

Frustrazione Gratificazione : un'esperienza clinica

Paolo Aite, Roma

« Venendo pensavo di chiederle una seduta in più questa settimana »: è la frase di una giovane donna che ho seguito in terapia.

Le sue parole pronunciate dopo un silenzio prolungato, e dopo che il discorso fino a quel momento aveva percorso altri binari, si inserivano in quella pausa inducendo tra noi la possibilità di una frustrazione o gratificazione, e determinando una improvvisa instabilità emotiva dopo la quiete apparente di prima.

Senza raccontare la storia della protagonista, ne descrivere la seduta in modo più completo, mi limiterò a prendere lo spunto dal momento emotivo attivato dalla frase, per proporre alcune riflessioni in tema di frustrazione e gratificazione nella terapia analitica.

Quelle parole non mi sorprendevo, mi era noto infatti che la ragazza avrebbe dovuto compiere un viaggio di lavoro la settimana successiva, e questo fatto l'angosciava come ogni volta che doveva allontanarsi dalla famiglia.

Era naturale che mi venisse chiesta una seduta in più dato che non ci saremmo visti per una settimana ed era comprensibile, conoscendo i suoi sintomi, che fosse preoccupata ed angosciata: tutto ciò mi stava inducendo ad un immediato consenso.

Mi rendevo conto però che quelle parole, proprio perché si basavano su quel dato reale, e nonostante il loro tono educato ed indiretto (« venendo pensavo di ... »), mi stavano spingendo ad una eccezione, a modificare cioè il ritmo settimanale delle sedute (tre) che in questi anni di comune accordo ci siamo dati. Mentre scrivo nel tentativo di essere fedele e ricostruire quel momento, ricordo che questa azione implicita nella richiesta mi creava disagio e mi si rappresentava come un corpo estraneo, preparato lungo la strada per venire, e gettato nel campo tra lei e me. L'impulso a dire di no mi nasceva da questa emozione collegata al fatto che ritengo essenziale al lavoro analitico la chiara delimitazione delle regole stabilite fin dall'inizio, di cui anche il ritmo delle sedute è un aspetto. Dopo un « si » sopravveniva la spinta ad un « no » anche se troppo impulsivo, rigido e difensivo del mio modo di lavorare.

In quella sospensione e oscillazione tra sì e no, tra possibilità di gratificare o frustrare, si era inserito un momento di riflessione in cui cominciavo a domandarmi cosa si era fatto presente dietro quella richiesta così incerta ed indiretta, ma anche potente per l'oscillazione che aveva creato in me. Dopo le prime reazioni riacquistavo così un atteggiamento più corrispondente al lavoro analitico che mira a cogliere le varie risonanze che ogni comunicazione desta nel campo, anche quella a prima vista più che naturale e legata a circostanze reali come nel nostro caso.

Nel silenzio era quel modo titubante ed indiretto della domanda che cominciava ad attrarre la mia attenzione.

Cosa lo determinava? Come riflesso al « no » impulsivo percepito poco prima, potevo pensare ad un attacco alla regola stabilita anche se velato da quel tono che sembrava mettere tutto alla mia discre-

zione. Da questo punto di vista in quelle parole si faceva presente un'azione di rottura che frustrava le mie attese, e ad un tempo un'azione seduttiva, un « mi metto nelle tue mani » che poteva gratificarmi. Conoscendo la storia mi accorgevo che era in atto anche una ripetizione in quel suo chiedere. Davanti al panico fobico di malattia che ricorrentemente la invadeva, era solo la presenza della madre, il suo sguardo, la sua parola rassicurativa che lei stessa sollecitava, a farla ritrovare e ad allontanare l'angoscia anche se solo momentaneamente.

Anche i viaggi, come quello che stava per fare, potevano essere occasione di crisi paniche che si configuravano come paura di essere « pazza » e possibile autrice di atti inconsulti che, nella sua fantasia, minacciavano chiunque le si avvicinasse.

La titubanza nel domandare nascondeva forse il tentativo di uscire da quel rito ripetitivo di assicurazione che il sintomo le imponeva come un imprigionamento? Questo modo alternativo di vedere non eliminava la mia incertezza e manteneva la sospensione del silenzio che si era creata nel campo.

Il gioco di riflessioni e domande che tento di ripercorrere, mi sembra ora molto collegato alla condizione frustrante che derivava dalla mia incertezza. Oltre le ipotesi che andavo facendo nel tentativo di comprendere cosa del suo mondo interno esprimesse quel domandare, la mia attenzione era rivolta alla nostra relazione che si era modificata, divenuta più instabile e tesa in quel momento.

