

# Sulla metodica dell'interpretazione dei sogni

*Hans Dieckmann, Berlino*

(1) Kohnstamm. citato in Siebenthal. *Die Wissenschaft vom Traum*, Berlin - Göttingen - Heidelberg, Springer-Verlag, 1953.

La letteratura sul sogno è sempre stata affascinata dall'idea della eterogeneità del nostro mondo onirico rispetto al mondo dell'esperienza cosciente. Ogni volta che nella letteratura si parla di complesso dell'io, si parte senz'altro dal presupposto che nel sogno questo complesso si dissolve, che si verifica una dissociazione, che i confini dell'io scompaiono o che l'io stesso non dispone più della relativa capacità di coordinamento delle singole componenti psichiche. Così scrive ad esempio Kohnstamm nel 1927 (1): « La direzione monarchica dell'insieme dei processi psichici viene meno, e con essa anche il ricomporsi cosciente del nostro essere fisico e spirituale nell'unità dell'io ». Freud è stato il primo a concepire il sogno come uno stato simile alla psicosi; da allora non si fa che parlare del mondo onirico come di qualcosa di complicato, di astruso, di apparentemente privo di senso, che solo con grande difficoltà riesce a trovare una giusta collocazione nella nostra coscienza della veglia. Ma basta seguire un cospicuo numero di sogni per un ampio arco di tempo ed ecco che si affacciano dei dubbi su questa concezione; da qualche tempo mi vado chie-

dendo se non è in seguito al manifestarsi di qualità di esperienza e di combinazioni fantastiche nuove che in certi momenti sopravvalutiamo questa eterogeneità del sogno rispetto all'esperienza da noi vissuta nella veglia. Sicuramente nell'lo del sogno possono presentarsi qualità di esperienza vissuta nuove ed eterogenee. che non corrispondono alla realtà. Si pensi ad esempio ai sogni, molto frequenti nella pubertà. In cui ci si immagina di volare, e così pure quelli dell'incontro con un sosia ovvero della scissione dell'lo in due persone, una che osserva e l'altra che agisce. E' anche sicuramente esatto dire che nel sogno si verifica un allentamento dei confini dell'lo e che l'lo del sogno non dispone della stabilità e coordinazione proprie dell'lo cosciente, così com'è sicuro che si ha un indebolimento dei sistemi di difesa. Noi rimaniamo. è chiaro, particolarmente affascinati dalle forme estreme e dalle metamorfosi dell'lo. E' raro oggi trovare un libro dei sogni che non citi il famoso sogno del filosofo cinese Chuang Tzu, in cui questi sogna di essere una farfalla, e ricollega all'episodio la questione filosofica se sia stato un uomo a sognare di essere una farfalla o una farfalla a sognare di essere un uomo. Si tratta certamente di un sogno molto suggestivo. e non possiamo escludere, sulla base dei vari resoconti di cui disponiamo, che sogni simili esistano realmente. Nessuno però ha scritto sinora quanto frequenti essi siano e in quali individui o in quali manifestazioni morbide siano soliti presentarsi. Sulla base del materiale in mio possesso (oltre 50.000 sogni di pazienti), e anche per la conoscenza dei miei sogni personali e le numerose inchieste condotte presso colleghi, devo constatare che sogni di questo genere hanno un carattere di straordinaria rarità. Nell'intero corso della mia attività analitica li ho potuti sperimentare solo due volte: uno è il caso di una paziente tossicomane, che sognò di essere un fiore che sapeva correre, l'altro risale agli inizi della mia formazione di analista: ricordo di aver sentito allora, in un seminario, il racconto di una psicotica che aveva sognato di essere un vaso. Sarebbe interessante indagare con quale frequenza e in quali stati patologici si presen-

tano in genere sogni di questo tipo. I due casi da me osservati mostravano anche nell'esperienza della veglia gravissimi disturbi dissociativi del complesso defilo. e mi sembra probabile, come dimostrerò anche in seguito, che tali sogni si verificano solo in presenza di gravi malattie psichiche o forse anche, se vogliamo dar credito al sogno di Chuang Tzu, nel caso di personalità dalla spiccata capacità creativa, che siano in grado di intraprendere processi di identificazione del tutto inusitati.

