

I sentimenti dell'analista nel setting analitico

Saverio Pansé, Roma

La pratica dell'analisi psicologica comporta per l'analista l'assunzione di una particolare attitudine mentale, già da Freud denominata con l'espressione «attenzione liberamente fluttuante». Tale definizione può costituire un punto di riferimento per comprendere lo stato mentale ed emotivo dell'analista durante l'analisi. La funzione dell'attenzione, infatti, è quella che fra le miriadi di immagini, sensazioni, emozioni, pensieri presenti nella psiche, ne individua uno o più tipi, isolandoli dal contesto e facendone particolare oggetto di osservazione - o semplicemente rendendone più nitida la percezione. L'attenzione, come un fascio di luce, investe in pieno alcuni oggetti, ne colloca altri in penombra e infine lascia ampi spazi nella più completa oscurità. Dire che l'attenzione è «fluttuante», significa sottolineare il fatto che essa non rimane ancorata sempre agli stessi oggetti: il fascio di luce si muove nel campo ed illumina successivamente punti diversi - proprio come il ritmico movimento delle onde su una grande superficie liquida può spingere a riva reperti di ogni genere, per poi eventualmente ritrascarli al largo. Il fluttuare dell'attenzione dell'analista, inoltre, viene definito «libero», influenzato cioè da un dinamismo che prescinde dall'intenzione cosciente. Questo aspetto equivale alla prescrizione paradossale che impegna l'analizzando a «dire tutto ciò che viene in mente» e che -insieme all'obbligo di astenersi da ogni azione - rappre-

sentita la regola fondamentale dell'analisi. La particolare posizione dell'analista nella situazione analitica è diventata ormai proverbiale, caratterizzata com'è dalla cura di evitare ogni comunicazione che non sia diretta ad assecondare e a promuovere lo sviluppo del processo analitico. La struttura del «setting», così disegnata nelle sue linee essenziali, consente all'analizzando e all'analista di dedicarsi esclusivamente allo studio della realtà psichica e rende tollerabili i limiti di incertezza entro i quali il lavoro analitico produce effetti positivi e durevoli nell'esistenza concreta di chi ne fruisce.

In una situazione così complessa e artefatta, è impossibile che l'analista viva il rapporto con l'analizzando come un qualsiasi incontro fra due esseri umani. Egli, pur reagendo fra sé e sé ad ogni sollecitazione emotiva, finisce sempre per «occupare il posto di qualcun altro» o comunque per rappresentare una parte (o più parti successivamente) del mondo psichico dell'analizzando. Non solo, ma la situazione stessa quasi lo obbliga a prendere coscienza di tale movimento. In effetti, non si può negare che l'analista viva anche dei sentimenti relativi alla realtà del suo lavoro: egli è in un certo senso gratificato quando può formulare (a se stesso, naturalmente, perché qui non si fa questione degli eventuali interventi) ipotesi interpretative sul materiale che giungano a comprendere una vasta gamma di osservazioni, anche relative a elementi del suo mondo interno. Al contrario, sono «frustranti» i casi in cui si è costretti a «soffrire» soltanto ed a vivere comunque emozioni a cui non si riesce a dare un significato plausibile. Nel contesto di alternanze quantitative di intensità anche notevole, la gratificazione del comprendere e la sofferenza di non capire si avvicendano continuamente nell'esperienza dell'analista e sono addirittura contemporanei, ogni comprensione presentando sempre dei punti oscuri ed ogni oscurità contenendo almeno soltanto la promessa di nuove sintesi. Da quanto si è detto si comprende pure che nella pratica dell'analisi psicologica le singolari caratteristiche che definiscono la posizione dell'analista, implicano in costui l'acquisizione di una innaturale attitudine nei riguardi dei propri sentimenti, che li trasforma da momenti di vita ordinaria in

autentici e particolarissimi strumenti di lavoro. Ciò comporta una scissione fra il modo di essere dell'analista fuori dall'analisi e il suo modo di essere nel «setting». Oviamente, non è la sensibilità dell'analista che cambia nelle due circostanze - in analisi si attivano in lui, per così dire, i medesimi oggetti interni che animano la sua vita privata o professionale (al di fuori delle sedute: scambi con colleghi, ad esempio, o eventuali attività psicoterapeutiche, che comportano una diversa modalità di partecipazione rispetto all'analisi). Cambia nell'analista in tali ultimi contesti il modo di «trattare» i propri sentimenti che, come si è sottolineato, nel caso dell'analisi diventano veri strumenti di conoscenza.