Da questa prospettiva la tendenza a rispondere impulsivamente prima con un « sì », poi con un « no », mi stava aprendo gli occhi sull'effetto che queste reazioni avrebbero provocato nella nostra relazione. Mi sembrava che in entrambi i casi avrei agito d'impulso eliminando ogni possibilità di lettura di quanto la spingeva a quella richiesta; per esprimermi con una metafora, sarei entrato in un ruolo recitando o la parte di chi, analogamente a sua madre, si pone come indispensabile per la sicurezza dell'altro, o di chi proibisce ogni deroga alla regola stabilita. Nessuno di questi ruoli corrispondeva all'incertezza del mo-

mento ed impersonarli, come ero stato indotto dalla domanda, era un modo per evitare la frustrazione, che avvertivo in quella mia sospensione o incapacità di risposta.

Era evidente che il « si » soddisfacendo il desiderio della giovane e impedendo ogni possibilità di approfondimento, era anche un'azione autogratificante per il ruolo di benefattore che mi avrebbe permesso di assumere.

Così il « no » sarebbe stato una frustrazione senza possibilità di lettura per lei, ma in fondo anche la gratificazione di un mio desiderio di essere un « analista serio » attento al setting. La percezione dell'azione psichica sulla relazione sia di un atto impulsivo frustrante che gratificante, mi faceva comprendere come anche una interpretazione, quindi un atto più meditato, non avrebbe trovato ne spazio ne efficacia in quel momento.

Anche se avevo rilevato i segni di una resistenza e di una ripetizione transferale in quel domandare, mi sembrava che centrando il mio intervento sulla presentazione di dinamiche che riguardavano solo il mondo intrapsichico della giovane, avrei tralasciato quanto avevo percepito considerando la nostra relazione.

Ponendomi in alto come colui che interpreta ed appare non toccato dalla situazione dell'altro, avrei comunque accentuato lo squilibrio tra lei e me che avevo già percepito come azione possibile del si e del no impulsivi.

In altre parole avevo l'impressione che anche facendo riferimento all'angoscia da lei ancora poco espressa, e a quel rito assicurativo che era ad un tempo resistenza e ripetizione transferale di quanto accadeva con la madre, avrei assunto un ruolo potente e avrei confermato lei in quella impotenza che ripeteva il sintomo. Il silenzio era ancora la soluzione migliore dato che avevo anche la sensazione che quel mio interpretare oltre che inutile e forse controproducente in quel momento, era per me un altro modo di liberarmi dalla tensione frustrante che si era determinata tra noi. In quello spazio teso per la mancanza di una risposta

si è fatta strada invece una sua associazione: « Mentre ero in sala d'aspetto — aggiunse la ragazza rompendo il silenzio — ho sentito che lei accompagnava alla porta ... credo una paziente. Quella voce ... appena sentita, mi ha dato l'immagine di una donna ossequiosa, troppo dipendente da lei. Così non voglio essere! ... Ma poi, entrata qui, ho cercato di parlare di altro ... ma è stato più forte di me chiederle una seduta in più ».

Queste sue parole orientavano sulla titubanza notata nella domanda iniziale. Esse mettevano in scena in primo luogo la relazione tra lei e l'immagine dell'altra donna che credeva di aver riconosciuto come dipendente nei toni della voce mentre stava uscendo;

in quel rifiuto violento (« così non voglio essere ») si facevano presenti la rabbia, la gelosia, il senso di esclusione, sentimenti attivi nella sua storia come nella relazione analitica.

In un secondo momento riappariva la sua modalità consueta di reagire all'angoscia per questa « se stessa » diversa e poco controllabile, nella costrizione a farsi debole e a richiedere, che anche ripeteva la storia passata e la rendeva attuale tra noi. Al tempo stesso nel tono delle parole che delineavano la costrizione ad entrare in quel ruolo, mi sembrava di cogliere la percezione che lei stessa aveva della necessità ma anche della finzione di quel suo porsi come « richiedente ».

La tensione del silenzio sembrava aver creato uno spazio ove la ragazza si era mossa riportando l'emozione e la fantasia provate prima di entrare in seduta, e la costrizione di quel chiedere anche se lo percepiva dissonante da sé.

