

LA PROSPETTIVA PSICOANALITICA REICHIANA

Laura: paura e desiderio di amare

Marcello Mannella

Psicologo, psicoanalista reichiano

*Non esistono fatti ma
solo interpretazioni*

F. Nietzsche

Laura è una giovane donna di 29 anni che non vive felicemente la sua vita a causa delle difficoltà sessuali con il ragazzo e la conseguente rabbia che l'assale. Nel disagio di Laura trovano espressione una molteplicità di motivi che sembrano rimandare al tempo delle relazioni primarie. Lo psicoterapeuta deve assumere una posizione di 1° campo (Simulazione Terapeutica Incarnata) amorevole, accettante e strutturante, e somministrare acting di vegetoterapia (Attivazione terapeutica incarnata) in grado di creare un'atmosfera relazionale primaria in cui Laura possa sentirsi amata e accettata. Sono così poste le condizioni perché Laura possa aprirsi all'amore del ragazzo.

Parole chiave: *analisi del carattere, vegetoterapia-carattero-analitica, controtransfert corporeo di tratto, simulazione terapeutica incarnata, attivazione terapeutica incarnata, acting.*

Laura is a young woman, she is 29. She is not happy because of her sexual difficulties with her boyfriend and she is filled with anger for that. In Laura's unease are expressed a lot of reasons that seem to be connected with the time of her primary relations. The psychotherapist has to assume a first field position (Therapeutic Incarnate Simulation) which has to be caring and accepting. At the same time, he has to give vegetoterapia (Therapeutic incarnate activation) which could create a primary relational atmosphere where Laura could be loved and accepted. Laura is now ready for her boyfriend's love.

Keywords: character analysis, body countertransference, embodied therapeutic simulation, therapeutic activation embodied, acting, character-analytic vegetotherapy

Accogliamo con piacere l'invito della rivista *Costruttivismi* a partecipare al numero speciale dedicato al confronto fra modelli psicoterapeutici, chiamati a cimentarsi nella lettura di un caso clinico in chiave costruttivista. Il compito - intellettualmente stimolante - non è semplice perché abbiamo a disposizione soltanto le informazioni relative al primo colloquio di Laura con il proprio psicoterapeuta.

In realtà, se è vero che la penuria di informazioni non ci sostiene sul piano diagnostico, paradossalmente ci "agevola" nella parte teoretica del nostro compito. La scarsità di "dati empirici", ci dà, infatti, l'occasione di enfatizzare un aspetto fondamentale della concezione costruttivista: il ruolo decisivo che gioca il momento teorico-deduttivo nella comprensione della realtà. Ovviamente non stiamo sostenendo che il momento empirico-induttivo non sia importante: nessuna teoria può accampare pretese di validità senza mostrare capacità euristiche nei confronti del reale. Vogliamo piuttosto ribadire che non può esistere una posizione osservativa pura, che l'individuazione dei "fatti" accade sempre all'interno di modelli teorici di riferimento.

Nel nostro tempo, non solo è tramontata l'ingenua aspirazione epistemologica di descrivere oggettivamente la realtà, ma si è fatta strada la convinzione che le posizioni osservative possono essere molteplici. È la stessa complessità del reale a richiedere la molteplicità dei punti di vista. L'ideale della conoscenza non è dunque più quello forte di un sapere cumulativo ed esaustivo, capace di pervenire nel tempo alla "verità" del mondo, quanto quello debole caratterizzato da una posizione epistemologica che riconosce il carattere incerto e provvisorio delle nostre conoscenze, che non pretende di spiegare il reale, ma che si "accontenta" di problematizzarlo.

"Da verità irrefutabili, le teorie diventano anche per i clinici, ipotesi per rapportarsi al mondo, punti di vista parziali, utili per descrivere e organizzare i dati, correggere gli insuccessi e riprodurre i successi terapeutici. La prima e più importante azione terapeutica diventa la 'dichiarazione epistemologica': esplicitare i propri presupposti per autoriflettere su quali osservazioni si sono compiute e su quali azioni conseguiranno e perché"¹.

Da buoni costruttivisti, anche noi, dunque, riteniamo necessario compiere la nostra dichiarazione epistemologica.

