

Stephen Seligman¹

Ricerca Psicoanalitica, 2007, Anno XVIII, n. 3, pp. 309-343.

LE TEORIE DEI SISTEMI DINAMICI COME META-INQUADRAMENTO DELLA PSICOANALISI²

Traduzione a cura della Redazione

SOMMARIO

Le teorie dei sistemi dinamici non lineari offrono una prospettiva utile a comprendere la psicoanalisi. Una caratteristica peculiare e significativa del pensiero psicoanalitico è la sua attenzione a processi mentali refrattari alla categorizzazione e alla spiegazione lineare.

Gli psicoanalisti tollerano l'incertezza, trovano significati nelle comunicazioni apparentemente disordinate e accolgono le deviazioni e gli sviluppi inaspettati che si mettono in evidenza a uno sguardo attento e minuzioso sulle complessità della vita quotidiana. Sono queste le caratteristiche di una sensibilità psicoanalitica trasversale ai diversi approcci teorici.

Le teorie dei sistemi dinamici non lineari sono caratterizzate dalla stessa sensibilità: esaltano l'importanza di elementi descrittivi quali il pattern, la complessità, il flusso, l'intrecciarsi tra ambiguità e ordine, stabilità e instabilità, il valore naturale dell'incertezza e della produttività del caos. Benché la teoria sistemica possa apparire misteriosa e soprattutto poco chiara, la si può avvicinare per via intuitiva, a partire dall'esperienza quotidiana, e ricavarne un linguaggio e un immaginario sottostanti il pensiero clinico comune. Le sue metafore e la sua forma estetica possono aiutare gli analisti a usare con maggiore precisione, apertura e immediatezza quegli assunti fondamentali che vengono solitamente dati per scontati.

Oltre a tracciare questo percorso concettuale, il presente articolo fornisce un breve resoconto della storia del pensiero non lineare nella teorizzazione psicoanalitica, supportato anche da alcune esemplificazioni cliniche.

SUMMARY

Dynamic Systems Theories as a metaframework for psychoanalysis

Nonlinear dynamic systems theories offer useful approaches for understanding psychoanalysis: one of the most distinctive and appealing features of psychoanalytic thinking is its focus on mental processes that defy categorization and linear explanation.

Analytic therapists tolerate uncertainty, find meaning in apparently disordered communication, and embrace the unexpected twists and turns that emerge from intimate attention to the ordinary complexities of everyday life. These are hallmarks of a psychoanalytic sensibility that spans various theoretical

¹ Stephen Seligman, D.M.H. psicoanalista e psicologo clinico, è professore di Psichiatria presso l'Infant-Parent Program dell'Università di California, San Francisco; è analista didatta e supervisore presso il Psychoanalytic Institute of Northern California, docente presso il San Francisco Psychoanalytic Institute, l'University Postdoctoral Program in Psychoanalysis and Psychotherapy, New York e l'Infant Studies Program of the Jewish Board of Family and Children's Services, New York. È Co-editor in chief di Psychoanalytic Dialogues, Associate Editor di Studies in Gender and Sexuality, membro del Founding Executive Board of the Journal of Infant, Child and Adolescent Psychotherapy e Editorial Reader di The Psychoanalytic Quarterly. Email: seligmn@itsa.ucsf.edu

² Questo articolo è stato pubblicato in Psychoanalytic Dialogues 15 (2): 285-319, 2005. Si ringrazia l'Editore Francis & Taylor Group per il permesso di pubblicazione.

persuasions.

Non-linear dynamic systems theory embodies the same sensibilities: it emphasizes such descriptors as pattern, complexity, flux and flow, the interplay of ambiguity and order, stability and instability, and the natural value of uncertainty and generative chaos. Although systems theory may appear esoteric and overly intricate, it can be approached in an intuitive, experience-near way so as to offer a language and an imagery that underlie everyday clinical thinking. Its metaphors and aesthetics can help analysts become more precise, spacious, and immediate about basic assumptions that tend to be taken for granted.

In addition to tracing this conceptual path, this paper provides a brief account of the history of nonlinear thinking in psychoanalytic theorizing and offers clinical examples.

Sono arrivato a pensare che il mantenimento del mondo interno del paziente come sistema chiuso sia la più importante di tutte le forme di resistenza. Nei termini della teoria della costituzione mentale che ho proposto, il mantenimento di un sistema chiuso di questo tipo comporta il perpetuarsi della relazione tra le varie strutture dell'io e i loro rispettivi oggetti interni, così come delle loro reciproche relazioni; e, dal momento che la natura di queste relazioni è la ragione ultima dei sintomi e delle deviazioni del carattere, aprire delle brecce nel sistema chiuso costitutivo del mondo interno del paziente, e quindi renderlo accessibile all'influenza della realtà esterna, diventa un ulteriore scopo del trattamento psicoanalitico.

W.R.D. Fairbairn

Il significato più profondo del termine relazionale è che mette in luce non solo la relazione tra le persone e le cose esterne, ma anche tra le personificazioni e le rappresentazioni interne. Mette in luce i processi nei confronti di entità reificate e le relazioni tra i processi... lungo il continuum che va dal fisico al fisiologico passando attraverso il neurobiologico e, infine, lo psicologico e, per alcuni, anche lo spirituale.

Emmanuel Ghent

Una delle caratteristiche peculiari e interessanti della psicoanalisi è l'attenzione per quei processi mentali che non si inquadrano in base ai principi della categorizzazione e della spiegazione lineare. Gli psicoanalisti tollerano l'incertezza, trovano significati nelle comunicazioni apparentemente disordinate e scoordinate e accolgono quelle deviazioni e svolte inattese che balzano agli occhi se si pone attenzione alla normale complessità della vita di tutti i giorni. La teoria del caos e la teoria dei sistemi complessi condividono con la psicoanalisi l'interesse per i pattern, per il montare e il calare dell'ambiguità e dell'ordine, della stabilità e dell'in-stabilità nel corso del tempo, per il valore dell'incertezza e della generatività del caos e così via (Bak, 1996; Prigogine, 1996). Benché la teoria dei sistemi dinamici non lineari possa apparire misteriosa e soprattutto poco chiara, è possibile avvicinarvisi intuitivamente a partire dall'esperienza quotidiana riuscendo così ad esprimere molti principi alla base del pensiero, dell'interazione e dell'esperienza clinica di tutti i giorni. Le metafore usate dalla teoria dei sistemi possono aiutarci a essere più precisi, aperti e immediati nell'utilizzare quegli assunti fondamentali solitamente dati per scontati ma che spesso rimangono non precisati. (Vedi, per es. Gleick, 1987; Kelso, 1995; Prigogine, 1996; Sardar e Abrams, 1998; Gladwell, 2000).

Le teorie dei sistemi dinamici offrono delle chiavi fondamentali per comprendere che cosa succede in

psicoanalisi. La maggior parte degli analisti contemporanei pensa all'analista e al paziente come immersi in un susseguirsi continuo e complesso di schemi di influenza reciproca; indipendentemente dai vari assunti teorici, tutti convengono che un'analisi è un sistema dinamico diadico. Ogni tipo di intervento analitico segue in buona parte quegli stessi processi di base che definiscono gli altri interventi. Le teorie dei sistemi aprono, quindi, una finestra su un nuovo modo di pensare alla metapsicologia psicoanalitica, una teoria di riferimento che orienta i nostri assunti operativi fondamentali.¹

Una delle caratteristiche più promettenti della teoria dei sistemi è che offre un collegamento con le scienze naturali senza ridurre i fenomeni psicologici a un livello di spiegazione più semplice: le teorie dei sistemi dinamici non soppiantano il livello psicologico soggettivo dell'intervento analitico, che è indispensabile al nostro lavoro, e pertanto non privano l'analisi dei suoi valori più immaginativi.

In questo articolo passerò in rassegna alcuni concetti centrali delle teorie dei sistemi, sviluppando l'idea che le analisi sono dei sistemi dinamici. Applicherò poi questi concetti fondamentali alla psicopatologia e all'azione terapeutica della psicoanalisi. Concluderò con un resoconto storico da cui si può dedurre che molte innovazioni creative della psicoanalisi si sono modellate, pur senza esplicitarlo, sull'estetica della complessità tipica dei sistemi dinamici.

