

## Giornate di studio: La clinica psicoanalitica “Stati primitivi della mente: il metodo psicoanalitico e sue possibili estensioni”

### RABBIA E VERGOGNA

Chair: Agostina Toscano  
Relatore: Giuseppe Civitarese  
Discussant: Anatolia Salone

A contatto con i livelli primitivi della mente l'ascolto analitico deve rendersi disponibile a farsi transitare per rintracciare le primitive tracce sensoriali che non sono state narrate né vissute. Apre così la giornata di studio Agostina Toscano che presenta Giuseppe Civitarese. Si parla di emozioni e di psicopatologia, ma in particolare di rabbia e vergogna. Lo scopo che si prefigge Civitarese è cercare di capire come si colleghino l'una con l'altra. A partire dagli anni '60 la psicoanalisi intersoggettiva si è riorganizzata intorno al tema delle emozioni. Meltzer afferma che Freud non ha una teoria sostanziale sulle emozioni, non ha una teoria degli affetti, ma parla perlopiù di rappresentazioni. Con Bion invece l'emozione viene rimessa al centro della teorizzazione psicoanalitica, parlando non più di pulsioni, ma di pulsioni emotive, dunque l'emozione non è più disgiunta dalla relazione. Secondo Bion, essa è la prima forma di alfabetizzazione dell'esperienza, là dove si forma il primo barlume di significato e di soggettività, nata dal frutto della relazione con l'oggetto. Dunque essa è il risultato di un'interazione intersoggettiva del significato. Nella psicoanalisi classica invece l'inconscio era visto come il “luogo” del primitivo, degli elementi beta e ne veniva così sottolineata la natura animalesca e se ne poteva cogliere solo gli aspetti manifesti deformati. L'analista era il detective in cerca dell'impulso latente, nascosto nel sogno. La psicoanalisi odierna si focalizza molto più sul sociale e Civitarese si chiede “siamo animali sì, ma sociali, abbiamo impulsi animaleschi, ma che significato diamo oggi agli impulsi animaleschi?” Suggestisce quindi uno spostamento di accento che corrisponde ad un cambio di paradigma. Ci si domanda cosa accada quando diamo significato a questi impulsi. Non si espande solo l'area della soggettività, ma fondamentale è riflettere su come si crea il significato di queste pulsioni primitive, come viene accolto tutto questo nel contenitore analitico e quindi come vengono tollerate. La psicoanalisi classica è più orientata ai contenuti e meno incentrata sul contenitore, come invece suggerisce la psicoanalisi di Bion. Civitarese dunque sottolinea l'importanza di sviluppare il contenitore psichico perché è in esso che trovano significato le emozioni.

La rabbia o ira è un'emozione primaria, non derivabile da altre e già il termine suggerisce un'incrinatura. Vi sono rabbie diverse, consce, inconscie, vittimistiche o violente e un tentativo di ordinarle risulta fallimentare. Ma intanto si può tentare di differenziare la rabbia, dalla furia e dall'odio: la furia è ad un voltaggio costante, la rabbia è modulabile. La rabbia sembra passare per il filtro dell'Io, scavalcato invece dalla furia. A rendere patologica la rabbia, sono la fissità, l'innescamento automatico e l'eccesso d'intensità, ma non è sempre una risposta inadeguata. Allora se la rabbia assume il suo significato nel rapporto intersoggettivo, di conseguenza come la distinguiamo da una rabbia patologica? Civitarese suggerisce che forse diventa tale quando si pone al di fuori della consensualità, vi è il rinvio al gruppo sociale che fa da discriminare. Occorre poi distinguere la rabbia dall'odio, considerato invece una pulsione secondaria, e più complesso. La rabbia è meno mentalizzata ed è una risposta ad una frustrazione o a sensazioni primitive e rozze, concepite come invasive. Il soggetto sente una minaccia a cui rispondere subito, ma l'interlocutore non riesce a riconoscere la minaccia,

quindi la rabbia richiama aspetti più intimi e idiosincratici. La rabbia suscita inoltre vergogna, cosa che non accade nell'odio, che è più compatibile con un sentimento di sé. L'ipotesi di Civitarese è che la rabbia nasca da un senso di vergogna risentito più inconsciamente. La vergogna è il sentimento conscio o inconscio di non essere riconosciuto, di essere respinto e privato della dignità di esistere. A sua volta questo può produrre altra rabbia e si è chiusi così in un circolo vizioso. Il guadagno della rabbia patologica è temporaneo ed effimero, è il recupero della capacità di decidere e reagire, per recuperare la padronanza di sé. La vergogna è invece forse una delle emozioni più umane, perché ha una radice sociale. La rabbia nasce da uno stimolo negativo, dal rifiuto di un oggetto a cui si è legati da una doppia dipendenza, dell'infante ma anche dell'adulto. Più è sollecitato il vissuto di impotenza del bambino, più la risposta rabbiosa è violenta.