Per lo più il comportamento dei pazienti nel sogno è straordinariamente simile, se non identico, a quello dello stato di veglia. L'io del sogno adopera le stesse formazioni difensive, vive le stesse sensazioni e gli stessi sentimenti che avrebbe vissuto nella realtà trovandosi in una situazione analoga. Al contrario di quanto si suole affermare, il complesso dell'io dispone di un grado elevato di costanza e stabilità, e non ha affatto la tendenza a dissolversi e a dissociarsi in larga misura nel sogno, bensì è fortemente impegnato a conservare, anche nell'io del sogno, le sue funzioni. Ciò non esclude che vi siano fenomeni ben evidenti di allentamento e che il sogno sia lo strumento più idoneo a fornire al complesso dell'io qualità di esperienza vissuta nuove o represses.

In un passato lavoro (2) ho descritto tanto questi processi di integrazione che si verificano nell'io del sogno quanto il mutare delle sue forme di esperienza e dei suoi modi di comportamento nel corso del lavoro analitico. A suo tempo ero giunto alla conclusione che la maggior parte dei fenomeni di trasformazione verificantisi durante l'analisi passa dapprima per l'io del sogno, per arrivare poi più agevolmente, grazie a questo tramite, a livello del cambiamento cosciente. Nelle qualità di esperienza e di comportamento dell'io del sogno di regola non troviamo confermata né la teoria dell'appagamento di desiderio né quella della funzione compensatoria: l'io del sogno infatti cerca di conservare anche nel sogno la continuità del complesso dell'io. Una ragazza di 14 anni sognò che, salendo per una scala, era presa e trattenuta in una casa da un altro bambino, col quale veniva quindi a furi-

(2) H. Dieckmann, « Integration Process of the Ego-complex in dreams », *The Journal of Analytical Psychology*, vol. 10, n. 1. 1965.

bonda colluttazione. Nella realtà questa ragazza era presa effettivamente da accessi selvaggi di aggressività non appena qualcuno la sfiorava. Un paziente che fugge continuamente davanti ai suoi problemi, all'inizio farà la stessa cosa anche nel sogno, e non sarà certamente l'eroe che affronta i suoi nemici. In una serie di sogni che ho descritto nel summenzionato lavoro una paziente fortemente inibita a livello orale all'inizio si vede sempre in negozi vuoti, dove non può comprare niente e dove non riesce a farsi dare niente a causa di altra gente che le passa avanti. Solo nel corso di un confronto analitico abbastanza lungo si arriva al risultato che la paziente sogna finalmente di comprare, e anche di farsi dare. nel negozio ciò che desidera. Subito dopo questo sogno, nella paziente compare una corrispondente modificazione del comportamento anche nell'esperienza della veglia. Anche il caso del borghesuccio sessualmente inibito che, giacendo nel letto accanto alla moglie anziana e poco attraente, sogna di fare le orge con altre donne giovani, non esiste nella realtà. Anche per l'inibito sessuale occorre una lunga analisi e un relativo rilassamento prima che compaiano sogni in cui possa fare esperienza della sessualità. Il che vuol dire: solo quando l'lo del sogno recepisce un problema, questo diventa suscettibile di coscienza.

Ora, a me sembra che questa continuità che il complesso dell'lo conserva nell'esperienza della veglia e nel sogno, presenta, dal punto di vista metodologico un vantaggio assai rilevante. Ne deriva infatti, su questo piano, la possibilità di attirare all'inizio l'attenzione del paziente sui paralleli, per lo più ben visibili, tra i suoi schemi correnti di esperienza e di reazione e l'lo del sogno. L'istituzione di analogie e paralleli da un lato fa sì che il paziente cominci col riconoscere in sogni confusi, privi di senso e per lui incomprensibili. caratteristiche note. Su questa base si può quindi costruire un primo ponte di collegamento — e di comprensione — col sogno. E' noto infatti che la possibilità di istituire relazioni sussiste solo quando si riconoscano analogie e caratteristiche note. mentre ciò risulta assai più arduo, e forse notevolmente

noioso, se si tratta di qualcosa di totalmente ignoto ed incomprensibile. Il sentimento dell'Io, che alberga chiaramente nell'Io onirico, contribuirà a facilitare questo processo. Dall'altro lato il prodursi di esperienze, motivi e simboli nuovi, singolari e inusitati fa sì che abbiano inizio quei fenomeni di rilassamento che noi cerchiamo di provocare nel processo analitico, e che permettono il confronto col materiale psichico represso o rimosso, o consentono all'Io di occuparsi delle nuove acquisizioni necessario alla sua situazione e di integrarle. La vecchia regola di base stabilita a suo tempo da C. G. Jung (3), secondo cui bisogna interpretare il livello oggettivo prima di quello soggettivo, acquista con ciò un valore e un rilievo diversi da quelli del semplice confronto con le persone che stanno in relazione personale col sognatore. Se infatti, all'inizio di una terapia analitica, cominciamo con l'osservare le figure e i simboli del sogno — eccettuato l'Io del sogno — come oggetti, ci concentriamo sul l'Io del sogno e accentuiamo la continuità del complesso dell'Io, daremo al paziente in tal modo una maggior dose di sicurezza nel muoversi in quel mondo inferiore che gli era rimasto fino a quel momento oscuro e incomprensibile. Ciò è tanto più importante in quanto sappiamo bene che in pratica ogni paziente che va in cerca di noi presenta all'inizio una certa debolezza dell'Io, e sappiamo anche che il processo analitico tende sempre da un lato al rafforzamento e alla stabilizzazione graduale dell'Io, dall'altro si propone la possibilità e la sincerità del confronto col materiale inconscio.