Le Teorie dei Sistemi Dinamici: una breve panoramica

Negli ultimi decenni, scienziati di varie discipline hanno aderito a un nuovo orizzonte mentale: le teorie dei sistemi dinamici non lineari studiano i processi globali che organizzano tutti i sistemi, viventi e inanimati. Questi processi organizzano i fenomeni quotidiani come il tempo, le onde oceaniche, il profilo costiero, l'andamento del traffico, le scelte dei consumatori e l'emergere delle abilità motorie dei bambini; e danno forma anche a processi fondamentali come la respirazione della cellula, la cosmologia e la fisica delle particelle.

L'attenzione al modificarsi dei pattern dei sistemi porta a un approccio non riduzionistico e non lineare. Questo sposta l'attenzione dalle cause e gli effetti a un campo complesso e mutevole dove le cause e gli effetti non possono essere facilmente distinti, dove cioè effetti e cause si trasformano continuamente gli uni nelle altre. I sistemi, organizzati a molteplici livelli, si riorganizzano uno nell'altro e non reagiscono ai nuovi eventi con modalità lineari di facile prevedibilità. I contesti influenzano notevolmente i risultati e il tutto è più grande della somma delle parti, perché le relazioni tra le componenti di ciascun sistema modifica le componenti stesse.

Per esempio, un neonato per costituzione ipersensibile all'eccitamento starà meglio con una madre capace di leggere i suoi segnali, che gli si avvicini dolcemente e lentamente, evitando una sovrastimolazione che su di lui avrebbe effetti disorganizzanti. Lo stesso bambino starebbe invece meno bene con una madre intrusiva, che con la propria esuberanza potrebbe facilmente sconvolgerlo. Poiché la vulnerabilità all'iper-eccitamento viene modificata dai diversi contesti accuditivi, non è utile considerarla come una variabile in sé.

Con una madre adeguatamente responsiva il bambino potrebbe sviluppare una migliore capacità di organizzarsi, mentre con una madre intrusiva gli stimoli sensoriali potrebbero risultare ancora più difficili da contenere.

La diade analista-paziente funziona in modo analogo: un analista che parla molto potrebbe suscitare un transfert in cui il paziente si sente invaso, mentre un analista più silenzioso potrebbe evocare il sentimento di essere trascurato, sentimento che quello stesso paziente potrebbe aver sperimentato nella sua infanzia. Il pensiero transazionale è un aspetto chiave del pensiero sistemico.

Per illustrare meglio quanto detto fin qui, potremmo prendere in considerazione il tempo atmosferico,

che è uno degli esempi più citati di sistema dinamico non lineare.

È evidente che il tempo riflette una serie di condizioni fisiche, come la temperatura, l'umidità, i flussi dell'aria, l'influenza delle masse continentali e marine e così via. In ogni sistema atmosferico dato, i vari elementi formano un insieme di particolari relazioni che in seguito si organizzano in sistemi più ampi. L'umidità si innalza dall'oceano per formare le nubi; le nubi vengono mosse dal vento e interagiscono con la terra mentre si muovono.

Ciascuno di questi fenomeni può essere pensato come un sotto-sistema del sistema atmosferico complessivo ed è il modo in cui questi sotto-sistemi vengono a organizzarsi in pattern più ampi che alla fine determina il tempo in ogni singolo luogo. Non si può prevedere che pioverà a meno che non si prendano in considerazione molti fattori come la temperatura atmosferica e terrestre e la pressione dell'aria. Quando nelle nubi c'è scarsa umidità, quest'ultima non si trasformerà in pioggia, mentre lo farà quando viene raggiunto un certo grado di umidità e una temperatura sufficientemente bassa.

Gli analisti prendono di continuo delle decisioni sulla base della loro convinzione implicita che l'effetto di un singolo fattore o intervento dipenda dalla situazione complessiva. Le teorie dei sistemi supportano la sensibilità operativa di base, data per scontata ma spesso non esplicitata. Il principio generale per la meteorologia è che a essere cruciale è il cambiamento nel modello globale del sistema.

Vediamo un altro esempio: nelle ore di punta, l'immissione di un centinaio di auto in un'autostrada affollata può trasformare il pattern di flusso del traffico in tamponamenti e ingorghi, mentre quella stessa immissione in una tranquilla mattina domenicale avrebbe probabilmente un effetto minimo sullo scorrimento del traffico.

Questo genere di cambiamento del sistema viene talvolta definito nei termini di dipendenza sensibile alle condizioni iniziali o, più comunemente, dei punti critici e trova ampia applicazione su fenomeni come i cambiamenti nelle mode culturali, nella demografia urbana, in epidemiologia, così come nel tempo atmosferico o nel traffico (Gladwell, 2000). Esiste un punto, in un sistema dinamico non lineare, dove il cambiamento di un particolare stimolo modificherà la dinamica fondamentale del sistema. Questo concetto è reso bene dal noto esempio del battito d'ali di una farfalla a Rio che produce un uragano a Miami. Le ali della farfalla possono fornire proprio quella dose infinitesimale di velocità dell'aria che cambia il precedente pattern atmosferico nel nuovo sistema dell'u-ragano.

Vediamo un esempio più concreto.

Una mattina, dopo l'invasione dell'Iraq da parte degli USA nel 2003, alcuni dimostranti bloccarono il centro di San Francisco (città in cui vivo), bloccando il traffico di tutta la città. Questo blocco imprevisto ridusse enormemente il margine di tempo perché io riuscissi a essere puntuale, e questo nonostante il mio percorso fosse fuori dal centro città. Ero però ancora in orario finché un autista non si immise nell'incrocio che stavo per attraversare, superandomi. In questo modo, all'incrocio successivo, fu lui l'ultimo a poter attraversare prima che scattasse il semaforo. Mentre aspettavo il verde, un autocarro bloccò la strada. Imbottigliato nel traffico, arrivai tardi alla seduta, fatto che turbò la mia paziente e che determinò un particolare clima per tutta l'ora. Tutto questo aveva le sue complesse origini sia nella storia della paziente, sia nelle dinamiche transferali e controtransferali. Restai di malumore per tutta la mattina. In questo caso, il particolare evento dall'autista all'incrocio, nel più ampio contesto della guerra, mise in moto un nuovo processo. Quando le condizioni del sistema sono sensibili, i piccoli cambiamenti possono fare un'enorme differenza.

Di solito i sistemi amplificano quelle tendenze che possono spostarli in una direzione piuttosto che in un'altra. Nell'esempio del bambino ipersensibile riportato prima, la madre sensibile può aumentare la capacità del bambino di gestire lo stimolo. Gli analisti di pazienti adulti osservano delle sinergie analoghe quando un'evoluzione in analisi porta il paziente a sentirsi più a suo agio nell'intimità del rapporto, il che

può a sua volta portare all'inizio di una relazione maggiormente incentrata sui sentimenti, che favorisce altri progressi analitici e così via.

In questo e in altri modi, i sistemi dinamici sono auto-organizzanti. I nuovi processi adattivi, una volta messi in moto, possono rinforzarsi perché parti differenti del sistema rispondono l'una all'altra e/o all'ambiente che cambia. Per esempio, quando un bambino viene aiutato per una difficoltà di apprendimento non identificata prima, la sua autostima complessiva potrà migliorare di pari passo alla sua prestazione scolastica; questa può a sua volta migliorare le relazioni con i pari e il modo in cui gli insegnanti lo vedono. Soprattutto, può cambiare il senso di sé del bambino. Per dirigere il cambiamento del sistema non occorre nessun omuncolo o fantasma (Kelso, 1995) perché la tendenza a riorganizzarsi è una proprietà del sistema adattivo. Tutte queste proprietà dei sistemi hanno importanti implicazioni per il modo in cui pensiamo a ciò che rende possibile il cambiamento in analisi, tema che ora affronterò brevemente.

Una nota sul metodo: la psicoanalisi e le scienze

Il collegamento così stabilito con la ricerca scientifica è molto diverso da altri tentativi che hanno avuto un successo limitato nel documentare le ipotesi psicoanalitiche o nel dare conferma empirica alle tecniche psicoanalitiche. Il mio interesse per le teorie dei sistemi dinamici è dato dal fatto che esse suggeriscono un orientamento scientifico diverso e più coerente con le modalità in cui analista e paziente realmente si comportano e pensano. La teoria della complessità ci dice che la psicoanalisi non è anti-scientifica solo perché non può essere racchiusa in un diagramma di flusso. In realtà, molte scienze quantitative come la fisica, la biologia, e, più vicino a noi, la psicologia, utilizzano i modelli dinamici complessi perché i loro approcci lineari sono stati messi in crisi dai nuovi dati che emergono dalle ricerche.

