per cui sarebbe auspicabile poterli considerare, anche quando bizzarri [42, 52], ancora come un regalo che il sognatore fa a se stesso, prima che al terapeuta, esarebbe altresì auspicabile che la loro interpretazione potesse mantenere una specificità di “scuola”, dopo essere stata fondata scientificamente su alcuni principi comuni, in senso neurobiologico, psicologico e psicosociale.

Gli psicoterapeuti devono lasciare da parte qualcosa della loro teoria e guardare attentamente nel telescopio neuroscientifico, male neuroscienze, per quanto sublimi potranno essere le loro scoperte, non devono illudersi che un giorno il neurobiologico riuscirà a chiudere il gap con le narrazioni psicologiche e psicosociali della nostra vita e del nostro modo di fare psicoterapia: anche perché, se così fosse, la scienza peccerebbe di *hybris* e l'uomo verosimilmente sarebbe privato della capacità di sognare.

## Bibliografia

1. AA.VV. (2016), Cosa resta della psicoanalisi. Domande e risposte, *Psicoterapia e Scienze Umane*, L, 3.
2. ADLER, A. (1920), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, tr. it. *Prassi e teoria della Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1970.
3. ADLER, A. (1930), *The Education of Children*, tr. it. *Psicologia dell'educazione*, Newton Compton, Roma 1975.
4. ADLER, A. (1931), *What life should mean to you*, tr. it. *Cos'è la Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1976.
5. ADLER, A. (1933), *Der Sinn des Lebens*, tr. it. *Il senso della vita*, De Agostini, Novara 1990.
6. ADLER, A. (1936a), On the Interpretation of Dreams, in *The Collected Clinical Works of Alfred Adler* (CCWAA, I-XII), Vol. 7 (Journal Articles: 1931-1937), Ed. H.T. Stein, Alfred Adler Institutes of San Francisco & Northwestern, Washington 2005: 157-169.
7. ADLER, A. (1936b), Compulsion neurosis, *Int. J. Indiv. Psychol.*, 2(4): 3-22, in ANSBACHER, H. L. e ANSBACHER, R. R. (a cura di), *Superiority and Social Interest* (Collected Paper of Alfred Adler 1928-1937), Northwestern University Press, Evanston 1964, tr. it. La nevrosi compulsiva, in SODINI, U., SODINI, A. T. (a cura di), *Aspirazione alla superiorità e sentimento comunitario*, Edizioni Universitarie Romane, Roma 2008: 145-167.