(3) C. G. Jung, « Considerazioni generali sulla psicologia del sogno », in *La dinamica dell'Inconscio*, Torino. Boringhieri. 1976. pp. 285 ss.

Proprio a causa di questa carente stabilità dell'Io otteniamo assai di rado che all'inizio di una terapia analitica il paziente si metta a lavorare con noi, in modo veramente costruttivo, sul suo materiale inconscio e i suoi sogni. Di regola ci imbattiamo in formazioni e processi difensivi ben precisi, che ci daranno da fare continuamente anche in seguito, nel corso della terapia. Desidero dunque parlare innanzitutto delle forme più frequenti ed usuali in cui tale difesa si manifesta. Mi servirò a questo scopo del modello tipologico. che a mio avviso abbraccia meglio di ogni altro

le funzioni dell'Io e quindi anche la difesa, e che mi consente inoltre di dimostrare come la continuità di queste stesse funzioni si conservi sin nell'attività onirica. Mi riferisco al modo in cui il complesso dei-ris cosciente si pone di fronte al materiale del sogno. Una diagnostica tipologica che si basi puramente e semplicemente sul contenuto onirico a tutt'oggi non esiste, lo comincerò principalmente dai tipi di atteggiamento — introversione ed estroversione — farò poi alcune osservazioni sui tipi funzionali.

I sogni dell'introverso e il suo atteggiamento verso di essi possono essere, in base alla mia esperienza, di due specie diverse. Può darsi che l'introverso, secondo la descrizione che si fa abitualmente di questo tipo, viva nel suo mondo onirico più che nella realtà. In questo caso egli vi si muove quasi come in un sistema chiuso. Spesso tali pazienti portano, già all'inizio dell'analisi, una gran varietà di sogni straordinariamente vivaci e ricchi di colore, e si muovono in questi sogni come se fossero a casa propria. Nel caso che essi forniscano spontaneamente amplificazioni o idee che passano loro per la mente (*Einfälle*), lo fanno con grande larghezza, ma colpisce che queste idee improvvise (*Einfälle*) abbiano un rapporto assai esiguo — se pure lo hanno — con la realtà esterna. Nei casi estremi sembra quasi, a tutta prima, che questo tipo sia avviluppato nei suoi sogni come in un bozzolo e che ci si possa muovere all'interno di questo bozzolo in modo straordinariamente vivo, colorito ed interessante — spesso ci si può immergere reciprocamente in un mare di eccitanti ed entusiasmanti amplificazioni — senza però poterlo cambiare in niente; e pare quasi che una vita al di fuori dei motivi onirici non esista affatto. Se questo genere di difesa è molto marcato, anche gli interventi dell'analista, che si propongono di portare ad associazioni obiettive, non gioveranno a nulla. Pertanto, con questi pazienti, seguo di regola questo modo di procedere: per un certo tempo lascio libero corso al processo, finché esso non appaia pienamente comprensibile ad entrambe le parti; allora lo interpreto direttamente, per poter al tempo stesso discutere col paziente fino a che punto nella vita reale

egli persevera in una introversione regressiva di questo genere, quanto grandi siano le sue carenze percettive nei confronti dell'ambiente circostante, in che misura infine i suoi sintomi morbosi possano eventualmente ricollegarsi a questo problema.