Molti analisti si sono mostrati diffidenti nei confronti della ricerca empirica in psicoanalisi e nei campi limitrofi: l'analisi è in effetti una sfida alla linearità e al riduzionismo tipici della ricerca empirica. Ma le teorie dei sistemi dinamici non lineari non sono né lineari né riduzionistiche e non richiedono che l'analisi venga privata delle sue dimensioni più immaginative e complesse. Le teorie della complessità danno sostegno all'analisi contro coloro che la definiscono non scientifica, quali gli assicuratori e i più zelanti difensori del modello medico, così come coloro che condannano l'analisi in base alla teoria della corrispondenza della verifica empirica, come Grünbaum (1984).

Ciò non significa che la corrispondenza ai criteri delle scienze naturali dovrebbe essere il nostro obiettivo o il nostro principale criterio di affidabilità. Sto suggerendo un'applicazione metaforica, analogica, concettuale, non un'applicazione empirica: i modelli non lineari ci aiutano a pensare e a parlare in uno stile che si adatta a ciò che realmente facciamo. Piuttosto che affidarci alla "scienza" perché ci dica che cosa è vero (come se la sua conoscenza fosse in qualche modo più importante della nostra), io adotto l'approccio più ermeneutico (e forse un po' marxista) che consiste nel guardare ai vari discorsi che possono essere correlati al nostro, in cerca di vie che possano articolare meglio l'esperienza quotidiana del nostro lavoro. Sebbene le corrispondenze empiriche possano essere accolte come fonte di risonanza e chiarezza ulteriore, esse non dovrebbero essere il nostro obiettivo principale, né possono essere il criterio primario della validità.

La teoria dei sistemi dinamici offre un immaginario per penetrare molti assunti fondamentali e modi di pensare che costituiscono il fondamento del nostro pensare, interagire e fare esperienza nella pratica clinica quotidiana. Se attingiamo al suo linguaggio, troviamo una base precisa, ampia e immediata su cui stabilire, illuminare e organizzare ciò che facciamo e ciò che ci diciamo tra noi. Gli psicoanalisti più all'avanguardia ora possono avvicinare il pensiero analitico alle scienze naturali senza soccombere al

riduzionismo positivista. Le teorie dei sistemi non lineari offrono una prospettiva scientificamente supportata che però si concilia con una prospettiva costruttivista-intersoggettiva che apprezza la natura mutevole e dinamica dell'esperienza della realtà e della verità, specialmente nella situazione analitica. Da questo punto di vista, possiamo considerare la possibilità che le teorie dei sistemi dinamici non lineari aprano una finestra a una nuova metapsicologia per la psicoanalisi.

La psicoanalisi come sistema dinamico non lineare

La psicoanalisi è una forma di sistema vivente non lineare - due persone che comunicano - e le analisi sono organizzate in base a molte di quelle stesse proprietà che sono specifiche di altri sistemi.

Ogni analisi è auto-organizzante e complessa; vale a dire che, nella cornice della situazione analitica, ogni coppia analitica si sviluppa in un suo modo peculiare, senza una programmazione esplicita di come le cose dovranno andare. Per quanto possa rimanere sullo sfondo, uno dei compiti fondamentali dell'analista è, infatti, garantire un senso di stabilità attraverso le complesse evoluzioni e i cambiamenti del processo analitico. Molti concetti centrali, come quello di holding e di contenimento, indirizzano questa attività dell'analista, che spesso è data per scontata. Qui di nuovo la teoria sistemica richiama la nostra attenzione su aspetti importanti del nostro lavoro quotidiano, rendendoli più espliciti e aprendoli a una migliore definizione.

Inoltre, oggi esiste un consenso generale sul fatto che ogni analisi è un sistema transazionale. Esistono così numerose versioni di questa idea centrale che è impossibile anche solo andar vicini a elencarle tutte: intersoggettivisti, relazionali, teorici delle relazioni oggettuali e, sempre più, i Freudiani contemporanei hanno affrontato il campo del transfert e controtransfert come una dimensione cruciale del processo analitico, sovvertendo l'immagine della mente isolata del paziente. Gli studiosi dell'età evolutiva vedono un parallelismo tra la relazione paziente-analista e la diade bambino-genitore. Anche coloro che non si sono esplicitamente dichiarati assertori della prospettiva bi-personale sono stati molto attenti all'influenza reciproca nella diade analitica: i Kleiniani contemporanei sottolineano come la comprensione che l'analista ha del paziente provenga dalle identificazioni proiettive del paziente.

In tali contesti, facciamo scelte cruciali in condizioni incerte, incapaci di predire ciò che accadrà nel futuro e capaci solo di accertare gli effetti dei nostri interventi mentre si manifestano nel contesto emergente che essi hanno, in parte, creato.

La seguente breve vignetta clinica illustra molte di queste dinamiche.

Ms. A.

Ms. A. era una professionista raffinata e riflessiva, giovane, single, che, non appena cominciava ad affezionarsi, interrompeva di colpo le sue relazioni intime con gli uomini. Col progredire dell'analisi, arrivammo lentamente a capire come questa fosse una reazione all'esperienza, fatta da bambina, di essere oggetto di interesse erotico da parte del fratello e degli zii quando i suoi genitori non c'erano e, come spesso capitava, affidavano i bambini alla cura di svariate babysitter. Aveva quindi poca fiducia negli effetti trasformativi di una relazione stretta, sentendosi preda di un sentimento di pericolo e sopraffatta da pensieri eccitanti, minacciosi e fastidiosi.

A un certo punto del nostro lavoro, ci fu una sequenza di sedute importanti, che ebbe inizio poco dopo l'annuncio di una mia imminente vacanza estiva. Non molto tempo dopo, Ms. A. annunciò che avrebbe dovuto interrompere l'analisi a partire dalle sedute della settimana successiva. Con un tono liquidante e irritato, disse che le cose stavano diventando troppo difficili e che "non ne valeva la pena".

Quando in effetti saltò la prima seduta della settimana successiva, mi resi conto che chiamarla per

proporle di tornare a parlarne poteva essere preso come un invito pressante a soffrire di più, mentre non chiamarla sarebbe stato un segno di negligenza e disinteresse verso la nostra relazione analitica, pur stretta e feconda. Non sapevo proprio che fare. Chiamai e Ms. A. accettò di incontrarsi con me, sebbene con una certa ambivalenza. Le descrissi il conflitto relazionale in cui ci trovavamo: se avesse continuato, avrebbe sentito di cedere a una sorta di costrizione ma, se se ne fosse andata, si sarebbe di nuovo privata della possibilità di qualcosa che avrebbe potuto esserle molto utile, seguendo in questo un assunto affettivo, strutturato a livello interpersonale, che le relazioni profonde non potevano fare veramente una differenza.

Aggiunsi che pensavo che la sua analisi si stava rivelando utile, che prevedevo che i progressi sarebbero continuati e che speravo che avrebbe riflettuto sulla sua decisione.

Ms. A. cominciò a parlare con grande emozione dell'ansia che provava nelle separazioni e della sensazione che stesse per accadere qualcosa di molto brutto. Quando osservai che doveva sentirmi pericoloso, rispose che, benché sapesse che non le avrei fatto male, a volte sì, le era capitato. (Mi sentii commosso e un po' sollevato dalla preoccupazione controtransferale di averla spinta troppo a continuare l'analisi). Questo rendeva tutto ancora più difficile - aggiunse - perché si sentiva in preda a delle angosce che sapeva essere prive di senso. Potemmo allora parlare del fatto che nessuno nella sua famiglia aveva mai risposto alla sua impressione che ci fosse qualcosa di sbagliato, lasciandola sola e con la sensazione che ciò che provava non aveva senso.

Ora mi sentivo più libero di suggerirle che ora forse le cose sarebbero andate in un altro modo e così si consolidò un atteggiamento più fiducioso verso la possibilità di un'evoluzione positiva.

In questo caso, un complesso processo transazionale nel sistema analitico bipersonale portò a un progressivo cambiamento nel processo analitico. Considero parte di questo processo l'atto interattivo della telefonata, i miei commenti interpretativi sulla nostra interazione e sui dilemmi che presentava, l'inter-scambio affettivo durante tutta l'interazione, le riflessioni di Ms. A. sulla situazione e i cambiamenti emozionali che tutti questi eventi avevano generato in me. In realtà, i vari processi non possono essere estrapolati l'uno dall'altro, ma vanno semmai colti insieme come parte di una matrice dinamica.