8. ALLENDE, I. (1997), *Afrodita. Cuentos, Recetas y Otros Afrodisiacos*, tr. it. *Afrodita. Racconti, ricette e altri afrodisiaci*, Feltrinelli, Milano 1998.
9. ATLAN, H. (1972), Sul rumore come principio di auto-organizzazione, in MORIN, E. (a cura di), *Teorie dell'evento*, Bompiani, Milano 1974.
10. ATLAN, H. (1986), *À tort et à raison. Inter critique de la science et du mythe*, Seuil, Paris.
11. BASSIN, F. V. (1967), *Problema besoznatelnogo*, tr. it. *Il problema dell'inconscio*, Editori Riuniti, Roma 1972.
12. CREMERIUS, J. (1987), Alla ricerca di tracce perdute. Il "Movimento psicoanalitico" e la miseria dell'istituzione psicoanalitica, *Psicoterapia e Scienze Umane*, XXI, 3: 3-34.
13. DAMASIO, A. (2010), *Self Comes to Mind: Constructing the Conscious Brain*, tr. it. *Il sé viene alla mente. La costruzione del cervello cosciente*, Adelphi, Milano 2012.
14. EAGLE, M. N. (2011), *From Classical to Contemporary Psychoanalysis: A Critique and Integration*, tr. it. *Da Freud alla psicoanalisi contemporanea. Critica e integrazione*, Raffaello Cortina, Milano 2012.
15. EDELMAN, G. M. (1992), *Bright Air, Brilliant fire: On the Matter of the Mind*, tr. it. *Sulla materia della mente*, Adelphi, Milano 1993.
16. ERACLITO (1980), *I frammenti e le testimonianze*, Mondadori, Milano.
17. FASSINO, S., GRAMAGLIA, G. (2008), Il sogno nella psicoterapia individual psicologica. Riferimenti recenti alle neuroscienze, *Riv. Psicol. Indiv.*, 64: 39-55.
18. FERRERO, A. (2008), I sogni nelle terapie a tempo limitato, *Riv. Psicol. Indiv.*, 64: 57-70.
19. FISCHMANN, T., LEUZINGER-BOHLEBER, M. (2018), Dreams, in BOEKER, H., HARTWICH, P., NORTHOFF, G. (a cura di), *Neuropsychodynamic Psychiatry*, Springer, Zurich-Ottawa: 137-155.
20. FLAUBERT, G. (1869), *L'Éducation sentimentale*, Michel Lévy Frères Editeurs, Paris, tr. it. *L'educazione sentimentale*, Feltrinelli, Milano 1992.
21. FOUCAULT, M. (1973), *Ceci n'est pas une pipe*, tr. it. *Questo non è una pipa*, SE, Milano 1988.
22. FRANCES, A. (2016), Cosa resta della psicoanalisi. Domande e risposte, *Psicoterapia e Scienze Umane*, L, 3: 458-461.
23. GALLESE, V., MIGONE, P., MORRIS EAGLE, N., (2006), La simulazione incarnata: i neuroni specchio, le basi neurofisiologiche dell'intersoggettività e alcune implicazioni per la psicoanalisi, *Psicoterapia e Scienze Umane*, XL, 3: 543-580.
24. GRANDI, L. G. (2008), Il sogno nell'analisi adleriana, *Riv. Psicol. Indiv.*, 64: 87-96.
25. HILLMAN, J. (1983), *Healing fiction*, tr. it. *Le storie che curano*. Freud, Jung, Adler, Raffaello Cortina, Milano 1984.
26. HOBSON, J. A. (1994), *The Chemistry of Conscious States: How the Brain Changes Its Mind*, tr. it. *La fabbrica dei sogni. Il rapporto misterioso tra cervello e mente*, Frassinelli, Milano 1998.
27. HOBSON, J. A. (2002), *Dreaming: An Introduction to the Science of Sleep*, tr. it. *La scienza dei sogni. Alla scoperta dei segreti del sonno*, Mondadori, Milano 2003.