Si può dire che l'azione frustrante di quell'attesa aveva mobilitato una risposta, ma anche favorito una possibilità di percezione di ciò che si era fatto presente, non ancora visto, fin dalle prime parole di richiesta.

È questo un esempio di come l'azione psichica di una condizione frustrante consenta un distacco interno utile a distinguere delle parti fino a quel momento bloccate e come agglomerate tra loro. La frustra-

zione sembra contenere la forza della separazione che, se aumenta la tensione e quindi la sensazione soggettiva di disagio mettendo in crisi, stimola la mobilitazione di energie e la possibilità della messa a fuoco di percezioni emotive prima indistinte. Anche l'analista comincia a distinguere e percepire tra le proprie emozioni, quando riesce a guadagnare distanza e a separarsi dai propri desideri attivati nel rapporto mettendosi in una condizione di « astinenza ». L'incertezza da me percepita in precedenza conteneva la potenzialità della frustrazione che ho tentato di delineare; anche a me era capitato, in quel vuoto di risposta, di mobilitare una serie di associazioni tratte dalla storia della giovane donna, e ad un tempo di percepire la fantasia di deformazione della relazione come conseguenza non solo di una possibile risposta impulsiva, ma anche di un più meditato intervento interpretativo.

In una situazione come nell'altra infatti mi sarei sentito indotto ad un ruolo, come affermavo poco fa, di potenza rispetto alla sua impotenza. L'associazione della paziente mi colpiva anche per le parti che metteva in scena: la prima era potente, intollerante di ogni dipendenza, aggressiva e gelosa; l'altra impotente e completamente soggetta all'imposizione di quella costrizione a chiedere per tenere a bada la prima.

Credo, ricostruendo la risposta che le ho dato, che a un livello ancora non lucido e conscio mi abbia colpito in quel momento l'analogia tra le nostre percezioni emotive.

Sia nella sua fantasia emersa prima di entrare in seduta, che in quella mia in cui mi sentivo indotto dall'emozione nel campo ad essere forte rispetto a lei debole, era in atto una medesima immagine che opponeva potenza a impotenza. Sul momento avevo chiara unicamente la mia sensazione empatica per la sua resistenza (la costrizione a farsi dipendente come unico ruolo già provato e sicuro davanti all'angoscia) e ad un tempo per la sua parte collaborativa che dallo stimolo della frustrazione aveva tratto la forza di portare la sua associazione.

Da questo punto di vista il mio esplicitarle quanto avevo percepito durante il silenzio, era un modo di distinguermi da quella spinta in alto (anche gratificante) che avevo sentito attiva, e di dare un quadro più completo di quanto era accaduto tra noi aggiungendo il mio vissuto.

In sintesi mi sono astenuto da ogni interpretazione ed ho descritto sia la mia oscillazione tra il « sì » e il « no » alla domanda iniziale, sia la fantasia, già nota al lettore e apparsa nel silenzio, in cui mi ero sentito in un ruolo che non mi corrispondeva sia con l'eventuale affermazione che con la negazione.

Con poche parole tentavo così di delucidare come davanti all'angoscia per la prossima partenza, sia lei che io avevamo percepito la costrizione a un modello di comportamento, o immagine di potente-impotente, che si riattuava sempre nel teatro del sintomo.

Il modello o l'immagine che era stata percepita sia nella sua che nella mia fantasia, grazie alla frustrazione condivisa di quel silenzio, tendeva a rimettersi in atto con la scissione dei ruoli che la componevano: a me toccava la parte potente, come accadeva con la madre, a lei quella impotente come unico modo conosciuto e rassicurante di reagire all'angoscia.

Considerando ora quel presentarmi sia nell'oscillazione dell'incertezza che nella fantasia, riconosco una azione di gratificazione. L'analista infatti si ridimensionava, un desiderio già presente nella associazione della ragazza (« non voglio essere come quella ») veniva soddisfatto. Si potrebbe dire che la distruttività presente nel sintomo (la compulsività dei suoi possibili atti « da pazza ») aveva trovato uno spazio di soddisfazione in quella riduzione dell'immagine potente del terapeuta.

Potrei aggiungere però che in quella perdita di potenza, desiderata ma anche temuta, l'analista non era scomparso (le conseguenze irreparabili dei suoi atti paventati) ma vivo al punto da poter esistere anche incerto sul da farsi come lei.

Credo che l'azione gratificante apra la possibilità di uno spazio più umano, un luogo dove non si è più

soli come invece accade davanti al vuoto dell'angoscia che fa perdere ogni dimensione riconoscibile. Si condivide qualcosa di ciò che ci rende diversi e che in genere occultiamo.