La SIAR² considera il setting psicoterapeutico come lo spazio in cui è agita la relazione fra l'analista e il paziente, vera e propria chiave del processo terapeutico. Proprio per questo poniamo particolare attenzione al controtransfert. Il fenomeno, però, non è da intendersi soltanto come la particolare costellazione emotiva che l'analista prova nei confronti dell'analizzato, ma rappresenta un prezioso strumento terapeutico. È regola fondamentale che se ne abbia consapevolezza, soprattutto nei suoi aspetti corporei. Qual è il livello corporeo che si attiva maggiormente nella relazione con il paziente? E come risuonano i suoi tratti caratteriali sulla nostra struttura di personalità?

Attraverso un'attenta analisi del carattere della relazione analista/analizzato è possibile modulare un adeguato assetto controtransferale psicocorporeo. Si realizza in tal modo un accoppiamento strutturale fra i tratti caratteriali dell'analista e i tratti caratteriali dell'analizzato (*controtransfert di tratto*), in grado di sollecitare l'assetto caratteriale di quest'ultimo e di stimolarne la capacità autopoietica di creare nuove forme di ordine e di organizzazione.

Ne consegue che per la SIAR la "verità" terapeutica non è un dato da svelare, ma piuttosto qualcosa da costruire, qualcosa che scaturisce stocasticamente dalla relazione fra l'analista e

¹ Ceruti, M., Telfner, U. (1987), (a cura di), *Heinz von Foerster, Sistemi che osservano*, Roma: Astrolabio, p. 29.

² Nata nel 1992, la SIAR (Società Italiana Analisi Reichiana) ha raccolto l'eredità della tradizione psicocorporea reichiana andando oltre l'impianto naturalistico che la connotava originariamente, trasformando in senso complesso il setting terapeutico. Si vedano, Ferri, G., Cimini, G., (2012), *Psicopatologia e carattere. L'analisi Reichiana*, Roma: Alpes, e il capitolo *Gli sviluppi della tecnica terapeutica* in Mannella, M., (2014), *Wilhelm Reich. Il dramma e il genio*, Roma: Alpes.

l'analizzato. Da tutto ciò discende un atteggiamento clinico non direttivo che attraverso un domandare e un problematizzare aperti e *ambigui*, viene a costituirsi come elemento perturbatore in grado di sollecitare la processualità autopoietica della persona.

Ciò non avviene soltanto attraverso la comunicazione verbale, ma anche con l'ausilio decisivo degli acting corporei della *VegetoterapiaCarattero-Analitica*³. La proposizione degli acting rappresenta uno dei nostri punti di forza, perché ci consente di accedere alla memoria corporea dei vissuti, anche di quelli che accadono in età preverbale. La proposizione degli acting corporei si fonda sulla convinzione che la nostra mente sia incarnata – *embodied*⁴ – e che dunque agire, sentire e capire siano profondamente intrecciati.

Due, allora, sono i *principi attivi* fondamentali che guidano la nostra pratica psicoterapeutica: *la simulazione incarnata terapeutica*⁵ necessaria per sentire/comprendere l'altro, e *l'attivazione terapeutica incarnata*⁶ che si realizza con gli acting di *VegetoterapiaCarattero-Analitica*.

Nella somministrazione degli acting, però, dopo averne descritto la modalità attuativa, non si danno indicazioni circa i possibili esiti esperienziali. Piuttosto che indicare la direzione dell'esperienza, si invita l'altro a scoprire nuove possibilità di essere nel mondo, e a soffermarsi su quelle che si avvertono egosintoniche e sostenibili.

Questa, in maniera sintetica, la descrizione dei caratteri teorico-pratici che guidano la nostra azione terapeutica. Per concludere il nostro compito, non ci resta che dare lettura del disagio di Laura animando il suo mondo di “fatti” ed “esperienze” con l'ausilio del nostro modello.