L'esposizione di qualche frammento clinico potrebbe forse riuscire ad esemplificare in che modo ciò si realizzi - ed anche a far vedere come ogni discorso astratto, confrontato con la realtà, risulta sempre poco soddisfacente:

così, la disperazione che vela lo sguardo di Maddalena, genera in me l'impulso a consolare, ad assolvere da chissà quali colpe, mentre il tono sommesso della sua voce esercita una vera violenza. Per percepire le sue parole dovrei chinarmi in avanti, andare verso di lei, altrimenti posso soltanto immaginarne il senso, costretto ad aumentare la misura della sua sofferenza, essendo così cattivo da negarle udienza. *Gutta cavat lapidem*: quando ormai quasi anch'io penso che non c'è nulla da capire, ma che occorre solo consolare ed assolvere, quando l'Archetipo del Salvatore, attivo dentro di me, inizia a compiere anche all'esterno qualche percettibile gesto, vengo attaccato senza pietà, sento che non mi si risparmia nessun insulto, mentre sono apertamente espresse le accuse di insensibilità e lontananza. Che fare? Lo strumento principale dell'analisi è certo l'interpretazione, ma senza tutto questo patire non vi sarebbe nulla da comprendere e, soprattutto, da «rivivere» per l'analizzando.

La seduta di Renato oggi è diversa; solo adesso mi accorgo che sono trascorsi tre quarti d'ora da quando sto con lui. Ascolto i suoi racconti, i suoi sogni e le sue libere associazioni, rifletto su possibili nessi e di quando in quando intervengo per rammentare un precedente o per sottolineare un'analogia... sono così immerso nel lavoro che soltanto ora mi chiedo: dov'è finita l'atmosfera pesante degli ultimi incontri, la noia mortale indotta dai suoi lunghi silenzi, il balbettare imbarazzato in cui finivo coinvolto e che mi procurava feroci autoaccuse di ottusità e di insulsaggine? Eppure non c'è nulla nel materiale che esplicitamente o implicitamente giustifichi il cambiamento del tono dell'umore. L'ora termina e succede qualcosa che mi fornisce una possibile spiegazione: prima di andarsene, Renato mi porge la busta con l'onorario che non era stato in grado di corrispondermi, come al solito, alla fine del mese.

Allora forse era il peso del particolare significato che egli dava al suo debito, che lo schiacciava e rendeva «impossibile» e «inutile» il suo lavoro di analisi, comunicando anche a me un senso di colpevole inutilità...

E Mirella, non mi trasmette la cosa più importante che ha da dire avvolgendo il nostro incontro in un'inconsueta atmosfera erotica, che solo a seduta inoltrata ritrovo verbalizzata nel racconto del fatto eccezionale di quei giorni: il ragazzo con cui usciva da qualche tempo aveva cominciato a farle la corte e lei, che sentiva di non essersi mai veramente concessa ad un rapporto sessuale, lo aveva incoraggiato. Ne era seguito un «incontro bellissimo», al quale l'emozione subita dall'analista nella prima parte della seduta aveva dato un senso di seduzione transferale, nel momento stesso in cui ne aveva percepito la notizia.

Con Riccardo mi scopro a mettere a punto tecniche da «judo mentale», capaci di rintuzzare e capovolgere l'impeto dei suoi assalti. In effetti Riccardo sembra spesso come partire all'attacco di una trincea e mentre penso al modo di «provocargli» un'introspezione, quasi non mi accorgo che sono già preso nella sua fantasia.