L'avvicinamento che così si era determinato nel campo, credo le permettesse di percepire quanto avevo aggiunto presentandole la mia fantasia. Quell'essere spinto in alto che avevo distinto da me e che lei stessa aveva vissuto poco prima nel « non voglio essere come quella », credo apparisse alla sua percezione più distinto, allo stesso modo del ruolo opposto della « richiedente » ad un tempo finto e obbligatorio.

La percezione di questa « finzione » permette di comprendere come nel sintomo siamo recitati da una parte che si impone.

Il termine finzione, per quanto insoddisfacente, è quello che meglio si adatta a ciò che voglio esprimere; ai miei occhi ha il medesimo valore della recitazione teatrale ad un tempo fittizia ma anche vera. Accorgersi di recitare il sintomo (la finzione percepita) è profondamente diverso dall'essere recitato da quella coercizione che si ripete.

In quel momento la gratificazione non era diretta al desiderio inconscio che, presente nella compulsività della domanda, doveva riattuare la scena completa, la situazione del primo soddisfacimento e quindi pretendeva come controparte la mia recitazione dell'accoglimento. Credo che a qualche livello, quanto nello scrivere ho tentato di rendere più chiaro, tranne le poche parole dette alla paziente, sia rimasto implicito in quel momento e abbia comunque avuto un effetto sulla giovane interlocutrice.

Lo ricavo dalla conclusione della seduta: il tempo era quasi trascorso e sorridendo lei ha aggiunto « mi ha legato le mani ». Se ne andava senza riproporre la richiesta di una seduta straordinaria e ci saremmo rivisti dopo il suo viaggio.

In quel sorriso ritrovavo il riflesso di uno stato d'animo che confermava un'alleanza ed una vicinanza tra noi, mentre nelle parole « mi ha legato le mani » sentivo il rimprovero per il mio lasciarla sola senza

che il desiderio fosse stato soddisfatto, ma anche la possibilità (implicita più nel tono che nella lettera delle parole) di poter fare quel tentativo.

Ora ripensandoci la frase acquista una risonanza simbolica anche più fonda, le sue mani nell'angoscia erano le protagoniste che potevano far emergere, con i loro atti non più controllati, il suo essere « pazza ».

Risalendo all'inizio di questo episodio mi rendo conto che ciò che mi ha aiutato è stata la percezione emotiva contraddittoria di quella domanda, da un lato vissuta come « corpo estraneo » anche invasivo, dall'altro nel suo essere prevedibile e assolutamente naturale in quella circostanza concreta.

In quel vuoto enigmatico che la contraddizione lasciava aperto, si è inserita la possibilità di attendere che è la premessa al pensiero, alla riflessione sia immaginativa che verbale, propria dell'atteggiamento analitico. In altre situazioni è proprio il « chiamare » della contraddizione che mi è venuto a mancare facendomi scivolare non tanto nella risposta impulsiva, quanto in un modo di interpretare che, solo dopo, mi accorgevo essere stato difensivo della teoria (casa mia) e di me stesso. Nell'esempio qui riportato, credo non sarebbe stata colta la doppia reazione emotiva percepita se il ritmo delle sedute non fosse stato così importante per me.

Il valore dato alla frequenza e al tempo dei nostri incontri trova il suo presupposto teorico nella delimitazione del campo di ascolto. Il ritmo degli incontri è solo un aspetto di quelle regole chiare e condivise che tendono a delimitare il lavoro analitico e che sono la premessa indispensabile all'ascolto. La domanda iniziale della protagonista modificava infatti quel limite a cui tengo proprio per poter ascoltare. Tutto ciò può apparire rigido e anche assurdo se visto dall'esterno senza dividerne il senso, credo però che la specificità dello strumento analitico si basi proprio su questa delimitazione come punto di riferimento nel tentativo di leggere al di là dell'apparenza o di saper ascoltare ogni comunicazione verbale e preverbale che accade nello spazio-tempo di una

seduta, in modo simbolico, come rimando a qualcosa che chiede sempre di essere definito e ridefinito.

L'azione della frustrazione e della gratificazione che tocca entrambi i partecipanti, è sempre presente e in opera proprio in questo lavoro di definizione. L'una e l'altra viste metaforicamente come tensione o distensione che avviene nel campo, come allontanamento o avvicinamento tra i due partecipanti, come esperienza soggettiva di solitudine e separazione o come compagnia e possibilità di condividere, favoriscono la « messa a fuoco » e quindi la percezione di quelle dinamiche sottese ad ogni comunicazione che sono lo scopo della ricerca.

