

La conclusione del? analisi dal punto di vista di Jung e di altri psicologi analisti

Arrigo Rossi, Pisa

Non è facile sintetizzare la posizione di Jung al riguardo per due ragioni principali: non ci sono scritti da lui dedicati esplicitamente all'argomento e non ama un'esposizione della 'tecnica' psicologico-analitica.

Occorre pertanto cercare di dedurre la sua posizione attraverso una serie di scritti che, nel loro insieme, permettono di formulare un'ipotesi in merito a tale posizione. Mi sembra che l'idea di fondo che consente a Jung di assumere una posizione originale al riguardo sia quella relativa all'inquadramento diagnostico del disturbo mentale. Mettendo in secondo piano o tra parentesi la nosografia classica, Jung parla più volte del disturbo mentale come dovuto ad un mancato adattamento alle norme psichiche collettive oppure ad un mancato adattamento alle caratteristiche psichiche individuali. Questi due tipi di disadattamento non sono messi in relazione con la gravità o con le caratteristiche specifiche del disturbo; anzi Jung usa il termine di disadattamento anche in relazione a persone che non presentano sintomi psicopatologici in senso classico.

Questa idea di base gli permette di suddividere idealmente l'intervento psicoterapeutico in 4 stadi: 1) confessione, 2) chiarificazione, 3) educazione, 4) trasformazione.

È abbastanza evidente che Jung riconosce il valore e l'utilità dei trattamenti che ruotano intorno ai primi tre stadi. È quindi probabile che, dal suo punto di vista,

possano essere date per valide anche le considerazioni, a proposito dello scopo del trattamento e della sua fine, che vengono fatte dai vari autori che si muovono all'interno della prospettiva di uno di questi stadi (le quali vertono sostanzialmente attorno alla definizione di criteri che permettano di valutare un adeguato funzionamento deirlo).

L'interesse principale di Jung e la sua posizione originale emergono invece nelle sue considerazioni a proposito del quarto stadio, quello della sua trasformazione.

«Nel processo analitico, cioè nel confronto dialettico tra la coscienza e l'inconscio, c'è uno sviluppo, un progredire verso un fine o una fine, la cui natura difficilmente spiegabile mi ha occupato diversi anni. I trattamenti psichici giungono ad una 'fine' in tutte le possibili fasi dello sviluppo, senza che si abbia contemporaneamente la sensazione di aver raggiunto anche un 'fine'» (Jung, *Introduzione alla problematica psicologico-religiosa dell'alchimia*, 1944, 8). In questo scritto, Jung prosegue riassumendo in 9 punti le situazioni in cui i trattamenti psichici giungono abitualmente ad una fine; l'elenco, che non pretende di essere esaustivo, è sostanzialmente sovrapponibile alle descrizioni di fine analisi esposte da autori di diverso orientamento (ad es.: dopo aver ricevuto un buon consiglio, dopo una confessione più o meno completa, dopo un distacco dalla psiche infantile, ecc.). A questo punto Jung introduce la sua posizione personale: «l'esperienza ci insegna che esiste una categoria relativamente numerosa di pazienti per i quali la conclusione esterna del lavoro con il terapeuta non rappresenta in nessun modo la fine del processo analitico... Queste esperienze sono state le prime ad aver rafforzato la mia supposizione che nell'anima esista un processo per così dire indipendente dalle circostanze esterne, indirizzato alla ricerca di una meta» (ibid., 9).

In queste pagine vengono poste delle distinzioni semplici quanto essenziali. Viene chiaramente distinto ciò che è definito come processo analitico da ciò che viene definito come trattamento psichico. Il processo analitico altro non sarebbe che il confronto dialettico tra coscienza ed inconscio che ha un suo sviluppo verso un fine (od una fine).

Dei trattamenti psichici viene chiaramente detto che raggiungono una line' in un qualsiasi punto di questo processo di sviluppo generale.

Questi finali elencati in nove punti, sono definiti come temporanei e non costituiscono comunque il fine del processo di sviluppo. Essi corrispondono a situazioni che si possono verificare all'interno dei primi tre stadi di trattamento psicoterapeutico. Viene ammesso che per certi individui questi finali possano anche costituire una conclusione definitiva (almeno da un punto di vista pratico, anche se dal punto di vista della potenzialità di sviluppo psichico ciascuno di essi costituisce come una tappa di un percorso aperto a successive evoluzioni). Ma a questo punto viene introdotta una categoria relativamente numerosa di pazienti per i quali questi finali non possono costituire la fine del processo analitico, del processo di sviluppo. Fino ad un certo livello di sviluppo esiste una traiettoria, una linearità, una possibilità di definizione di stadi di sviluppo e, conseguentemente, di criteri oggettivi che permettono di stabilire una fine, sia pure provvisoria, di un trattamento analitico (vedi i 9 punti di Jung e la lettura di orientamento freudiano). Oltre questo determinato livello esiste solo una lunghissima via, una via fatta di strade sbagliate, a volte insopportabile, che procede non più in maniera lineare ma serpentina, come in un labirinto.