Civitaresse recupera dei personaggi del cinema e della letteratura per cercare di comprendere i meccanismi psichici della rabbia. Sono personaggi della nostra moderna mitologia, evocati dai pazienti o dall'analista per dare forma alla rabbia del paziente, che entrano a far parte del dialetto condiviso per contenere angosce, che in altre situazioni entrerebbero in corto circuito. I personaggi sono specchi in cui riflettersi e sono sempre a disposizione. L'estremo della rabbia è generalmente rappresentato dalla figura del serial killer, personaggio collettivo per pensare l'impensabile. Achille nell'Iliade ne è un esempio storico. Achille subisce traumi prenatali e perinatali, concepito a seguito di uno stupro e attraverso il mito ci aiuta a collegare forme di rabbia inestinguibili, a causa di qualcosa che non è stato ricevuto, nel tentativo di dare forma a sentimenti molto primitivi. Uno degli aspetti della rabbia è il parossismo, irritazione ed esasperazione che conducono al gesto violento, ma anche la frustrazione che lo precede. È l'inesco fulmineo dell'atto che fa scattare l'impulso violento. È il momento della decisione, che sembra automatico, a rappresentare l'essenza della reazione rabbiosa. Si cerca di trovare giustizia al torto che si sente di aver vissuto. Un torto subito può essere la fonte da cui si alimenta un senso di rabbia per tutta la vita. Vi è un'iniziale ferita narcisistica che innesca l'impulso rabbioso e che investe significativamente poi il corpo, ben rappresentato dal personaggio di Hulk. Queste metafore liberano da qualcosa di fastidioso, ma recano con sé il piacere dell'elaborazione, il piacere della trasformazione in sogno. È fondamentale il modo di mettersi in ascolto dei derivati narrativi, che non sono solo trasformazioni linguistiche, ma moltiplicazione di senso. È nella simultaneità di prospettive che l'oggetto viene a comporsi nella sua verità.

Con un esempio clinico Civitarese mostra come l'uso di un personaggio permetta di organizzare un campo di significato, soprattutto quando la scelta del personaggio coglie la sorpresa dell'analista in seduta. Ciò che va tenuto in mente è la dimensione della comunicazione inconscia, che è sempre presente, non è solo ciò che sta sotto, nel rimosso, come proponeva Freud. Civitarese suggerisce che la ricerca del trauma è un modo per sospendere l'ascolto analitico. Piuttosto è necessario pensare che il trauma sia lì e adesso e non una ripetizione. La sorpresa e la partecipazione emotiva danno il senso della costruzione di un contenitore che favorisce un processo di personalizzazione. L'elemento di sorpresa è l'essenza e la rêverie è concepita come legame estremamente intenso con l'altro, fondamentale per raggiungere l'infinito del linguaggio. È necessaria un'intenzionalità cooperativa, è impossibile capire l'inconscio e l'umano se lo cerchiamo nel cervello, perché esso è nel "tra" che ci attraversa.

Allora come curare la rabbia? I pazienti si arrabbiano e ci fanno arrabbiare, non c'è terapia senza la rabbia. I pazienti collocano la rabbia nell'analista mediante il transfert, nel tentativo di trasformarla in qualcosa di gestibile. La sete di esistere porta a richieste impossibili da soddisfare e l'analista può vivere nel suo controtransfert sentimenti di rigetto o mettere in atto movimenti di rassicurazione, ma negandosi di odiare, l'analista si vieta anche di amare. Forse la nostra società, con la perdita di modelli stabili, favorisce questa sofferenza e se viviamo nella cultura del narcisismo, viviamo nella cultura della rabbia e un narcisismo fragile

significa fragilità identitaria. È necessario riequilibrare la rabbia narcisistica e il senso di coesione del Sé e differenziare quando la rabbia è una giusta risposta ad una privazione ingiustificata, quando è un modo di affermarsi e imporsi e quando invece nasce dalla ferita di Achille. L'analista deve rendersi permeabile alle identificazioni proiettive dei pazienti ed essere pronto a vivere tutta la gamma delle emozioni possibili, resistendo alle manipolazioni.