“È chee.. ehh... doopoo, ora sono quasi due anni che sto col mio fidanzato. Ee diciamo che non ho molta voglia di fare l'amore, però è una cosa che, nel senso, io sono sempre stata così. Il mio problema è che dopo mi arrabbio tantissimo. Probabilmente non con lui però tipo con me stessa quando tipo ci prova. Gli tengo il muso, però questa è una cosa che ho notato che comunque ce l'avevo anche quando ero più piccina, cioè mi ricordo anche delle scene con i miei genitori, che se combinavo qualcosa, poi dopo mi arrabbiavo, perché, non lo so perché, perché mi dispiaceva comunque di averlo fatto”.

È questo l'incipit del primo colloquio terapeutico in cui Laura, una giovane donna di 29 anni, racconta del disagio che invalida la sua vita: le difficoltà sessuali con il ragazzo e la conseguente rabbia che l'assale.

³ Il costrutto della corazza muscolare portò Reich ad ampliare le possibilità di intervento terapeutico. Alla tecnica dell'*Analisi del carattere* si affiancava la *Vegetoterapia* (così chiamata fra l'altro perché capace di agire sul sistema neurovegetativo), tecnica terapeutica centrata nel corpo. Nasceva così la *VegetoterapiaCarattero-Analitica* (Reich, 1994, *L'analisi del carattere*. Milano: SugarCo.). La *Vegetoterapia* si caratterizza per la proposizione di acting corporei, posture e movimenti mirati, volti a far rivivere i momenti della storia infantile.

⁴ Le neuroscienze, in realtà, sostengono oggi la teoria definita *4Ecognitivescienze*. Secondo tale teoria la mente oltre ad essere incarnata (*embodied*), è volta all'azione (*enacted*), situata (*embedded*) ed estesa (*extended*) all'ambiente.

⁵ Per Ammaniti e Gallese, la simulazione incarnata è “uno specifico meccanismo mediante il quale il nostro sistema cervello/corpo modella le proprie interazioni con il mondo” (Ammaniti, M., Gallese, V., (2014), *La nascita dell'intersoggettività. Lo sviluppo del sé tra psicodinamica e neurobiologia*, Milano: Raffaello Cortina, p. 2). Nel modello SIAR, la simulazione incarnata diventa *Simulazione Incarnata Terapeutica*. Lo psicoterapeuta assume l'appropriata *posizione* e l'appropriato *come*, funzionali alla relazione terapeutica. “L'appropriata Posizione è la collocazione sul tratto della propria personalità e sul corrispondente livello corporeo, su cui si può incontrare e contattare l'analizzato, aiutandolo a spostarsi [...] dalla sua posizione di tratto e di livello corporeo [...] Il Come è l'espressione analogica della posizione e crea le atmosfere di campo nel setting, per realizzare gli insight evolutivi per l'analizzato”. (Ferri, G., (2017), *Il corpo sa*, Roma: Alpes, p. 134).

⁶ È un concetto operativo che si realizza con gli acting di *VegetoterapiaCarattero-Analitica*. (Ferri, G., *Il corpo sa*, op. cit.).

Una prima ipotesi eziologica, che risalta immediatamente dal proseguo del suo racconto, è quella che Laura sia emotivamente bloccata nell'esperienza della violenza sessuale subita quando era piccina e frequentava le elementari a opera di un amico del fratello più grande di circa 7/8 anni. Tale esperienza avrebbe segnato indelebilmente la sua vita, sancendo l'impossibilità di aprirsi fiduciosamente all'altro, vissuto come minaccioso, anche quando si tratta della persona amata. La diffidenza e la chiusura si manifesterebbero in maniera dirompente nella relazione sessuale – conclamando un disagio altrimenti mantenuto sottotraccia – perché la relazione sessuale con la persona amata richiede un profondo coinvolgimento emotivo, la totale disponibilità e apertura del proprio essere all'altro.

Non possiamo però escludere una seconda ipotesi, quella per cui la violenza sessuale⁷ abbia “semplicemente” rinforzato o sancito una condizione mentale già presente in Laura.

Questa seconda ipotesi non è evidente quanto la prima, ma non per questo la riteniamo meno plausibile. Innanzitutto, è la stessa Laura a dichiarare che le sue difficoltà non siano da collegare a quell'esperienza: *“Però, non so, son tutte cose chee, io penso di ricollegarle a questo, però se poi penso che comunque anche quando ero piccina, c'avevo comunque questo carattere qui”*.