La seconda forma della difesa introversa consiste nel fatto che sogni e fantasie non hanno alcun rapporto col complesso dell'Io poiché questo rapporto è spezzato. Il tratto più caratteristico in questi pazienti è la modalità del sogno diurno. Pur avendo fantasie — per giunta in misura così abbondante che possono portare a forti disturbi del lavoro e della concentrazione — questi pazienti non sanno assolutamente di averle. Se richiamiamo su ciò la loro attenzione, mentre se ne stanno lì con aria assente, ritornano alla realtà e spesso con grande sforzo si rammentano che forse una fantasia era in loro, ma ormai ne afferrano solo i resti. Un'impressione analoga si riceve anche dai sogni di questi pazienti. Spesso essi raccontano che hanno avuto sogni lunghi e particolareggiati e che si ricordano di aver sognato per tutta la notte senza poter ritenere nulla. Solo dopo averli interrogati si riesce a scoprire in qualche caso che ancora sono presenti scarsi resti, ed è caratteristico di questi pazienti che, nel riferire questi resti, insistono sul fatto che si tratta solo di parti assolutamente irrilevanti dei veri e propri sogni, e che i veri sogni essi non sono in grado di ricordarli. E' senz'altro possibile che, per periodi di tempo abbastanza lunghi, non riusciamo ad ottenere da questi pazienti alcun sogno. In questi casi il primo compito della terapia analitica è di chiarire innanzitutto come è avvenuta questa demolizione delle fantasie, e quali paure si celano dietro al fatto di difendere in questa forma il proprio mondo fantastico. E' tipico di questi pazienti che la difesa delle fantasie non va di pari passo con la loro discriminazione, in quanto essi tengono in gran conto i sogni e l'attività fantastica, vi attribuiscono grande valore e sono convinti, come tutti gli introversi, che in fondo essi sono più importanti della realtà esterna. Perciò, nella maggior parte dei casi, si trova in questi individui un evidente rincretimento per la loro incapacità di ricor-

dare, con tutta la buona volontà, i sogni e le fantasie. Anche l'estroverso può reagire con i due meccanismi descritti ad un corrispondente disturbo della relazione con l'inconscio, cioè col dilagare dei sogni da un lato, col blocco dall'altro. Solo che questi meccanismi hanno, nell'estroverso, un altro carattere. La marea onirica si trova principalmente in quei pazienti che presentano tratti strutturali fortemente isterici — non per niente Jung cominciò col descrivere l'estroversione nell'isteria grave (4) —. Nei casi estremi il paziente può riempire intere sedute, o portare vari fogli scritti fra una seduta e l'altra, con la descrizione di sogni straordinariamente vivaci e ricchi di colore, anche se per lo più frantumati in molti episodi fuorvianti. Questi sogni però stanno come una specie di corpo estraneo accanto al complesso dell'Io, che continua ad essere occupato in tutt'altre cose e a non curarsene affatto. L'abbondanza di sogni diventa in questo caso una difesa, nella misura in cui serve a riempire la seduta analitica, in modo che non resti tempo per riflettere a fondo sui problemi contenuti nel sogno e sul proprio atteggiamento interiore riguardo agli avvenimenti esterni. Anche il blocco che si crea nell'estroverso tra complesso dell'Io e sogno appare diverso da quello sopra descritto dell'introverso. Anche qui, è vero, i pazienti non ricordano alcun sogno o ne ricordano solo esigui brandelli; è chiaro però che in alcun modo essi sono immersi in un mondo fantastico che proceda parallelamente alla coscienza. Non si ha con loro l'impressione che da l'introverso, la cui anima, come un uccello forestiero, è volata via per parlare nella lingua dei popoli primitivi: semplicemente, essi sono orientati esclusivamente sull'oggetto esterno. Fantasmi e sogni sono per loro quelle tali assurdità senza valore quali erano per la mentalità di larghi circoli razionalistici del secolo scorso. Essendo la loro libido esclusivamente orientata sull'oggetto esterno, essi non sono in condizione di badare ai loro sogni e di ritenerli. Gran parte dei pazienti che nella seduta dichiarano « ho sognato qualcosa, ma l'ho subito dimenticata » appartiene a questo tipo. Un paziente da me descritto

(4) C. G. Jung, « Sulla questione dei tipi psicologici ». in *Tipi psicologici*, Torino. Boringhieri, 1969, pp. 502 ss.



(5) H. Dieckmann, « Ober einige Beziehungen zwischen Traumserie und Verhaltensänderungen, in einer Neurosenbehandlung », *Zeitschrift für psychosomatische Medizin*, Ottobre-Dicembre 1962.

(6) H. Kohut. *Narcisismo e analisi del sé*. Torino. Boringhieri, 1976.

(7) E.S. Edinger, *Ego and Archetype*, New York. Putnam's and Sons, 1972.