La complessità e la sensibilità analitica

Quanto detto fin qui mostra come il linguaggio dei sistemi dinamici catturi "il sentimento di ciò che accade" (Damasio, 1999) in analisi. Come i teorici dei sistemi, gli analisti rintracciano dei modelli di flusso, con fasi irregolari e cambiamenti, stabilità e instabilità, progressioni e regressioni, ripetizioni e novità e la loro spesso sostanziale incertezza. Idee molteplici, fantasie, rappresentazioni, modelli di relazione, sentimenti, si fondono insieme, cambiando e trasformandosi nel tempo gli uni negli altri e trasformando anche le loro interrelazioni.

L'analisi è piena di intrecci incessanti, di flussi e riflussi, di momenti nuovi in mezzo alle ripetizioni, con spazi e forme mutevoli, che si allineano e si riallineano su molti livelli, forme e coloriture psicologiche.

Inevitabilmente, quindi, gli psicoanalisti devono lottare con la sensazione ricorrente di essere spiazzati e di ritrovarsi da un'altra parte. L'analisi è come il tempo atmosferico in un determinato luogo: esiste una grande possibilità di variazione, ma non infinita. E anche se non si può mai dire con certezza quando il tempo cambierà, si può essere certi che cambierà. Il nostro lavoro, per quanto sedentario, è spesso faticoso perché seguiamo le tracce, nel nostro corpo come nella nostra mente, di molti fattori e delle relazioni tra loro, che continuano a modificarsi nel tempo.

I modelli dei sistemi dinamici offrono una base scientifica a quella ben nota sensazione di non sapere che cosa stia succedendo, sensazione che dobbiamo tollerare per poter essere di aiuto.

Per quanto la psicoanalisi affascini sia coloro che la praticano, sia chi non è un addetto ai lavori - e in letteratura abbiamo moltissimi resoconti clinici eloquenti - il nostro linguaggio teorico non esprime realmente l'immediatezza e l'essenza dell'esperienza quotidiana, che è ciò che forma la nostra competenza

professionale e, soprattutto, la nostra identità. Il linguaggio della teoria dei sistemi dinamici ci può aiutare a colmare questo divario.

In uno studio esemplare che applica la teoria dei sistemi dinamici allo sviluppo motorio dei bambini, Thelen e Smith (1994) definiscono lo sviluppo infantile come “disordinato, fluido e sensibile al contesto” (p. XVI). Le teorie dei sistemi complessi convalidano questo punto di vista (a livello della biochimica cellulare, della struttura cerebrale o dell’economia internazionale) e un ruolo importante del pensiero analitico, per la salute mentale pubblica e per la cultura in generale, è sostenere che la vita psicologica funziona nello stesso modo. Il nostro compito è trovare significato nel disordine (Tronick, 2005).

La flessibilità come virtù: i sistemi complessi e la dimensione situazione-specifica nella tecnica

Le teorie dei sistemi non prescrivono una tecnica psicoanalitica. In termini generali, mostrano quante questioni di tecnica dipendono dalle proprietà particolari del sistema analitico in ogni momento dato; esse sono, cioè, situazione-specifiche. Proprio come i modelli specifici che regolano un sistema atmosferico si modificano a condizioni particolari, lo stesso vale per le decisioni cliniche. Esistono dei modelli generali e conoscerli fa capire molte cose, ma ogni diade analitica è un sistema a sé, unico.

Il processo decisionale in analisi è inevitabilmente un processo incerto e, nella migliore delle ipotesi, ha una capacità predittiva limitata. Alcune delle capacità analitiche più difficili da descrivere, come il tatto, il timing e l’intuizione, si basano sull’attenzione consapevole o inconsapevole ai modelli emergenti del sistema analitico. L’interesse dimostrato da tante discipline contemporanee per una comprensione dei processi dinamici complessi, mutevoli e disordinati, ci stimola a renderci più consapevoli del modo in cui effettivamente pensiamo e sentiamo.

Costruttivismo, indeterminazione e sistemi complessi

La teoria della complessità ha anche delle implicazioni metodologiche in quanto il suo approccio generale include la prospettiva secondo cui intervenire su un sistema può cambiare la natura del sistema stesso. Questa idea è probabilmente resa in modo più preciso dal principio di indeterminazione di Heisenberg, secondo cui la misurazione delle particelle atomiche modifica le proprietà di quelle stesse particelle, preannunciando così quella rivoluzione nell’atteggiamento scientifico che la teoria della complessità ha ulteriormente sviluppato. Benché nasca dalla scienza atomistica, questo approccio è evidente anche nella vita di tutti i giorni.

Quando mia figlia aveva otto anni, guardando le increspature che si formavano sul suo cono di yogurt gelato, disse: “Fantastico! Ogni volta che ne mangi un morso, si crea una nuova forma!”. Tutto questo va in parallelo con l’assunto psicoanalitico contemporaneo che i nostri atteggiamenti e i nostri interventi modificano l’intero corso dell’analisi.

Il premio Nobel per la fisica Richard Feynman (1963) scrisse che “il principio di indeterminazione ‘proteggè la fisica quantistica” (p. 138). Può allo stesso modo proteggere la psicoanalisi tenendoci in contatto col fatto che il grado di ambiguità dei nostri modelli riflette le caratteristiche fondamentali di quanto facciamo e pensiamo nel nostro lavoro quotidiano. Le teorie dei sistemi complessi chiariscono che è davvero difficile predire il futuro dei sistemi complessi e che le decisioni vengono spesso, se non inevitabilmente, prese sulla base di informazioni inadeguate. Ci portano a comprendere più pienamente che, per quanto sia importante sapere che cosa fare, essere capaci di farlo con sicurezza non è un obiettivo realistico, mentre è un requisito fondamentale essere capaci di non sapere che cosa fare.

Complessità e causalità non-lineare: implicazioni cliniche

Nel lavoro clinico, può essere molto rassicurante ragionare secondo la logica della linearità causale. Ma a dispetto dell’impressione di rigore “scientifico” che può trasmettere, l’approccio lineare può rivelarsi

molto costrittivo e non corrispondere affatto ai dati della situazione analitica, né da un punto di vista scientifico, né metaforico. Ciò nonostante, vari analisti adottano una prospettiva riduzionistica. Troppo spesso, per esempio nella discussione dei casi, i partecipanti entrano in rivalità sull'importanza di un singolo fattore piuttosto che un altro nella storia o nel mondo fantasmatico del paziente, come se l'uno fosse più importante dell'altro, anziché unirsi nello sforzo di elaborare un codice che possa cogliere il senso complessivo di che cosa stia succedendo nella mente del paziente e all'interno del setting analitico.

E, ancora, molti analisti trattano in modo quasi automatico i riferimenti che il paziente fa a una relazione extra-analitica come il riflesso del transfert o di bisogni evolutivi di quel momento. Per certi aspetti, questo modo di affrontare la comprensione dei problemi dipende da dinamiche di gruppo inevitabili, ma l'assenza di un linguaggio vivido e unificante che permetta di muoversi da un livello all'altro e di cogliere l'insieme dei modelli più complessivi, ha una conseguenza non irrilevante. La pratica psicoanalitica, infatti, richiede la tolleranza dell'incertezza; se non riusciamo a reggerla, o se il nostro linguaggio scoraggia questa possibilità, finiamo col darci un focus circoscritto e restrittivo che potrebbe limitare le potenzialità espansive dell'assetto analitico. L'esempio clinico che segue illustra alcuni di questi temi.

Mr. B.

Mr. B. chiese aiuto per inibizioni da ansia che gli avevano impedito di perseguire i suoi progetti professionali e sentimentali. Il suo modo di porsi all'apparenza attivo e interessato era in realtà caratterizzato da un sottostante pattern di sottomissione e dall'attesa che io gli avrei dato una spiegazione che lo avrebbe guarito. Aveva un atteggiamento, che non poteva esprimere in modo diretto, di sfida passiva e di sfiducia nell'autorità.

Durante l'adolescenza Mr. B. era stato in analisi da un collega che aveva continuato a interpretare il suo oscillare tra fasi di ribellione e fasi di depressione come reazione al divorzio dei genitori, avvenuto quando lui aveva quattro anni. Quando arrivò in analisi da me, mostrava una piena identificazione con questa lettura riduzionistica di sé e della sua storia; si impegnava in un lavoro intellettuale teso a scoprire le cause dei suoi problemi senza mai permettersi un vero coinvolgimento con me o con la dinamica analitica. Questo suo stile celava e al tempo stesso esprimeva proprio quella paura e quel disprezzo che le interpretazioni avrebbero dovuto correggere.