Proviamo allora a comprendere quale sia questo carattere. In base ad alcune “evidenze” comportamentali, ritengo che la sua struttura di personalità sia segnata dalla dominanza di tratti caratteriali orali (fissazione in fase orolabiale)⁸. Si è già sottolineato la difficoltà di Laura di aprirsi all'altro con disponibilità e piacere. Ma, per comprendere la sua struttura caratteriale, mi sembra soprattutto importante portare l'attenzione al modo di esprimere la rabbia, che è l'altro tema chiave del suo disagio.

“Il mio problema è che dopo [dopo aver rifiutato le avances sessuali] mi arrabbio tantissimo. Probabilmente non con lui però tipo con me stessa quando tipo ci prova. Gli tengo il muso”.

Laura esprime in maniera infantile, indiretta, la propria rabbia. Ella non ha la sostenibilità della possibilità della separazione (angoscia di separazione) non può quindi aggredire apertamente le persone da cui emotivamente dipende, non può correre il rischio di essere abbandonata.

Allora eccola assumere l'abitudine di tenere il muso, una modalità meno angosciante di esprimere la rabbia e che presenta dei vantaggi “secondari”. Si colpevolizza l'altro, lo si costringe al compito di rimediare al torto e lo si impegna in un esercizio faticoso, perché protratto nel tempo, di attenzione nei propri riguardi.

Tenere il muso, a mio parere, denuncia dunque anche un profondo bisogno di accettazione e di rassicurazione. È come se Laura dicesse al suo ragazzo: *Se mi chiedi di fare l'amore, mi chiedi qualcosa che non posso fare, dunque non ti piaccio così come sono. Sta a te ora rimediare e dare prova di accettarmi. Dammi prova di amarmi veramente così che possa essere rassicurata di essere degna di amore*.

Nel disagio di Laura trovano espressione una molteplicità di motivi che sembrano rimandare al tempo delle relazioni primarie. Perché Laura non si apre all'altro? Perché non è capace di entrare in un contatto profondo? Perché non esprime apertamente la sua rabbia? Laura ci racconta un ricordo infantile dal quale traspare l'esistenza di un rapporto conflittuale con la madre. *“Ero piccolina, non so, avrò fatto le elementari, [...] ero con la mia mamma a cercar funghi, eee, e la mamma era giù, accovacciata che prendeva funghi, ee io giocavo con questo bastoncino e gliel'ho battuto nella testa, non facendolo apposta ovviamente, e la*

⁷ Più che di violenza potremmo parlare di invasività sessuale? La modalità sessuale del ragazzo è infantile: il gioco di papà e mamma.

⁸ Per la comprensione dello sviluppo evolutivo secondo la SIAR, si veda Ferri, G., Cimini, G., *Psicopatologia e carattere*, op. cit.

mamma mi fa: "Laura, mi fai male", e io, che ho fatto? Mi sono arrabbiata e gli ho rotto tutti i funghi, cioè, perché?".

Come può giustificarsi quello scoppio eccessivo d'ira se non immaginando la presenza di qualcosa di problematico e conflittuale? (Se avessi potuto intervistarla avrei approfondito la conoscenza del rapporto coi caregiver; **Quinta domanda**). Laura si arrabbia "quando l'altra persona mi dice, mi fa notare che ho fatto magari una cosa negativa, una cosa che fa male all'altra persona, e io mi arrabbio". Ella non può accettare di far male alle persone da cui dipende emotivamente, perché corre il rischio di essere giudicata cattiva e per questo di essere abbandonata.

Probabilmente è nella relazione con la madre che Laura deve aver sviluppato tematiche di accettazione, appreso a non mostrare se stessa e, nel tempo, imparato a non esprimere direttamente la propria rabbia. Lo stesso atto di non concedersi sessualmente al ragazzo non affonda le radici in quella relazione? È come se Laura dicesse al ragazzo – riproponendo però una modalità relazionale primaria – *non mi apprezzi, non mi apro per il timore di provare dolore e delusione, ti punisco mantenendomi distante, non consentendoti un rapporto di intimità*" (**Terza domanda**).