(8) E. Neumann. *Ursprungsgeschichte des Bewusstseins*, Zürich. Rascher-Verlag, 1949.

diffusamente in altra sede (5), nella prima fase del trattamento, riferiva — e neppure sempre — sogni consistenti al massimo in una frase: per esempio « nuotavo nell'acqua con parecchie donne » e simili. Solo grazie a una conseguente registrazione dei motivi contenuti nei sogni e a un'analisi della sua difesa si riuscì a rimuovere il blocco, e per tutta la durata della terapia il paziente, di per sé individuo molto semplice ed incolto, portò sogni davvero animati e suggestivi, finché i suoi sintomi andarono scomparendo, le sue forme di esperienza e di comportamento cambiarono ed egli stette di nuovo bene. Allora smise un'altra volta di sognare, ovvero di osservare i propri sogni. E' evidente che le forme qui descritte di disturbi della relazione nei tipi di atteggiamento hanno chiare corrispondenze coi disturbi narcisistici descritti da Kohut (6). Ciò è d'altra parte ovvio, dal momento che il tipo di atteggiamento si fonda sempre sulla relazione soggetto-oggetto e ogni perturbazione profonda di queste funzioni rientra sempre, comunque, nell'ambito del narcisismo. Di fronte ai numerosi paralleli esistenti tra il patrimonio di pensiero della psicologia analitica junghiana e la concezione di alcuni moderni freudiani come Hartmann, Kohut e altri, rincrebbe davvero che la collaborazione delle scuole sia tanto carente. E' anche chiaro che qui si tratta, a seconda dei casi, o di una parziale inflazione o di alienazione nel senso inteso da Edinger (7) e che il disturbo rientra pertanto sostanzialmente nell'ambito dell'asse Io-Sé (Neumann) (8). Così si spiega anche che questi disturbi fra complesso dell'Io da un lato e registrazione, comprensione ed elaborazione dei sogni dall'altro non sono in alcun modo semplici da eliminarsi, anzi, specialmente in casi gravemente disturbati, spesso si trascinano per tutta la durata dell'analisi. L'analista che perde la pazienza e cerca di correggere la situazione con « indicazioni di comportamento ». ottiene in questo caso il risultato di uno spostamento dei sintomi o di una interruzione dell'analisi. Metodologicamente, com'è ovvio, tutti questi disturbi vanno trattati in modo diverso. Non esiste, com'è normale nell'analisi, un « know how » universale. Inoltre

queste differenti forme di disturbo della relazione con l'inconscio hanno, per ciascun caso, uno specifico retroterra causal-genetico individuale. Sebbene, a nostro modo di vedere, l'analisi non va spinta in forma meramente regressiva sin nell'infanzia, tale retroterra deve tuttavia essere conosciuto. Bisogna che l'analista sappia perché e in quale fase è apparsa questa difesa dell'inconscio, e come mai, all'epoca del suo apparire, essa rappresentava l'unica protezione adeguata della psiche contro un danno che sarebbe stato ancora maggiore. Questa comprensione del significato della resistenza permette anche all'analista di tollerare un provvisorio mantenimento dello status quo, evitando di esporre un Io ancora debole e instabile, che non è stato in grado sino a quel momento di addestrare a sufficienza le sue funzioni, ad un influsso dell'inconscio, per il quale non è ancora maturo. Ciò è perfettamente conforme a quanto Jung afferma ne *La psicologia del transfert* (9), cioè che un senso della resistenza consiste nel proteggere le danneggiate funzioni dell'Io e deve essere pertanto rispettato.

Per quanto riguarda i tipi funzionali, anch'essi reagiscono ciascuno in una forma specifica e caratteristica al fenomeno sogno. Non è questo il luogo per dilungarsi troppo sulle caratteristiche dei sogni specifiche dei vari tipi e sul modo in cui il complesso dell'Io, a seconda che prevalga l'una o l'altra tipologia, si pone nei riguardi del sogno. Voglio dunque limitarmi a sottolineare la caratteristica di volta in volta tipica e predominante.

Il tipo intellettuale, a prescindere dall'irritazione e dal fastidio che prova dinanzi alla struttura « insensata » e illogica dei suoi sogni, si distingue, così come il tipo sensoriale, per il fatto di tagliare dal racconto le emozioni. Da lui si ottiene di regola una descrizione dell'azione in cui spesso vengono tralasciati gli elementi poco chiari o irrazionali, che non si inseriscono opportunamente nell'azione stessa. Questi elementi, nonché i sentimenti che li accompagnano, li apprendiamo solo attraverso opportune domande nel corso della seduta.