I vissuti e i sentimenti dell'analista riferiti alla situazione analitica sono quelli che forse più facilmente lo ingannano per indurlo ad agire o per produrre comunque una zona cieca nella sua visione. Un sentimento, una fantasia o un impulso che investa direttamente l'analizzando nella sua realtà, per violento che possa essere o difficile da elaborare, è immediatamente riconosciuto come un oggetto su cui lavorare analiticamente. Invece, una valutazione o un giudizio relativo all'andamento dell'analisi pretende immediato diritto di cittadinanza nel mondo del concreto e può impercettibilmente condurre all'instaurarsi di una dinamica emotiva. *L'Anima*, dopotutto, è una sottile e complessa trama di rapporti, un gioco magico di repulsioni e attrazioni che prescinde dalla conoscenza razionale e che, anzi, si serve della razionalizzazione per i suoi fini concreti. Che cos'è la verità per *VAnima* se non l'esperienza di un cambiamento relazionale? E, viceversa, che cos'è spesso una relazione se non l'esteriorizzazione di un rapporto fra oggetti interni? Nel caso classico, quasi di scuola, fornito dal tipico fondo di resistenza omosessuale che rappresenta l'ostacolo insormontabile di molte analisi, l'analizzando rimane impenetrabile alle interpretazioni come al «pene del padre», chiuso nel sistema di un simbolismo paranoide che blocca il cambiamento e l'integrazione analitica. Con tutte le forze egli

combatte contro ciò che desidera, nel contesto di quel paralizzante cortocircuito di proiezioni, ambivalenze ed azioni il cui tipo viene espresso mirabilmente nella metafora edipica, emblema dell'analisi stessa.

In un drammatico passaggio della tragedia di Seneca, dal titolo *Phoenissae*, Antigone, la figlia di Edipo, interroga il padre sul suo interminabile esilio: «*Quem, genitor, fugis?*»- ed ottiene la consapevole risposta: «*Me fugio*». La domanda alla quale consegue la riflessione è qui posta da un personaggio profondamente partecipe alla dinamica intrapsichica e relazionale che viene portata alla coscienza. Come in analisi, la strada che conduce alla conoscenza e all'integrazione delle parti scisse, viene tracciata dalle forze stesse che sembrano voler impedire l'operazione. Le emozioni dell'analista, i suoi sentimenti, sono così «dentro» al processo da poter essere anche visti come aspetti della resistenza dell'analizzando - ma proprio come quest'ultima sono anche una via per arrivare a sciogliere il nodo della nevrosi, sterile groviglio di istanze contraddittorie e confuse. L'analista raccoglie i frammenti della realtà psichica dell'analizzando e diventa successivamente padre, madre, inconscio pulsionale, Super-Io, ecc. Questa frammentazione è il primo passo nel lavoro di chiarificazione del mondo interno dell'analizzando ed è generata dal «setting», nel suo duplice aspetto di situazione concreta - materiale, oserei dire - e di spazio relazionale creato dall'atteggiamento analitico. All'inizio della seduta l'analista rimane silenzioso in osservazione - attenta e «liberamente fluttuante» - dei comportamenti dell'analizzando. Tale contesto, che insieme ad aspetti contenitivi e gratificanti propone anche una certa dose di frustrazione, di fatto genera la frammentazione della realtà psichica in una serie di elementi parziali. Anche il silenzio può esprimere innumerevoli contenuti ed ha sicuramente un senso nel momento in cui si manifesta. L'analista in tal caso si chiede quale nesso possa esservi fra il comportamento silenzioso dell'analizzando e, ad esempio, i temi delle sedute precedenti. Inoltre, ogni silenzio propone impressioni particolari e diverse: irritazione, disagio, assopimento, benessere, dolore... l'analizzando è fermo, immobile, come