Nell'incontro con Sandro – che Laura definisce *paziente e tranquillo*, e, aggiungerei, amorevole e sensibile – accade qualcosa di nuovo: in Laura, per la prima volta si affaccia il desiderio di superare l'impasse relazionale primario, di aprirsi con fiducia al mondo. È con Sandro, del resto, che Laura ha imparato a chiedere scusa – *ho iniziato ora con Sandro* – che può, quindi, accettare di essere stata "cattiva", provando a superare il timore di essere abbandonata.

Ecco che allora decide di andare dallo psicoterapeuta aspettandosi di poter "almeno smussare un pochino questa parte del carattere", di essere dunque aiutata a scoprire l'autonomia e, finalmente, provare piacere a entrare nel mondo (**Prima e seconda domanda**).

Qual è, allora, l'atteggiamento controtransferale che l'analista deve assumere per aiutare Laura a superare il suo stazionare in posizione orale?

Lo psicoterapeuta deve assumere una posizione di 1° campo (Simulazione Terapeutica Incarnata) amorevole, accettante e strutturante, tenendo conto che la resistenza maggiore che Laura proporrà sarà l'atteggiamento di diffidenza, la difficoltà a rendersi disponibile alla relazione (**Quarta domanda**). Per quanto riguarda la somministrazione di acting (Attivazione Terapeutica Incarnata), proporrei, inizialmente, l'acting del *Punto luminoso stabile*⁹, cercando di creare un'atmosfera relazionale primaria in cui Laura possa sentirsi amata e, dunque, accettarsi. Dopo qualche tempo, mantenendo il *Punto luminoso stabile*, le chiederei di rientrare ritmicamente coi propri occhi sulla propria piramide nasale, tenendo socchiuse le labbra (il muso), (**Sesta domanda**).

Sono così poste le condizioni perché Laura possa aprirsi alla possibilità dell'amore andando incontro all'amore di Sandro.

Riferimenti bibliografici

- Ammaniti, M., Gallese, V. (2014). *La nascita dell'intersoggettività. Lo sviluppo del sé tra psicodinamica e neurobiologia*. Milano: Raffaello Cortina.
- Ceruti, M., Telfner, U. (a cura di). (1987). Heinz von Foerster. *Sistemi che osservano*. Roma: Astrolabio.
- Ferri, G., Cimini, G. (2012). *Psicopatologia e carattere. L'analisi Reichiana*. Roma: Alpes.
- Ferri, G. (2017). *Il corpo sa*. Roma: Alpes.
- Mannella, M. (2014). *Wilhelm Reich. Il dramma e il genio*. Roma: Alpes.

⁹ Per i significati terapeutici e la descrizione operativa degli acting, si rimanda a Nigosanti, G., (2017), *Analisi corporea in gruppo. L'approccio reichiano*. Roma, Alpes.

M. Mannella

Nigosanti, G. (2017). *Analisi corporea in gruppo. L'approccio reichiano*. Roma: Alpes.
Reich, W. (1994). *L'analisi del carattere*. Milano: SugarCo.

L'Autore

Mannella Marcello. Segretario, didatta e supervisore della SIAR (Società Italiana di Analisi Reichiana). Membro del Comitato scientifico della scuola di specializzazione in psicoterapia reichiana riconosciuta dal MIUR con decreto 16-01-2004 pubblicato sulla G.U. del 30-01-2004. Membro della redazione della rivista online della SIAR *Psicoterapia Analitica Reichiana*. Membro del board scientifico della collana "*CorporalMente*" presso la casa editrice Alpes. Pubblicazioni:

Oltre a numerosi articoli, Mannella M., *Wilhelm Reich. Il dramma e il genio. Una lettura analitica post-reichiana*, Alpes Editore, Roma, 2014.

Mannella M., *L'educazione del corpomente. Cosa significa educare nella società postmoderna*, Alpes Editore, Roma, 2018.

E-mail: mmarcello59@gmail.com



Citazione (APA)

Mannella, M. (2018). Laura: paura e desiderio di amare. *Costruttivismi*, 5, 41-46. doi: 10.23826/2018.01.041.046