(9) C.G. Jung, *La psicologia del transfert*, Milano, Il Saggiatore, 1962, pp. 28-29

Anche il tipo sentimentale sopprime spesso gli elementi onirici oscuri e irrazionali che non si adattano al contesto. Al contrario i suoi racconti si distinguono per le descrizioni, ricche di particolari e differenziate, delle varie impressioni sentimentali e sensoriali. In un caso estremo ho potuto fare esperienza di una paziente che descrisse il suo stato d'animo nell'incontrarsi con un'altra persona nel sogno per due interi fogli, con sfumature sempre nuove e via via più sottili.

Nell'intuitivo invece ciò che spicca è proprio l'attrazione per l'insolito o l'indeterminato. Sia nel caso di sogni ricchi di fantasia che nel caso di sogni più banali, questo soggetto è comunque impressionato da ciò che gli appare nuovo, ignoto, o che sembra discostarsi dal luogo comune. La difficoltà consiste nel l'elaborare con lui tale materiale, perché certamente costui vedrà nel sogno successivo qualcosa di totalmente nuovo, e nel caso dovesse risultare che non si tratta proprio di una novità, bensì dello stesso problema in una simbolica diversa, risponderebbe quasi certamente con un calo dell'interesse. Al contrario di quanto avviene per i tipi più razionali, raramente sentiamo da questi pazienti, almeno nelle prime fasi del trattamento, lamentele per una presunta eccessiva discontinuità del processo analitico, per l'emergere nei sogni di troppi temi diversi, e per la mancanza di un ordine preciso in cui vengano sognati, o elaborati, i vari problemi.

Il sensoriale, come vuole il suo tipo, descrive il materiale fattuale dei suoi sogni. Tipico del sensoriale estroverso è, in base alle mie osservazioni, un frequente ricorrere di sogni che riproducono avvenimenti esterni della giornata in modo abbastanza simile, o proprio identico, a come si sono svolti realmente. Da questo materiale non si può ricavare nulla prima di aver indotto il soggetto a riflettere sulle ragioni per cui il suo inconscio ha catturato proprio quell'avvenimento e non un altro; i problemi che si celano dietro a questa situazione sono per lo più ben nascosti. Tuttavia più introverso è il soggetto più i suoi sogni inclinano al magico, al mitologico, al farsesco. Anche qui si dà valore particolarmente alla dettagliata descrizione di oggetti, persone o simboli. Per esempio si riesce a sapere

esattamente quale abito portava una determinata persona. per esempio un mago. ma difficilmente si riesce a sapere quale effetto esso ha avuto sul suo Io del sogno.

Tutte queste descrizioni, com'è ovvio, solo in casi eccezionali si presentano allo stato « puro ». Come nella realtà, in ogni esperienza onirica entrano in gioco tutte e quattro le funzioni, in particolare quelle ausiliarie hanno anch'esse una parte nella descrizione del sogno che ha luogo nella situazione analitica. Il quadro tipologico deriva in genere solo da una certa accentuazione ed è particolarmente chiaro finché nel processo analitico non si siano sviluppate, accanto alla funzione principale, anche le altre funzioni.

Come ho detto già prima, il complesso dell'Io è da considerarsi in modo palese come uno dei punti più stabili nel sogno. D'altronde ciò è necessario, se si pensa che l'esperienza particolare che si vive nel sogno deve pur essere recepita da qualcosa, o confrontata con un Io che si mantenga costante, perché possa essere registrata e elaborata. Finché si vive qualcosa, il depositario di questa esperienza vissuta è sempre l'identico Io (10). Ora, entro il processo analitico si verifica, al riparo della situazione transferenziale e controtransferenziale, un allentamento diretto delle strutture dell'Io. Quest'ultimo può rinunciare ai meccanismi di difesa e dare uno sviluppo più ampio a certe funzioni danneggiate e compresse specie nelle nevrosi. può rifiutare i controlli e le strutture organizzative, aprire i suoi confini e dare libero accesso a nuovi contenuti di esperienza. Perciò accade che nel sogno, come afferma De Sanctis (11), la coscienza si sviluppa parallelamente alla coscienza dell'Io, e che tra Io e coscienza si viene a creare un legame molto stretto.

(10) C.G. Jung, *Tipi psicologici*, cit, p. 468.

Da qui, a mio avviso, l'esigenza metodica di porre, nell'interpretazione ed elaborazione dei sogni, più decisamente l'accento sull'Io del sogno e di metterlo al centro di quel processo di sviluppo e di maturazione che è l'individuazione. Ciò che l'Io non riesce a fare nel sogno, non può farlo neppure nella realtà, e finché

(11) S. De Sanctis, *I Sogni e il sonno nell'isterismo e nell'epilessia*. Roma, 1896.