La tentazione era di ridurre lo stile manifestato da Mr. B. in seduta al suo carattere, e in particolare alla sua tendenza a intellettualizzare e iper-semplificare la sua esperienza. Ma sospetto che dietro tutto questo ci sia il fatto che il suo precedente analista abbia confidato troppo in una spiegazione lineare. La spiegazione riduzionistica, secondo la logica della causalità lineare e gerarchica dell'esperienza di Mr. B. era di sostegno a qualche aspetto difensivo - e mortificante - della sua personalità, e al contempo una formulazione così forte si rivelava perfettamente consona alle sue tendenze intellettualizzanti. Inoltre, poiché mancava di un più complesso e autentico riconoscimento della sua esperienza, questo approccio rinforzava il timore di Mr. B. che la sua esperienza complessa e carica di conflittualità sarebbe stata ancora, inevitabilmente, trascurata, proprio come lo era stata dopo il divorzio, quando i genitori ignorarono le sue domande dando risposte vuote ed evasive. Tutto questo lo aveva mantenuto in una posizione di estraneità dalla sua terapia, come una sorta di outsider rispetto a quel processo che avrebbe dovuto effettivamente aiutarlo. Aveva ovviato alla situazione con una pseudo-sottomissione ambivalente e idealizzante al padre che ora veniva ripetuta in analisi, celando una pseudo-sottomissione competitiva e spesso negativa che prendeva forma nell'idea di Mr. B. che l'analisi avrebbe funzionato fornendogli una chiave che gli avrebbe dato sollievo. Questo complesso insieme di transazioni - tra passato e presente, realtà intrapsichica ed esterna, processo analitico e quotidianità - viene penetrato nel modo più efficace dalle teorie dei sistemi.

Si potrebbe contestare che questa vignetta propone poco di nuovo e che, semmai, contrappone all'eccessiva fiducia che il precedente analista aveva riposto nell'interpretazione genetica ciò che qualsiasi

buon analista farebbe. Condivido questa obiezione ma, poiché il riduzionismo si insinua anche nelle migliori analisi, un esempio banale come questo mostra come un approccio fondato sui sistemi complessi possa salvarci, come disse Feynman, dalle letture anguste del modello strutturale e del modello relazionale.

Le teorie dei sistemi spiegano ciò che i buoni analisti già fanno. Il pensiero fondato sul “sia... sia...” è una delle cose migliori nel metodo psicoanalitico, è più coerente col pensiero sistemico di quanto non lo sia un approccio centrato sul “o... o...” ed è più congeniale alla maggior parte dei pazienti. Le formulazioni cliniche e gli interventi che adottano questa prospettiva hanno maggiori probabilità di essere efficaci che non quelli che cercano singole cause o semplici spiegazioni sottostanti. Con tutte le sue complessità e incertezze, il pensiero sintetico si rivela spesso assai più utile di tanti riduzionismi che spingono il paziente a considerare che cosa sta provando, facendo o pensando per poi distillarlo in qualcos'altro.

Tradotto nella situazione clinica, i linguaggi dei sistemi possono fornire un canale di comunicazione diretto per parlare coi pazienti. Con molti è utile poter parlare esplicitamente della rigidità o della ripetitività degli stili di personalità: questo può ad esempio risultare particolarmente utile nel trattare le proiezioni transferali, di cui si può sottolineare la rigidità e l'effetto di restrizione delle informazioni, anziché l'erroneità. Con pazienti imprigionati nel loro transfert mi è capitato di parlare della loro “non disponibilità a informazioni nuove”.

Si tratta di una terminologia molto più familiare a tanti pazienti che non i concetti un po' troppo misteriosi cui noi analisti siamo abituati e che hanno a che fare con ricostruzioni evolutive, pulsioni, difese e così via.

Psicopatologia, azione terapeutica e cambiamento dei sistemi

Vediamo ora in che modo le teorie dei sistemi possono esserci di aiuto nel pensare all'azione terapeutica della psicoanalisi. Come può avvenire che le analisi producano effetti tanto significativi, modificando dei pattern stabilizzati nel corso di tutta una vita e continuamente rinforzati in tante circostanze attuali vissute dai pazienti? Le teorie dei sistemi offrono una prospettiva che abbraccia i diversi orientamenti analitici e i diversi tipi di intervento. Comincerò dalla psicopatologia.

Psicopatologia: rigidità ed equilibrio nei sistemi psicologici

I problemi che inducono le persone a chiedere una terapia analitica possono essere pensati come riflesso di sistemi chiusi anziché aperti.² Anziché recepire e rispondere a informazioni e opportunità inedite, i sistemi chiusi sono ripetitivi e incapaci di adattarsi ai cambiamenti del contesto. Paradossalmente, la fragilità psichica porta all'instaurarsi di un sistema rigido, anche se questa rigidità aumenta la probabilità di una sua rottura.

Inoltre, stili psicologici maladattivi amplificano certi modi di sentire e di relazionarsi mentre ne soffocano altri. Le persone si ritrovano quindi intrappolate in pattern di vita che sostengono la loro sofferenza e la amplificano attraverso le sinergie che si instaurano tra i loro mondi interni e gli eventi esterni - un percorso professionale, delle relazioni problematiche, ecc.. I sistemi flessibili riescono a prendere in considerazione le informazioni nuove che provengono dal contesto; i sistemi chiusi no. Tronick (2005) ha discusso la grande rigidità di questi pattern. Questa inflessibilità comporta una difficoltà a considerare le esperienze nuove come qualcosa di diverso dalla ripetizione del passato o come rappresentazioni esterne del mondo interno. I pattern vengono ripetuti perché ne sono riconosciuti pochi altri disponibili. La ripetizione può non essere esattamente una compulsione, ma una proprietà dei sistemi chiusi.

Ms. C.

Molte persone vivono i loro stili maladattivi come inevitabili e scontati anche laddove questi abbiano per loro un costo elevato e l'analista che provi a contrastarli può venire duramente respinto. Sappiamo che molti pazienti sperimentano l'offerta di aiuto o di intimità come una minaccia, che può legarsi a ricordi e fantasie di maltrattamento, abbandono e colpa. Una mia paziente, Ms. C. aveva subito abusi sessuali nell'infanzia. Aveva incontrato un'enorme difficoltà a entrare in trattamento e reagiva con sospetto a qualsiasi cosa potesse essere presa come conferma della sua idea che io la sfruttassi, per esempio con le mie parcelle. Durante una cena in compagnia di un uomo che pareva sinceramente interessato a lei, fu presa dall'ansia e da un sentimento di dissociazione che la costrinsero ad andarsene. La sua esperienza del passato si sovrappose alle situazioni attuali, chiudendola alle nuove opportunità adattive che ora le si presentavano come possibili.

La teoria dei sistemi offre un concetto in grado di catturare questo dilemma: gli stati attrattori sono dei modelli globali che, sotto particolari condizioni, organizzano un sistema. Questi modelli potrebbero modificarsi col modificarsi delle condizioni, ma ciò non avviene con facilità. Una volta che si è instaurato un modello attrattore, occorre un apporto notevole di nuova energia per rompere e riorganizzare la situazione. Per esempio, fino a che la maggior parte degli utenti usano il software Windows, la Microsoft dominerà il mercato dei PC e riuscirà a resistere anche alle sfide più vigorose. Ma una volta che una massa critica di utenti utilizzerà altri sistemi operativi, tutta la situazione cambierà.

Ad esempio, spesso i pazienti reagiscono con incredulità all'idea che parlare dei propri sentimenti possa fare una differenza, e questo perché sono vissuti in un mondo psicologico e interpersonale dove la riflessione emozionale era inaccessibile. "Sanno" che una comunicazione autentica si ritorcerà contro o che davvero è priva di importanza. In alcuni momenti ho trovato utile far sapere ai pazienti che capisco che non possono credere che le cose potrebbero essere diverse, come quando dissi a un paziente: "Lei non può pensare di potersi arrabbiare con me senza che per questo io smetta di tenere a lei".