28. HOBSON, J. A. (2004), Freud returns? Like a bad dream, *Scientific American*, 290, 5: 89.
29. JOUVET, M. (1992), *Le sommeil et le rêve*, tr. it. *Il sonno e il sogno*, Guanda, Milano 1993.
30. KANDEL, E. R. (2012), *The Age of Insight: The Quest to Understand the Unconscious in Art, Mind and Brain, from Vienna 1900 to the Present*, tr. it. *L'età dell'inconscio. Arte, mente e cervello dalla grande Vienna ai nostri giorni*, Raffaello Cortina, Milano.
31. KEKULÉ, A. (1865), *Il sogno dell'uroboro*, in <https://keespopinga.blogspot.com/2009/03/il-sogno-di-kekule.html>.
32. LALANDE, J. (1769), *Voyage d'un François en Italie fait dans les années 1765 et 1766* (Tomes I-VIII), Tome VII, Desaint, Paris.
33. MAIULLARI, F. (1978), Simbolo e sogno nell'età evolutiva alla luce della Psicologia Individuale, *Quaderni Riv. Psicol. Indiv.*, n. 2, Milano.
34. MAIULLARI, F. (1996), Scrittura, identità, sogno, *XX Congresso Internazionale di Psicologia Individuale, "Tradizione e cambiamento. Prospettive in Psicologia Individuale"*.
35. MAIULLARI, F. (2008), Il sogno di un'ombra è l'uomo, *Riv. Psicol. Indiv.*, 64: 97-99.
36. MAIULLARI, F., DE ADAMICH, B.M., FRAGAPANE, M. (2019), Il finalismo del sogno nella Psicologia Individuale di Alfred Adler, *Psicoterapia e Scienze Umane*, LIII, 4: 599-624.
37. MAIULLARI, F. (2020), Il sogno come gioco narrativo, neurobiologico, psicologico e psicosociale. Come salvaguardare scienza e immaginario nelle psicoterapie psicodinamiche, al di là della psicoanalisi, (in attesa di pubblicazione).
38. MANCIA, M. (1996), *Sonno & sogno*, Laterza, Roma-Bari.
39. MANCIA, M. (2006), Implicit memory and early unrepressed unconscious: Their role in the therapeutic process (How the neurosciences can contribute to psychoanalysis), *Int. J. Psychoanal.*, 87, 1: 83-103.
40. MIGONE, P. (2019), La psicoanalisi e il sogno, *Giornale italiano di psicologia*, XLVI, 3: 561-565.
41. NABOKOV, V. (1980), *Lectures on Literature*, tr. it. *Lezioni di letteratura*, Adelphi, Milano 2018.
42. PAOLI, M. (2015), *Sogni celebri e bizzarri. Indagine sulla bizzarria onirica tra storia ed evolucionismo*, Franco Angeli, Milano.
43. PARENTI, F. (1978), Presentazione, in KEKULÉ, A., *Il sogno dell'uroboro*: 7-8.
44. PETRELLA, F. (2016), Estetica del sogno e terapia a cento anni dalla Traumdeutung, in BOLOGNINI, S. (a cura di), *Il sogno cento anni dopo*, Mimesis, Sesto San Giovanni (Milano): 29-48.
45. PIAGET, J. (1945), *La formation du symbole chez l'enfant*, tr. it. *La formazione del simbolo nel bambino*, La Nuova Italia, Firenze 1972.
46. REVONSUO, A. (2000), The reinterpretation of dreams: an evolutionary hypothesis of the function of dreaming, *Behav. Brain Sci.*, 23: 877-901.

47. ROVERA, G. G. (2008), Il sogno tra neuroscienze e psicoterapie: un dibattito postmoderno, *Riv. Psicol. Indiv.*, 64: 127-146.
48. SULLOWAY, F. J. (1979), *Freud, Biologist of the Mind: Beyond the Psychoanalytic Legend*, tr. it. *Freud biologo della psiche. Al di là della leggenda psicoanalitica*, Feltrinelli, Milano 1982.
49. SULLOWAY, F. J. (2016), Cosa resta della psicoanalisi. Domande e risposte, *Psicoterapia e Scienze Umane*, L, 3: 606-609.
50. VAN GOGH, V. (1972), Collection du musée national Vincent van Gogh à Amsterdam, Réunion des Musées Nationaux, Paris.
51. VEDFELT, O. (2020), Integration versus conflict between schools of dream theory and dream work: integrating the psychological core qualities of dreams with the contemporary knowledge of the dreaming brain, *J. Anal. Psychol.*, 65, 1: 88-115.
52. WILLEQUET, P. (2000), *Le Rêve, sa créativité, ses bizarreries*, Georg Editeur, Genève.
53. WINNICOTT, D. W. (1971), *Playing and Reality*, tr. it. *Gioco e realtà*, Armando, Roma 1974.

Franco Maiullari  
Via dell'acqua 1  
CH-6648 Minusio  
E-mail: fmaiullari@bluewin.ch

Valentina Dodero  
Via Fratelli Ferrari 18  
I-16031 Bogliasco (GE)  
E-mail: valedsc@gmail.com

Marika Fragapane  
Via Sporting Mirasole 49  
I-20090 Noverasco di Opera (MI)  
E-mail: marika.fragapane@libero.it

Alice Sacchi  
Viale E. Bezzi 73  
I-20146 Milano  
E-mail: alice.sacchi86@gmail.com

Bianca Maria De Adamich  
Via Solferino 48  
I-20121 Milano  
E-mail: bianca.deadamich@gmail.com

Daniela Bosetto  
Corso Genova 27  
I-20144 Milano  
E-mail: info@scuolapsicoterapiacrifu.it

Paola Cavasino  
Via Carobbio 9  
I-27029 Vigevano (PV)  
E-mail: cavasino.paola@gmail.com