(12) E. Neumann, « Zur Psychologie des Weiblichen ». in *Umkreisung der Mitte*, Zurich, Rascher-Verlag. 1953. trad. it. *Gli stadi psicologici dello sviluppo femminile*, Padova, Marsilio Editori, 1972.

esso è costretto nel sogno a fuggire dinanzi a determinati contenuti di esperienza, si sottopone il paziente a uno sforzo sproporzionato se gli si chiede di integrarli. Una paziente con gravi turbe nella formazione della relazione eterosessuale sognava, nella prima fase analitica, quasi esclusivamente uomini con le caratteristiche della sopraffazione, della persecuzione e della violenza, ai quali ella era esposta priva di difesa, il che corrispondeva, attenendosi a E. Neumann (12), allo stato iniziale di irruzione dell'Uroboros patriarcale nell'unione duale madre-figlia. Solo quando cominciarono ad apparire dei sogni in cui queste figure maschili erano diventate meno brutali ed erano presenti inoltre figure soccorrevoli e protettrici, ancor più, quando la paziente fu finalmente in grado di affrontare nel sogno i suoi persecutori, allora ella fu capace di accettare anche nella realtà relazioni con uomini. Ma fino a quel momento aveva eretto di fronte a qualsiasi uomo una barriera difensiva che non era possibile infrangere.

Lo stesso vale per l'integrazione di nuovi contenuti sentimentali. Un uomo d'affari quarantenne, che conduceva l'esistenza convulsa e stressante del manager, fece questo sogno: « Io sono in casa di Liv Ulmann. (Scene da un matrimonio). Ho con lei un rapporto molto tenero e affettuoso. Lei mi porta nella sua camera da letto, lo le chiedo dove si trovi il marito, che nel sogno è Hans Albers. Lei risponde che è fuori e che è arrabbiato perché non aveva trovato i biglietti per il teatro. In questi casi quasi sempre si ubriacava. Io ero preoccupato al pensiero che potesse tornare e rinunziare a spingere oltre le nostre faccende. La persuasi ad andare via di lì e a cercare un luogo più tranquillo e sicuro ».

Le donne dei suoi precedenti sogni erano sempre state figure anonime, tutte sesso e seduzione, con le quali egli senza tanti complimenti andava subito a letto. In questo sogno incontrava per la prima volta una figura-Anima, che per lui rappresentava il confronto interiore e l'individuazione. Al contrario la sua Ombra, da cui egli era fino a quel momento fortemente inflazionato, era la figura tutta istinto e rozzamente senti-

mentale dell'attore Hans Albers (« Oppia, adesso arrivo io »), che era separata dal suo Io del sogno e a cui egli tentava di sfuggire. Egli era riuscito anche, il che per lui era una vera conquista, a rimandare nel sogno il suo impulso sessuale con una decisione egosintonica e a cercare un luogo tranquillo. A partire da questo sogno egli cominciò ad essere più aperto a questo discorso, a relativizzare la sua fretta e a dare innanzitutto più respiro al sentimento, cercandosi un'oasi appartata e tranquilla. Presupposto di una elaborazione metodica di questi cambiamenti del complesso dell'Io è naturalmente l'osservazione delle serie di sogni (13), cosa niente affatto semplice in un'analisi corrente e con un analista quasi sempre molto occupato. Sarebbe una pretesa eccessiva chiedere all'analista di ricordare tutti i sogni di tutti i pazienti. Ci sono però determinati segnali, perché non passino inosservati quei sogni che presentano modificazioni evidenti dei modi di esperienza e di comportamento dell'Io del sogno. Innanzitutto la cosa colpisce in parte il sognatore stesso, che vive un sogno di questo genere con una particolare intensità di significato, in quanto importante, vivo, durevole e simili, anche se non si tratta necessariamente di materiale direttamente archetipico. In secondo luogo dovremmo educare un po' meglio noi stessi a badare a quei fenomeni. Dedicandovi la necessaria attenzione, ci si fa relativamente in fretta un'idea dei *pattern* tipici dell'Io del sogno, allo stesso modo di quanto facciamo per l'Io cosciente, e allora un cambiamento anche molto modesto di questi *pattern* comincia a balzare subito agli occhi. E' anche metodicamente assai proficuo accentuare questi passi, facendo notare, o chiedendo direttamente, al paziente se gli sia già capitato di vedersi in quel modo nel sogno.

(13) H. Dieckmann. *Traume als Sprache der Seele*, Stuttgart, Bonz-Verlag, 1972.