Il disequilibrio come forza terapeutica: tatto, timing e muovere le cose

È pur vero che, quando le persone chiedono una terapia analitica, i loro sistemi di solito sono già sotto tensione; si stanno cioè muovendo verso un disequilibrio. Un evento di vita - come una perdita personale, il fallimento di un rapporto, una retrocessione professionale - può aver messo in crisi un sistema stabile ma eccessivamente rigido. Il paziente potrebbe essere preoccupato per non aver raggiunto un qualche obiettivo che col passare degli anni è diventato un imperativo evolutivo - il matrimonio o la crescita professionale tra i trenta e i quaranta anni. Queste dissonanze tra situazione effettiva e spinte evolutive sono esempi di un disequilibrio emergente. Una relazione interpersonale col coniuge, coi figli o una collaborazione in affari possono diventare tese e forzate; qui il disequilibrio è tra ambiente individuale e ambiente sociale.

Pensare in termini di disequilibrio può aiutare a formulare degli interventi specifici. Nelle prime sedute, per esempio, a volte descriviamo esplicitamente questo tipo di dissonanze dicendo qualcosa come: "Sente che il suo stile abituale non funziona più man mano che cerca di crearsi uno spazio più autonomo nel suo campo".

Anche in questo caso, si tratta di un intervento tecnico consueto, ma il modello della teoria dei sistemi dà un'espressione diretta al problema che viene sollevato.

La psicoanalisi altera e amplifica i disequilibri. Tutti i processi di cambiamento che siamo arrivati a individuare - insight, riconoscimento, esperienza nuova, sviluppo, preparazione evolutiva e così via - possono essere compresi come nuovi input in sistemi precedentemente chiusi. In generale, tali input possono promuovere, o amplificare, la rottura di modelli già stabilizzati ma maladattivi e facilitare l'emergere di altri più adattivi.

Se il processo di disequilibrio è adeguatamente calibrato e se esistono altre tendenze nel sistema che riescono a essere mobilitate e amplificate, possono emergere e affermarsi dei nuovi pattern. Se però il disequilibrio è troppo forte o improvviso, il sistema potrebbe disintegrarsi o riorganizzarsi in una modalità ancora più rigida e dispendiosa. Il lavoro su questi punti di instabilità può essere carico di tensione. I sistemi richiedono una grande quantità di energia per superare dei pattern attrattori tanto fortificati; quando le cose si stanno muovendo, i sistemi resistono al cambiamento del loro equilibrio. I terapeuti dotati lo sanno intuitivamente e calibrano i loro interventi a seconda dell'intensità delle angosce e degli altri affetti, ma per lo più lo fanno in modo implicito. Il contributo della teoria dei sistemi rende la routine esplicita.

Mr. D.

Vediamo un caso molto semplificato ma illustrativo. Mr. D. era un gay di 37 anni che aveva riportato un trauma cronico da bambino. La madre aveva frequenti esplosioni drammatiche, a volte di rabbia, a volte di disperata sofferenza. Il matrimonio dei genitori era carico di conflittualità cui il padre reagiva con gravi crolli emotivi che lo portavano a chiedere al figlio consolazione, sfogandosi per le umiliazioni che sentiva di subire dalla moglie. Il padre teneva anche una condotta sessualmente eccitante col figlio, camminava nudo per casa per ore e faceva la doccia mentre Mr. D. era in bagno, invitandolo a guardarlo. Prima di cominciare la terapia, Mr. D. si era adattato ai dolorosi residui interiori di queste esperienze mantenendo un'esteriorità affascinante al lavoro e nei contesti sociali superficiali, mentre la sua vita sessuale si svolgeva con rituali dove lui faceva la parte del figlio sottomesso a un padre dominante.

Chiese una terapia proprio mentre stava costruendo una relazione intima stabile con un uomo abituato a sottomettersi sessualmente. Era preoccupato che i suoi pattern sessuali potessero minacciare questa nuova, positiva relazione perché non avrebbero potuto entrambi assumere lo stesso ruolo. Dopo un anno di trattamento, avevamo creato un ottimo rapporto in cui Mr. D. si era appassionato al lavoro analitico. Mano a mano che riaffrontava i suoi ricordi, spesso con enorme angoscia, si rendeva conto di come il passato veniva replicato e al tempo stesso protetto nella situazione presente. Cominciò a essere più capace di un comportamento assertivo sul lavoro senza con questo perdere le sue capacità sociali e la sua vita sessuale assunse forme meno stereotipate e costrittive.

Potremmo dire che Mr. D. era entrato in terapia con il suo sistema di coping messo in disequilibrio dalla pressione della nuova relazione. Il lavoro analitico mise ulteriormente in crisi questo pattern su più fronti - con la collaborazione nella relazione terapeutica, con gli insight che mettevano in relazione il passato con le difese caratteriali, con la nuova esperienza di gestione delle angosce, che permise di scoprire che le angosce potevano essere capite anziché coperte e agite, e così via. Nel frattempo, si liberarono dei nuovi potenziali per un modo di pensare e di essere in relazione meno restrittivo e più flessibile, che trovarono sostegno da quegli stessi fattori che in principio avevano causato il disequilibrio - il nuovo pattern, gli effetti diretti del trattamento e, in più, il fatto che l'emergente versatilità di Mr. D. in ufficio fu apprezzata dai suoi superiori e dai suoi colleghi.

Amplificazione e inibizione come processi di cambiamento: sinergie nell'azione terapeutica

Il caso di Mr. D. mostra anche come l'apertura di un sistema chiuso può alterare l'equilibrio delle tendenze di personalità, amplificando dei potenziali latenti o dei sottosistemi più flessibili o aperti e inibendone o estinguendone altri più ripetitivi e chiusi. I cambiamenti nel mondo interno possono trovare riscontro nel mondo esterno, con feedback nel mondo interno, e così via. I cambiamenti in un campo, come nel lavoro, possono ripercuotersi su altre aree, come le relazioni intime.

In questa linea, i ricercatori sull'infanzia hanno descritto le tendenze auto-correttive (self-righting) dei

sistemi precoci di accudimento, dove input poco adattivi vengono amplificati in loops di feedback positivi per produrre delle sostanziali differenze (Sameroff e Emde, 1989; Seligman, 1994). Per esempio, una madre che sta uscendo da una depressione post-partum può sentire il suo neonato molto rispondente al suo interesse emergente e questo può portarla in modo piuttosto rapido a una nuova e più piacevole modalità di regolazione interattiva. Ciò può accelerare il suo recupero dalla depressione, con il miglioramento del suo umore e con il riattivarsi e l'amplificarsi di rappresentazioni interne più positive che possono farla sentire più efficace. In circostanze tali le cose possono cambiare molto velocemente. Anche in analisi esistono delle tendenze analoghe: l'analisi del transfert può incrinare dei pattern caratteriali stabilizzati e portare a nuove relazioni interpersonali extra-analitiche che, a loro volta, possono amplificare la sensazione, nell'analizzando, che esistano delle alternative alle sue aspettative più stabilizzate. A volte il processo può andare nella direzione opposta e sono allora gli eventi extra-analitici ad aprire la strada.

I terapeuti dei bambini conoscono bene questi passaggi, visto che sono così coinvolti dagli eventi di vita, dalle spinte evolutive e dagli interventi concreti che modificano il corso dello sviluppo di un bambino. Nelle terapie col bambino esistono dei momenti speciali in cui cambia il senso globale del sistema evolutivo, quando molti fattori diversi cambiano nello stesso tempo - per esempio, quando un bambino va meglio a scuola e stringe nuove amicizie; i genitori stanno meglio e il loro lavoro migliora. Il caso di Mr. B. il giovane uomo che aveva fatto la prima analisi con un analista molto "lineare", lo dimostra con evidenza.

Mr. B.

Con l'andare avanti dell'analisi, Mr. B. portò molti particolari su come le sue inibizioni da ansia gli impedivano di perseguire le sue mete professionali e sentimentali. Al lavoro, per esempio, era competente, ma molto prudente. In particolare, la paura di essere criticato da uomini con più anzianità professionale non gli permetteva di dare il massimo nelle conferenze pubbliche, che costituivano un elemento essenziale per avere successo nel suo lavoro.