impietrito sulla poltrona, oppure tormenta nervosamente il bracciolo? Forse sfoglia un quaderno, o guarda fisso l'analista, o vero non sa dove appoggiare lo sguardo. Perciò, sia che si tratti di comportamenti negativi come il silenzio (ma anche l'assenza dalla seduta è materiale analitico) o di comunicazioni comunque non verbali, sia che si tratti di racconti, sogni o libere associazioni, la situazione analitica genera sempre una serie di frammenti - o dati frammentari - che l'analista registra lasciando che la loro somma produca in se stesso un effetto. Egli tratta questi frammenti come i pozzetti di un ideale «puzzle», li dispone davanti a sé fino a quando non *coglie un possibile legame che li articoli in un quadro* significativo. Questo potrebbe essere la manifestazione dell'inconscio dell'analizzando, che si fa presente in uno dei termini della situazione analitica. L'inconscio, infatti, è il legame nascosto e ripartito in innumerevoli diramazioni di senso, che regge le fila delle immagini, delle parole e dei comportamenti dell'analizzando. Il significato inconscio cerca in ogni modo di manifestarsi apertamente, e nella disamina delle operazioni che la coscienza pone in essere per non vederlo consiste buona parte del lavoro analitico.

La frammentazione della realtà psichica dell'analizzando, creata nel modo descritto dagli aspetti contenitivi e insieme frustranti del «setting», è sempre una manifestazione di energia aggressiva ed awiene in modo più o meno violento a secondo dell'intensità della frustrazione, della qualità dei controlli di cui l'analizzando dispone e della particolare dinamica attivata. I «frammenti» prodotti a volte sono vere e proprie schegge scagliate violentemente nell'analista che, nella fantasia dell'analizzando (identificazione proiettiva) ne perforano la pelle, per così dire, ed entrano nel suo mondo interno.

Già nelle pagine precedenti è stato fatto un riferimento all'analisi di Riccardo; ci fu tutto un periodo di questa esperienza in cui l'analizzando sembrava poter prendere contatto con i suoi contenuti emotivi soltanto dopo averli messi nell'analista. Questo movimento una volta si pro-

duisse in forma particolarmente evidente e l'interpretazione che potè aver luogo ebbe veramente il senso di una constatazione, comune ad entrambi i componenti della coppia analitica. Il riconoscimento, nella particolare modalità in cui si verificò, non interruppe il processo, ma rese in parte cosciente l'esperienza che l'analizzando continuava a farne. Così Riccardo cominciò ad affrontare i tempestosi affetti prodotti in lui da un tradimento subito, parlando di un'intuizione che aveva avuto e della cui fondatezza reale era certo: l'analista era stato tradito dalla moglie - lo aveva capito da un'espressione particolarmente significativa al riguardo che l'analista stesso aveva usato nel corso di un suo intervento, in un contesto diverso. In un'altra circostanza Riccardo ebbe la possibilità di verbalizzare il senso di colpa generato in lui da un episodio di masturbazione solo dopo aver espresso la fantasia che un certo silenzio dell'analista dipendeva dal fatto che questi era oppresso dalla vergogna per la masturbazione praticata.

I frammenti che in casi come quello esposto vengono introdotti nell'analista, contengono pulsioni parziali, aspetti superegoici, conflitti emotivi che per l'analizzando hanno il senso di vere bombe di profondità: se l'analista ne rimanesse distrutto o danneggiato, anche l'analizzando potrebbe esserlo. Se, al contrario, l'analista frequenta serenamente quelle che per il suo partner sono aree di emotività turbolenta, ciò significa che l'analisi propone un modello di contenimento valido, che come tale può essere interiorizzato, e che i contenuti espulsi possono essere elaborati e integrati nella personalità. Ora, le «bombe di profondità» lanciate dall'analizzando sovente mobilitano i sentimenti dell'analista, producono in lui una risposta emotiva che è sua personale, unica e irripetibile, che appartiene alla sua storia ed esprime il rapporto avuto nella sua esperienza di vita con gli oggetti attivati. La misura in cui l'analista convive con quelle emozioni o con il loro ricordo, senza agirle o fuggirle, delimita l'area tematica nel cui ambito l'analisi può svolgersi. Si può dire perciò che un'analisi termina anche quando l'analista è giunto al limite oltre il quale non può andare: anche se allora egli si ostinasse ad essere «tecnicamente» pre-

sente, non lo sarebbe affatto in realtà, non potrebbe, cioè, rimanere air«interno» del processo analitico, nel senso prima dato all'espressione.