Il contributo principale di Jung sull'argomento mi sembra quello di avere introdotto una visione dello sviluppo psichico che, pur non negando il valore del raggiungimento di un buon funzionamento dell'Io, considera questo obiettivo solo un aspetto del possibile processo di sviluppo globale di un individuo. Questa peculiare visione teorica si riflette sulle considerazioni che vengono fatte a proposito dei criteri già proposti, ma viene anche introdotta la possibilità di una prosecuzione sia del rapporto terapeutico che dell'autonomo processo di sviluppo individuale in una direzione completamente diversa: quella della relativizzazione dell'Io rispetto alla psiche globale. Da un punto di vista pratico, e per quanto riguarda il nostro argomento, questo comporta il poter giudicare non esaurito un lavoro psicoterapeutico anche là dove i predetti criteri lo riterreb-

bero tale. Viene cioè ammessa la possibilità che la psiche del paziente spinga verso un'ulteriore evoluzione anche una volta raggiunto un certo livello di maturazione deirlo e risolto il transfert personale.

È qui che la visione di Jung introduce una specie di rivoluzione copernicana, nel momento in cui riconosce un nuovo soggetto psichico diverso dall'Io.

Per quanto riguarda quest'ultimo aspetto, che si riferisce evidentemente al processo di individuazione, è estremamente difficile enucleare dagli scritti di Jung un'esposizione semplice di eventuali criteri che permettano di definire un momento ideale per la fine del rapporto terapeutico. Pur dando per scontato che il processo di individuazione, al di là del rapporto terapeutico, non ha termine, mi sembra naturale pensare che la relazione terapeutica giunga ad un suo termine quando siano state raggiunte determinate condizioni psichiche. Ma una descrizione precisa di queste condizioni sembra essere estremamente difficile. Intesa come descrizione generale dei contenuti psichici di un individuo che testimonino l'evolversi del processo di individuazione sembra essere addirittura impossibile: si tratterebbe forse di una contraddizione psicologica, oltre che logica, trovandoci qui in quel polo dell'antinomia, citata da Jung, per cui «ciò che è generale non significa nulla nella prospettiva di ciò che è individuale» (Jung 1935). Mi sembra invece che possano avere importanza delle considerazioni che non tengano tanto conto dei contenuti psichici, quanto di un atteggiamento psichico:

«Quando si riesce a sentire il Sé come un irrazionale, come un ente indefinibile, al quale l'Io non è ne contrapposto ne sottoposto ma pertinente, ed intorno al quale esso ruota come la Terra intorno al Sole, allora lo scopo dell'individuazione è raggiunto. Quando si riesce a 'sentire', dico, perché così definisco il carattere della relazione tra l'Io ed il Sé. In questa relazione non c'è nulla di conoscibile, perché noi non possiamo dir nulla circa i contenuti del Sé. L'Io è l'unico contenuto del Sé che conosciamo. L'Io individuato si sente oggetto di un soggetto ignoto e superiore» (Jung 1928, 235).

Tenendo presenti queste ultime considerazioni di Jung, mi sembra si possa ribadire che, ai fini della valutazione

della conclusione del rapporto terapeutico nella fase della 'trasformazione', non si può fare affidamento su criteri obiettivamente definibili che definiscano la funzionalità dell'io, ma occorre invece fare affidamento sulla capacità da parte della coppia analitica di percepire quel particolare sentimento dell'io.

Il contributo di altri psicologi analisti

La posizione dei vari Autori rispetto alle idee di Jung sull'argomento non è univoca.

M. Fordham nel suo scritto «On terminating analysis» (1969) assume una posizione fondamentalmente critica. Nella prima parte del suo lavoro pone la distinzione tra interruzione e termine dell'analisi. La prima è una separazione unilaterale e può essere dovuta a vari fattori: economici, cambiamento di lavoro, transfert delirante latente o manifesto, controtransfert delirante latente o manifesto, decisione dell'analista perché una prosecuzione viene considerata inutile.

Il termine dell'analisi viene invece definito come una separazione sulla quale analista ed analizzando sono d'accordo. Da una descrizione di come idealmente dovrebbe avvenire una fine: i contributi del paziente all'analisi diventano meno consistenti di prima, non vengono portate molte cose nuove. L'intensità del transfert diventa minore e l'analista è visto come una persona reale. Il paziente riesce a cavarsela con ciò che accade nella sua mente. Contemporaneamente la sua vita fuori dell'analisi diventa più soddisfacente; le difficoltà ed i conflitti possono essere affrontati e, se non superati, tollerati. Ambedue cominciano a pensare alla fine e ne parlano. Anche se dispiace interrompere una relazione così fruttuosa, convengono che continuare servirebbe a meno che finire. La memoria di quanto l'analista ha fatto persiste nel paziente ed il processo analitico interno continua; ciò che l'analista ha imparato viene gradualmente assimilato nel lavoro con gli altri pazienti. Così ambedue hanno bisogno di lavorare sul processo di lutto, anche dopo la fine.