Durante il trattamento, poté rendersi conto della sua competizione con questi uomini e che la sua soggezione verso questi superiori preservava un'immagine idealizzata di suo padre, un uomo di grande successo ma emotivamente superficiale e con difficoltà che Mr. B. conosceva meglio dei suoi numerosi ammiratori. Essendo diventato più lucido sui limiti del padre, Mr. B. poté esprimere più apertamente la sua competenza e, alla fine, rendersi più libero dalla sua stessa aggressività. Benché colorata da questa aggressività, la relazione di lavoro con me era collaborativa e riflessiva anche nel transfert negativo, che tendeva ad amplificare gli effetti degli insight sul passato. Oltre ad essere più attivo nel lavoro, Mr. B. chiuse una relazione ambivalente con una donna e ne sposò un'altra da cui si sentiva profondamente attratto. Questi sviluppi, a loro volta, potenziarono gli effetti dell'analisi.

Ma più difficile per Mr. B. fu restare in contatto coi desideri che la partenza del padre aveva lasciato insoddisfatti e, parallelamente, riconoscere quanto si sentisse emotivamente dipendente dall'analisi. La nascita della sua prima figlia ebbe un impatto forte sul suo particolare equilibrio, implicando la possibilità di una relazione d'amore intima con la bambina e quindi amplificando la sua consapevolezza di quanto fosse deluso dal padre. Quando si rese conto di essere così preso dalla figlia, entrò in contatto in modo più intenso e immediato con lo scarto enorme tra ciò che aveva desiderato nell'infanzia e ciò che effettivamente era stato. Ripercorre questi elementi in analisi prima della nascita della figlia aumentò la sua disponibilità a innamorarsi della figlia e questo nuovo amore potenziò il processo analitico. Mr. B. poté anche tollerare meglio la sua dipendenza transferale.

Processi intrecciati, come questi appena visti, sono comuni nel lavoro analitico, ma - lo ripeto ancora una volta - la forma che prendono è sotto molti punti vista sviluppata meglio dalle teorie dei sistemi non-lineari che non dalla teoria psicoanalitica convenzionale.

Novità ottimale: equilibrare l'esperienza nuova e la ripetizione

Gli analisti di vari orientamenti hanno sottolineato l'importanza di lavorare alla giusta distanza dalle aspettative, dai bisogni e dai desideri del paziente. Kohut (1977) propose l'idea che una frustrazione ottimale stimola lo sviluppo di una struttura psichica nuova - e questo in opposizione a una frustrazione insufficiente - che finirebbe col proteggere la stasi - o ec-ces-siva, che potrebbe portare alla disintegrazione. Bacal (1985) ampliò l'idea con il concetto di responsabilità ottimale. Gli analisti orientati all'insight hanno in genere raccomandato che le interpretazioni restino vicine alla struttura difensiva in atto così da non sconvolgerla con idee nuove e precluse, ma non così vicine da non arrivare nemmeno a toccarla.

Questi principi, trasversali alle varie teorie psicoanalitiche, corrispondono alla scoperta psicologica generale che i migliori apprendimenti avvengono in condizioni di novità ottimale.

Un buon lavoro analitico procede nella "zona di sviluppo prossimale" (Vygotsky, 1962), un'area sufficientemente distante dalle competenze attuali da costituire una sfida, ma abbastanza vicina da sostenere il senso della novità emergente. Lavoriamo per creare delle condizioni di novità ottimale. I cambiamenti che possono avere luogo in queste condizioni possono avvenire nell'arco di periodi di tempo lunghi, emergere in certi momenti e poi recedere quando il trattamento instaura (ed esce da) nuovi equilibri.

I terapeuti analitici, ancor più degli altri psicoterapeuti, lavorano in modo da offrire una relazione che sia tagliata su misura del paziente. Molte delle nostre decisioni tecniche implicano la ricerca della via giusta per introdurre qualcosa di nuovo in un sistema più o meno chiuso, rispettandone i vincoli - che, in fondo, definiscono la gamma di significati e di punti di contatto con il paziente. Gli aspetti cui ci riferiamo quando usiamo termini imprecisi come tatto e timing implicano delle decisioni sul grado adeguato di disequilibrio in ogni dato momento, al pari delle questioni generali che riguardano quanto contrastare o sostenere, che tono affettivo avere, quanto interpretare e così via.

Mr. D.

Per esempio, Mr. D. (traumatizzato dalle gravi esplosioni della madre e dal comportamento eccessivamente sessualizzato del padre) provò maggiore angoscia man mano che la sua vita sessuale stereotipata cambiava, recuperò più ricordi e sentì più rabbia verso i genitori. Imparò a gestire la sua angoscia nelle sedute apprezzando il processo analitico e me, mettendomi con entusiasmo a parte di quanto fossero importanti i nuovi insight. Al fondo di tutto questo c'era il ripetersi del suo precedente stile di gestione dei suoi oggetti sottomesso ed esibizionistico; questo si rendeva evidente quando mi trattava con compiacenza, come fossi qualcuno da intrattenere col racconto della conquista di nuovi insight, evitando intanto i sentimenti più profondi e il riconoscimento della sua paura che qualcosa potesse in qualche modo andare storta nell'alleanza terapeutica. Benché mi accorgessi di questo pattern agito nel transfert-controtransfert, all'inizio evitai di contrastarlo, perché sentivo che il paziente aveva bisogno di affidarsi. In altre parole, questa parte del suo sistema non doveva ancora essere messa in disequilibrio. Tentai invece di far passare in modo non intrusivo l'idea che lui potesse parlare più spontaneamente dei suoi sentimenti spiacevoli senza tenerseli tutti dentro e senza doversene sempre uscire con qualche idea nuova.

Eventi irrilevanti possono produrre effetti significativi: punti di svolta, punti critici e sensibilità alle condizioni iniziali

Il cambiamento in psicoanalisi è progressivo e irregolare e spesso si rende evidente solo dopo lunghi periodi di tempo. I colleghi che si confrontano sui casi nei gruppi di discussione, ascoltandoli a distanza di

qualche mese, riconoscono più facilmente i cambiamenti nei casi seguiti di quanto non facciano i terapeuti direttamente coinvolti. Nei termini dei sistemi potremmo dire che molto del lavoro analitico abituale comporta la costruzione di strutture più complesse e inclusive nel tempo.

Allo stesso tempo, c'è un riconoscimento di passaggi distintivi, quei momenti trasformativi cruciali dove qualcosa balza in avanti e l'analisi cambia. Questi momenti sono considerati significativi dagli analisti di tutte gli orientamenti teorici, ma non c'è un chiaro accordo su come questi avvengano. Spesso vengono guardati con sospetto da chi non è analista, perché considerati come i fenomeni analitici meno scientifici.

Le teorie della complessità suggeriscono la possibilità che questi eventi analitici trovino maggior sostegno scientifico di quanto non si sia pensato fin qui. Il fatto di considerare le terapie analitiche in termini di processi dinamici come il disequilibrio, le sinergie, l'amplificazione e l'inibizione, la novità ottimale, offre una prospettiva generale a supporto della nostra convinzione che gli interventi analitici possono produrre una differenza sostanziale. Più precisamente, l'idea tratta dai sistemi dinamici di una sensibilità alle condizioni iniziali - la teoria dei punti critici - fornisce una spiegazione su come eventi evidentemente circoscritti in analisi possano potenziare processi di cambiamento fondamentali per i sistemi viventi. Con questa teoria in mente non abbiamo bisogno di pensarci impegnati in un processo esoterico e privato impossibile da comunicare a chi non lo abbia vissuto.

La vastità delle possibili applicazioni dell'idea dei punti critici (Gladwell, 2000) è presentata da un esempio tratto dalla storia europea: l'omicidio dell'arciduca Ferdinando, che fece esplodere la Prima Guerra Mondiale. In un momento in cui il sistema geopolitico europeo era instabile, l'uccisione dell'arciduca mise in moto un processo che trasformò radicalmente la politica del XX secolo. Se a far esplodere la guerra fosse stato qualcos'altro, quella guerra avrebbe avuto un esito diverso. Possiamo certamente immaginare che se non ci fosse stato un evento scatenante, quegli eventi avrebbero avuto un corso diverso.