L'essere contemporaneamente «fuori» e «dentro» il processo, è uno degli aspetti più peculiari e delicati della posizione dell'analista, evidenziato e discusso si può dire fin dalla prima analisi della storia. Si è visto come l'analista segua l'analizzando nel processo di frammentazione della sua realtà psichica, fino a quando la pressione del senso nascosto dietro i comportamenti dell'analizzando medesimo non diventa tale da aprirsi un varco nella sua coscienza. È importante notare che la presa di coscienza, che a questo punto può intervenire anche con l'aiuto di un'interpretazione, rappresenta solo un momento del lavoro di integrazione delle aree emotive scisse nel contesto della personalità. Questo lavoro interessa l'«essere» dell'analizzando, più che il suo «conoscere». La presa di coscienza è necessaria perché il processo di integrazione si produca: senza una consapevolezza da parte dell'io di quello che sta accadendo non sarebbe possibile mantenere l'alleanza terapeutica e per l'analizzando reggere il dolore che comporta l'integrazione. Ciò significa che l'interpretazione - il momento di più intensa vicinanza anche emotiva fra i due componenti della coppia analitica - interviene a risolvere i processi più superficiali, per rendere possibile il dispiegarsi dei processi profondi. Il fine dell'interpretazione è proprio quello di consentire un approfondimento della tematica. Il fatto dell'integrazione, perciò, avviene in un'area in cui l'analizzando è solo - l'analista non può seguirlo in un'esperienza che interessa il suo essere individuale. Spesso l'integrazione non può avvenire proprio perché l'analizzando deve ancora rimanere in contatto con una figura genitoriale, eventualmente proiettata sull'analista. La solitudine dell'analizzando è una dimensione che accompagna ogni istante di analisi ed inizia nel punto oltre il quale non può andare la presenza emotiva dell'analista al suo fianco. Nel momento in cui la conoscenza (*cum-scientia*) sprofonda nell'«essere», l'analizzando è solo con se stesso. L'analista vive in molti modi la realtà di quest'insondabile

lontananza del suo partner, che è poi anche lo spazio della sua libertà. Un esempio è dato dall'apparentemente paradossale fenomeno per cui l'analista sa di non «conoscere realmente» i propri pazienti. Egli, infatti, nelle molte ore di analisi, li osserva da un punto di vista ben lontano dalla loro dimensione esistenziale concreta. Viceversa i sentimenti vissuti dall'analista (valutazioni, emozioni, pensieri), per quanto possano essere intesi, sono come sradicati dalla vita concreta, e trovano il loro significato solo nella complessa e artefatta realtà dell'analisi.

Si è detto che le situazioni in cui i sentimenti possono indurre l'analista a lasciarsi coinvolgere in una dinamica emotiva nel rapporto con l'analizzando, sono quelle che sembrano comportare valutazioni e decisioni concernenti problemi tecnici dell'analisi o che implicano la considerazione dei risultati raggiunti. In effetti in circostanze del genere si può non vedere come mantenere una posizione neutrale (equidistanza fra le parti in conflitto della personalità dell'analizzando) ed essere spinti ad identificarsi con una particolare figura presente nel campo. In certe fasi, inoltre, l'analista riveste un ruolo così importante nella mente dell'analizzando da poter influire notevolmente sulle sue scelte e può sentirsi obbligato ad esercitare questa influenza per bloccare, ad esempio, un comportamento palesemente autodistruttivo, pur ben sapendo che il lavoro analitico esclude interventi diretti nella realtà dell'analizzando. In questo caso forse si può dire che l'analista rimane neutrale solo fino al punto in cui lo sostiene il senso dell'utilità del lavoro analitico, solo fin dove, cioè, effettivamente ritiene che il vantaggio che l'analizzando può ricavare da una buona analisi, vale la perdita di tempo, di danaro o di energie affettive, eventuali conseguenze di una scelta sbagliata.