Si può dire che tramite queste azioni psichiche ciò che prima era indistinto e confuso col soggetto, arriva alla possibilità della rappresentazione e del linguaggio.

L'associazione della giovane donna che era seguita al silenzio frustrante, come la sua frase finale, sono un esempio di questa possibilità aperta sia alla rappresentazione che al linguaggio. La prima era seguita alla tensione dell'attesa, la seconda alla soddisfazione del suo desiderio di vedere ridimensionata la potenza dell'analista, anche se il soddisfacimento era parziale perché non si era riattuada in tutte le sue parti (come accadeva con la madre) la messa in scena del sintomo, unico modo di gestire e pacificare il desiderio primitivo. Allo stesso modo riconosco anche in me l'azione delle forze psichiche che sottolineo, sia nella spinta alle associazioni che andavo facendo in quel momento, sia nella rappresentazione fantastica della deformazione della relazione che ora mi appare come un primo modo immaginativo di cogliere ciò che era presente nel campo.

Quanto era arrivato alla rappresentazione immaginativa e poi alla parola, tramite la tensione del silenzio e alla distensione del riconoscimento del gioco tra noi dell'immagine di potenza-impotenza, era una delucidazione di quanto stava accadendo ma anche una esperienza.

Veniva così raccolto un materiale utile alla costru-

zione anche se non era stata ancora esplicitata alcuna interpretazione. Questo momento si presentò successivamente quando, superato il viaggio in modo meno traumatico del previsto, venne il momento di usare il materiale emerso in questo nostro incontro per la costruzione interpretativa sia della resistenza che della ripetizione transferale impliciti in quel domandare.

L'atteggiamento analitico proprio perché delimita lo spazio-tempo dell'incontro dal reale, nell'intento di aprire la strada alla percezione di ciò che si fa presente in ogni apparenza, si configura come frustrante rispetto alle relazioni consuete. Il suo scopo ermeneutico impone una disciplina e un rigore a cui entrambi i partecipanti sono sottoposti, e ciò può frustrare i desideri più naturali e immediati nell'uno come nell'altro.

Questa condizione inerente al campo stesso della ricerca, credo favorisca quello stereotipo che identifica « analisi seria » come « analisi frustrante ».

Nel timore di uscire dal terreno rassicurante dell'« analisi seria » che gratifica il narcisismo di chi crede di attuarla sempre, si perde di vista il valore propulsivo che anche l'azione gratificante può avere per la percezione di quanto è presente nel campo. Si tende così a fare di ogni erba un fascio, senza considerare a chi è diretta questa azione, quale scopo persegue ed il suo carattere che può essere impulsivo anziché riflessivo.

Il lavoro analitico si differenzia da altre forme di terapia dello psichico non tanto per il gradiente di frustrazione e gratificazione, ma per lo sforzo costante di distinzione a cui entrambe queste azioni psichiche possono dare un contributo. Nelle situazioni in cui questa capacità di distinzione venga a mancare (la forza dell'inconscio supera più spesso di quanto non ammettiamo i nostri intenti), e la delimitazione tra spazio analitico e vita si fa più sfumata, gratificare come frustrare tendono a diventare atti impulsivi e perdono la loro potenzialità a servizio della definizione delle percezioni emotive in gioco. L'uno come l'altro atto vengono agiti e proprio perché inconsci

esaltano le loro potenzialità. La gratificazione in questa situazione può determinare rapidi e benefici effetti, anche superiori a quanto può fare il lavoro analitico con la sua lenta costruzione, ma proprio perché inconscia in chi la attua, può trasformarsi nel suo contrario come azione frustrante, impulsiva, a volte anche violenta, determinando delusioni catastrofiche.

La tendenza a perdere la delimitazione del campo analitico, che è retta ma anche solo rappresentata dalle regole esterne che configurano il rapporto, ha la conseguenza sia di eliminare ogni possibilità di lettura e conoscenza, sia di confondere l'interlocutore con la parte del mondo psichico che si attiva nel rapporto. Il rispetto della individualità dell'altro si identifica col rispetto degli scopi che il lavoro analitico si propone, ed in questa situazione, quando riesce, è possibile distinguere il gioco della frustrazione e della gratificazione come azione psichica agente sia sul paziente che sull'analista.