Anatolia Salone in risposta alla relazione di Civitarese nota come la vergogna resti sempre un po' dietro le quinte, mentre la rabbia è sempre più considerata. Propone quindi di attingere ad ambiti diversi dalla psicoanalisi per poter arricchire il discorso relativo alle emozioni. Espone così i nuovi scenari aperti dalla ricerca delle neuroscienze affettive, che mettono in luce territori della mente affettiva, antichi territori sottocorticali, che condividiamo con i mammiferi, abitati da affetti emotivi grezzi. Gli affetti emotivi possono cambiare con l'esperienza, ma ad un livello molto basilare viviamo le stesse cose di un animale. Gli stessi sistemi cerebrali che regolano le azioni regolerebbero le emozioni grezze, quindi la nostra capacità di provare emozioni è innata e la relazione ne modellerebbe solo il modo di provarle, poiché le emozioni avrebbero una loro intrinseca capacità relazionale. Sono stati identificati sette sistemi emotivo-motivazionali (ricerca, paura-ansia, collera, desiderio sessuale, cura, panico-sofferenza, gioco) da cui genererebbero le emozioni e i relativi stati affettivi, che sottostanno a processi superiori di apprendimento emotivo (processo secondario) e di coscienza emotiva (processo terziario). Questa proposta si sposa con la visione psicoanalitica mettendo al centro la precocità dello sviluppo psichico degli aspetti emotivo-affettivi e la loro intrinseca capacità relazionale. Ci si può dunque chiedere quanto nella pratica clinica si tenga conto della nostra naturale tendenza alla ricerca, come funzione emotiva di base, più importante delle altre perché in grado di influenzarle. Il panico e la sofferenza sono più legati alla perdita che al pericolo. Da queste ricerche ne deriva che alcuni bisogni sociali sono primari, come ad esempio il gioco. La vergogna invece di conseguenza farebbe parte di un gruppo di emozioni secondarie, più tardiva su un piano di sviluppo evolucionistico e non risiederebbe in un circuito specifico. Civitarese propone un legame tra impotenza, vergogna e rabbia, là dove quest'ultima è vista come tentativo di uscire da uno stato di impotenza, mentre secondo le neuroscienze affettive non è legata ad evitare il senso di impotenza, ma vi è anche un piacere nel provare rabbia, legato al sistema della ricerca. Il piacere può muovere la rabbia e fare quindi la differenza nella sequenza vergogna-impotenza-rabbia. Salone mostra come secondo questa prospettiva e considerando l'aspetto primario della rabbia, non sempre si passa per la vergogna o per il senso di impotenza per attivare la rabbia, ma quest'ultima è a volte un modo per fare esperienza. Negli animali esisterebbe una vergogna positiva, legata alla sottomissione, necessaria allo strutturarsi di gerarchie sociali senza le quali la specie non sopravviverebbe. Salone propone di considerare la rabbia e la vergogna come emozioni che si declinano in base alle diverse epoche e in base alla cultura in cui si vive. Suggerisce la musica rock odierna come espressione del sentire sociale, una ribellione che, nel suo sviluppo, nel corso degli anni, sembra dirigersi nell'esprimere una rabbia sempre più distruttiva. Il grunge degli anni '90 invece rispecchia un nichilismo, un senso di impotenza, di perdita e di sconfitta. La vergogna sembra quindi farsi strada nel tessuto sociale e Salone nota come molti artisti di questo tempo sono poi morti suicidi. In questa prospettiva la sua proposta si pone ad un vertice diverso da quello di Civitarese per cui la rabbia pura è più salvifica. Ritornare ad una forma di istintualità regressiva può essere più efficace di interventi terapeutici che, non tenendo conto di ciò, portano il paziente ad incontrare troppo precocemente la vergogna.

Il due lavori suscitano un intenso dibattito con numerosi interventi dalla platea.

Alcuni mettono in luce le differenze culturali nel considerare le emozioni e il diverso significato che esse assumono a seconda dei contesti sociali. Ci si interroga su come tali significati si riflettano sulla vergogna come emozione sociale, sulla possibilità di considerarla

un termometro della qualità del nostro consesso sociale e una mappa del nostro essere in armonia con il gruppo.

Altri interventi definiscono la vergogna come il non sentirsi riconosciuti dai propri simili e non avere un padre ed una madre accessibili, a sostegno dell'ipotesi che la vergogna abbia a che vedere con l'impossibilità di accedere alla lingua del padre. Civitarese ricorda che la lingua è la dimora dell'umano, usiamo il padre per parlare di terzietà, come legame con la società più ampia. È il terzo che permette di evitare la folie à deux, ma la madre dovrebbe già contenere una funzione terza.

Rabbia e vergogna vengono lette anche nel loro muoversi all'interno della cornice culturale e sociale odierna: la vergogna che si esprime attraverso i social e la paura dei giovani di perdere la faccia o essere ridicolizzati. Oppure la rabbia può essere la grande assente. In questo caso, non essendovi protesta, sembrerebbe impossibile accedere alla vergogna.

La giornata si conclude con uno stretto dibattito fra Civitarese e Salone che lascia il senso di quanto ancora vi sia da pensare riguardo a queste due emozioni: "se si spegne la rabbia si muore" ma "lo specifico dell'essere umano è là dove nasce il linguaggio, la relazione".