Fordham ritiene che Jung, nel costruire la sua visione della fine, avesse in mente la risoluzione del transfert transpersonale attraverso l'attività del Sé. Al contrario egli pensa che la fine sia un processo attorno al quale lavorare e non, come Jung, un processo legato al fato.

Di tono decisamente diverso è la posizione di G. Verne. Nel suo articolo «La relativizzazione dell'Io come criterio di successo dell'analisi junghiana» (1969) sostiene che l'Io appare il criterio immediato in base al quale si stabilisce il grado di maturazione psicologica in un dato momento. Siamo al di qua dell'Io, ancora in uno stato di indifferenziazione con le sorgenti originarie? Siamo in uno stato di pieno sviluppo dell'Io, di identificazione con esso e di rifiuto di tutto ciò che esso non è? Abbiamo già saputo differenziarci da esso in modo che non rappresenti altro, pur restando il centro della coscienza, che un elemento della totalità? È vicina la morte dell'eroe, compiuta la sua opera?

Cita Jung: «Il fine della psicoterapia è una metamorfosi, una trasformazione interminabile, il cui solo criterio è una diminuzione del predominio dell'Io» (*Lame et la vie*). Verne teme invece che, all'interno della Weltanschauung junghiana, esista il pericolo di una inflazione dell'Io, di una sua idealizzazione. Il problema è se sia possibile pensare che l'Io non è il centro della coscienza e se possa esistere una coscienza dell'inconscio collettivo. E quest'ultima è una regressione dovuta ad un Io che non ha saputo o non ha voluto conquistarsi, o è l'accesso ad una forma di coscienza superiore? L'Autore dà una risposta ottimistica a questi interrogativi sostenendo che la relativizzazione dell'Io, a condizione che non sia imposta d'autorità e quindi prematura, non costituisce un grave rischio.

Anche secondo la Auger esiste una differenza tra la fine dell'analisi come relazione e la fine dell'analisi come un tutto. Per alcuni individui un'analisi può durare molti anni, anche tutta la vita e coinvolgere relazioni con più analisti. Questo livello di analisi viene visto come un'analisi dell'inconscio contrapposta (da un punto di vista teorico) all'analisi dell'individuo, anche se nella pratica non esiste una netta distinzione tra questi due livelli.

L'autrice ritiene importante la comparsa dei simboli onirici che annunciano l'inizio della fine dell'analisi (intesa come fine della relazione analitica) (Auger 1986). Un altro aspetto del problema viene sottolineato anche da Strauss:

l'esperienza della separazione è essenziale allo sviluppo dei limiti dell'Io ed alla sua trasformazione (Strauss 1962)<

Anche secondo la Auger molte persone che entrano in analisi possono essere caratterizzate come anime prive di confini che richiedono l'aiuto dell'analista per creare una separazione tra loro ed il mondo. La separazione nella forma della fine dell'analisi può essere un atto dinamico creativo del Sé che non si potrebbe manifestare altrimenti. Per alcuni individui il vero obiettivo del lavoro è quello di poter sperimentare una fine che sia costruttiva e creativa nel senso di poter stabilire il loro proprio senso di unicità e maturità (Auger 1986).

Storr, che nel suo articolo si occupa dei rapporti tra individuazione e processo creativo (artistico e scientifico), sottolinea come il mandala rappresenti un passo in un viaggio mai completato più che una soluzione definitiva, così come accade per le ipotesi scientifiche ed i lavori artistici (1983).

Dreifuss infine esprime molta perplessità sulla possibilità di stabilire dei criteri per il successo o il fallimento di un'analisi e conseguentemente dei criteri per porre un termine all'analisi. È estremamente difficile fare una netta distinzione e verosimilmente si hanno al contempo sia successi che fallimenti. Chi può giudicare con certezza? Chi può sapere se in un'analisi che sembra positiva, l'inconscio non possa distruggere tutto repentinamente? Chi decide se un caso è privo di speranze? Il suo sentimento è che accada sempre qualcosa di dinamico, di attivo, anche in una consultazione di una sola ora ed anche se non sempre si può notare un successo o un fallimento. Anche se esistono dei pericoli nel valutare l'analisi da un punto di vista scientifico ed obiettivo, ciononostante ritiene utile uno sforzo in tal senso allo scopo di poter comunicare le proprie esperienze (Dreifuss 1971).

Come si può notare, il punto di vista degli autori di forma-

zione junghiana non è univoco: accanto a posizioni che costituiscono uno sviluppo del punto di vista di Jung, ne esistono altre che sono fortemente critiche. L'atteggiamento critico nasce dal fatto che l'introduzione di un nuovo soggetto psichico apre la porta sia al rischio di una passivizzazione e di un annichimento del valore dell'Io che a quello di un'inflazione derivante dall'identificazione dell'Io cosciente con il Sé.