A questo punto mi rimane soltanto da trattare brevemente il problema dell'interpretazione a livello soggettivo, che in un simile procedimento può sembrare un po' trascurata. Negli ultimi tempi la *Gestalttherapie* (14), ha affrontato in modo particolarmente intensivo sul piano metodico il lavoro a livello del soggetto. I pa-

(14) F.S. Perls, *Gestalttherapie in Aktion*, Stuttgart, Ernst Klett-Verlag, 1974.

zienti sono invitati a immedesimarsi nell'esperienza vissuta di altre figure che compaiono nel sogno, ad esempio persone con cui sono in relazione o anche animali ecc.. acquistando in tal modo, sovente con ottimi risultati, altre possibilità di comprensione e di esperienza. Spesso questo impressiona fortemente il paziente. D'altronde — è bene aggiungerlo — molti junghiani hanno applicato questo procedimento molto prima della *Gestalttherapie*. L'effetto che in tal modo si produce è però, secondo la mia esperienza, di breve durata. In particolare quando si tratta di nevrosi più gravi, l'Io ricostruisce molto rapidamente le sue vecchie barriere, e il metodo non risparmia la faticosa e spesso lunga elaborazione (*Durcharbeiten*) del contenuto significativo della simbolica onirica a tutti i livelli.

D'altra parte mi sembra che l'accentuazione del livello soggettivo nella metodica del processo terapeutico sia di qualche importanza ove si tratti delle fasi della « Reconnection » col Sé e della costruzione della « Original Wholeness » nel senso dello « psychic life cycle » di Edinger (15). Si rafforza in tal modo la funzione dell'Io, la quale consente di rimuovere i sistemi difensivi, di concedersi, di rendere permeabili le proprie frontiere e di vivere il proprio legame col Sé. Sul piano metodico ciò fa aggiungere, a mio avviso, alla interpretazione a livello del soggetto, nonché alla immaginazione attiva di contenuti onirici a livello soggettivo, una pagina supplementare rispetto alla vecchia regola che vuole applicato il livello soggettivo solo quando nell'interpretazione sia già esaurito il livello dell'oggetto.

(15) E.S. Edinger, op. cit.

Trad. di BIANCA SPAGNUOLO VIGORITA

queste differenti forme di disturbo della relazione con l'inconscio hanno, per ciascun caso, uno specifico retroterra causal-genetico individuale. Sebbene, a nostro modo di vedere, l'analisi non va spinta in forma meramente regressiva sin nell'infanzia, tale retroterra deve tuttavia essere conosciuto. Bisogna che l'analista sappia perché e in quale fase è apparsa questa difesa dell'inconscio, e come mai, all'epoca del suo apparire, essa rappresentava l'unica protezione adeguata della psiche contro un danno che sarebbe stato ancora maggiore. Questa comprensione del significato della resistenza permette anche all'analista di tollerare un provvisorio mantenimento dello status quo, evitando di esporre un Io ancora debole e instabile, che non è stato in grado sino a quel momento di addestrare a sufficienza le sue funzioni, ad un influsso dell'inconscio, per il quale non è ancora maturo. Ciò è perfettamente conforme a quanto Jung afferma ne *La psicologia del transfert* (9), cioè che un senso della resistenza consiste nel proteggere le danneggiate funzioni dell'Io e deve essere pertanto rispettato.

(9) C. G. Jung, *La psicologia del transfert*, Milano, il Saggiatore, 1962, pp. 28-29. ]

Per quanto riguarda i tipi funzionali, anch'essi reagiscono ciascuno in una forma specifica e caratteristica al fenomeno sogno. Non è questo il luogo per dilungarsi troppo sulle caratteristiche dei sogni specifiche dei vari tipi e sul modo in cui il complesso dell'Io, a seconda che prevalga l'una o l'altra tipologia, si pone nei riguardi del sogno. Voglio dunque limitarmi a sottolineare la caratteristica di volta in volta tipica e predominante.

Il tipo intellettuale, a prescindere dall'irritazione e dal fastidio che prova dinanzi alla struttura « insensata » e illogica dei suoi sogni, si distingue, così come il tipo sensoriale, per il fatto di tagliare dal racconto le emozioni. Da lui si ottiene di regola una descrizione dell'azione in cui spesso vengono tralasciati gli elementi poco chiari o irrazionali, che non si inseriscono opportunamente nell'azione stessa. Questi elementi, nonché i sentimenti che li accompagnano, li apprendiamo solo attraverso opportune domande nel corso della seduta.