Analisti di diversi convincimenti descrivono tutti, seppur in modi diversi, dei punti critici. I primi casi di Freud (Breuer e Freud, 1985) hanno dato il via a questa tendenza. Le sue interpretazioni dell'origine sessuale delle paralisi isteriche delle sue pazienti davano un immediato sollievo dai sintomi. Da allora, molti analisti che seguono lo schema pulsione-difesa hanno riferito delle interpretazioni cruciali che modificano la consapevolezza del paziente e portano a un allentamento dei sintomi più pesanti (per es. Erikson, 1950; Fraiberg, Adelson e Shapiro, 1975). Da un orizzonte concettuale abbastanza diverso, Betty Joseph (2000), esponente di spicco dei Kleiniani contemporanei, descrive un'analisi in cui lei e l'analizzando procedevano in una situazione piacevole e manifestamente produttiva, ma dove pareva mancare qualcosa. Joseph dice che il punto di svolta fondamentale nel trattamento sopraggiunse quando capì che la cordialità del paziente bloccava un vero lavoro analitico. Con altre parole, Symington (1983), analista del Middle Group, mostra come i particolari "atti di libertà" dell'analista - gesti spontanei e non premeditati - possano cambiare il corso di un'analisi.

In un drammatico articolo della produzione relazionale, Barbara Pizer (2003) racconta la storia di un momento trasformativo di un'analisi: essendo l'analista affetta da un tumore al seno, una paziente la accusa di aver smarrito la sua capacità di nutrire. Quando B. Pizer si arrabbia - quando cioè lei e la paziente si chiariscono - l'analisi prosegue a un nuovo livello. La teorizzazione clinica di Ehrenberg (1992) sul "confine intimo" punta l'attenzione sull'ubiquità di simili effetti. Il Boston Change Process Psychotherapy Study Group ha sottolineato l'importanza di quei "momenti di incontro" (Stern et al., 1998) che trasformano l'organizzazione di sé del paziente e promuovono l'"espansione diadica della coscienza" (Tronick et al., 1998, p. 290).

Ms. E.

Descriverò ora in modo più approfondito un momento cardine in un caso che ho seguito. Ms. E. era una

sofisticata mercante d'arte, donna di successo, sulla trentina, madre attenta e premurosa. Le sue relazioni intime (compresa quella col marito) erano state però sempre turbolente, come pure l'inizio della nostra relazione analitica. Durante le sedute era spesso sospettosa e provocatoria; altre volte, passava lunghi momenti chiusa in un silenzio spaventosamente cupo. A tratti riusciva a esprimere una sensazione di terrore e turbamento a causa dell'interesse dell'analista, che lei desiderava tanto, ma non voleva o non riusciva a pensare a quello che stava succedendo. Col protrarsi di questa situazione, mi sentivo come messo sotto tortura, cosa che sentivo come una ripetizione.

Alla fine giunsi a comprendere che la possibilità di una relazione attenta rievocava il trauma infantile di essere stata testimone di due terribili atti di violenza e la difficoltà cui era stata precocemente esposta con un vicino di casa sessualmente intrusivo.

Una volta resasi consapevole di tutto questo, Ms. E. continuava comunque ad avere difficoltà a coinvolgersi nell'analisi. In particolare, era molto sensibile a qualsiasi variazione dei nostri accordi e, durante il terzo anno, interruppe bruscamente l'analisi. Dopo essersi presa varie settimane per decidere se accettare o no una seduta supplementare che le avevo comunque riservato, si sentì tradita quando non potei darle questa disponibilità per altre due settimane. Insistette che non ero stato onesto e qualsiasi tentativo di collegare questa reazione alla sua sensibilità risultò vano.

Alla fine, Ms. E. riprese il trattamento. Il giorno dopo una mia assenza di una settimana, arrivò con dieci minuti di anticipo alla sua seduta delle quattordici. Prima che passassero i dieci minuti, uscì dalla sala di attesa e lasciò un messaggio pieno di rabbia nella mia segreteria telefonica, di nuovo comunicandomi che interrompeva il trattamento. Dopo aver trovato la sala d'attesa vuota e aver controllato i miei messaggi, gliene lasciai uno io per dirle come avevo inteso i nostri accordi sull'appuntamento. Qualche minuto dopo, avendo ricevuto il mio messaggio, arrivò nel mio studio. In lacrime, si scusò con tono struggente e riflessivo e cominciò una seduta triste ma produttiva.

Dopo questo episodio l'analisi non fu più la stessa. Sembrava che ora Ms. E. si rendesse conto, con una nuova chiarezza, di quanto le pressioni interiori colorassero il suo approccio alla realtà quotidiana. Divenne più introspettiva e attenta al suo mondo interiore e meno incline a seguire, e ad agire, le sue proiezioni. Accorgersi di quanto si irrigidiva sulla sua delusione di fronte a fatti che la contraddicevano divenne un punto critico nella sua analisi. Nello stesso tempo, il cambiamento dipese dai progressivi processi di comprensione, accudimento e tolleranza della sofferenza che era stata contenuta nel lavoro continuo di un'approfondita analisi.

Il nuovo insight di Mr. B. di fronte all'esperienza di diventare padre rispecchiava una transizione analoga da un momento chiave al progredire dei processi della cura.

Ms. Victoria F. e il suo bambino

A volte la direzione verso cui un sistema si muove può essere assai meno evolutiva. Questa situazione è bene illustrata dal caso di Ms. F. un'immigrata salvadoregna di vent'anni, nubile.

Picchiata da bambina, aveva una storia di abuso di droghe e di scoppi esplosivi di rabbia. Divenne sieropositiva e, alla fine, senza fissa dimora. Ma quando rimase incinta si organizzò cercando di attivare svariati supporti interpersonali e burocratici, tra cui una zia premurosa e una zelante assistente sociale. Venne reperita un'abitazione e la sua terapeuta, esperta nel lavorare con le coppie madre-bambino, pensò che avrebbe davvero potuto diventare una madre competente e premurosa.

La gravidanza aveva amplificato le capacità della paziente di promuovere e sostenere la protezione e il supporto: c'era qualche speranza che le varie forme di assistenza avrebbero potuto continuare a supportare queste sue potenzialità e che l'arrivo del bambino le amplificasse ancora di più.

A causa dell'infezione HIV, la nascita del bambino avvenne in un centro neonatale universitario d'élite,

una specie di hotel allestito per concorrere a finanziamenti importanti. Lì, Ms. F. si sentì molto fuori posto; le differenze sociali e culturali creavano tensioni e persino sospetto tra lei e lo staff infermieristico, tensioni che avrebbero potuto essere meno forti in un ospedale pubblico. In questa situazione, Ms. F. perse parte della sua emergente ma ancora fragile autostima e capacità di regolare la sua astiosa reattività auto-protettiva che, di fatto, la portava facilmente a confermare le aspettative negative dello staff.

In questo contesto emergente, si verificò un evento che avviò il processo decisivo che avrebbe portato Ms. F. a perdere la potestà genitoriale: si trattò insomma di un vero e proprio punto critico. Ms. F. reagì in modo molto aggressivo ad un'infermiera che sembrava essere stata, a detta della terapeuta che aveva ascoltato il resoconto dei fatti, insensibile e provocatoria. Nonostante Ms. F. fosse molto affettuosa con il suo neonato, i servizi di tutela minorile aderirono al parere dell'assistente sociale che raccomandava l'allontanamento del bambino. Traumatizzata, la paziente piombò in una profonda disperazione e in una rabbia fortissima. In occasione delle sue visite sotto sorveglianza al bambino, nelle settimane successive, Ms. F. si mostrò brusca e per nulla empatica col figlio che, alla fine, le fu tolto. Gli eventi accaduti durante il ricovero ospedaliero avevano amplificato i pattern distruttivi e di isolamento della sua personalità, pattern che riflettevano sia la sua storia, sia la sua situazione del momento.

Gli sforzi di Ms. F. di diventare una madre competente implicavano una dinamica delicata e molto sensibile agli input dell'ambiente ospedaliero e alla specifica relazione con quella pungente infermiera.

In questo caso, i processi dinamici, che possono sembrare astratti se presentati nella forma di teorie generali, si sono concretizzati nel doloroso percorso che ha dato il via a una tragedia della vita di tutti i giorni.

Le parti e gli interi: frattali e auto-similarità

Molti dei miei esempi clinici sottendono due assunti analitici tra loro collegati, comuni ma di solito non precisati: possiamo fare delle inferenze sulla psicologia del paziente basandoci sulle caratteristiche ricorrenti all'interno dell'analisi e un intervento all'interno di un'analisi può avere effetti importanti anche all'esterno. Ad esempio, facciamo delle generalizzazioni a partire da, e interveniamo con sicurezza sul transfert delle relazioni oggettuali diadiche o sui pattern pulsione-difesa al fine di descrivere e modificare lo stile caratteriale e i conflitti profondi. Così, per esempio, quando una paziente esprimeva le sue preoccupazioni per essersi arrabbiata con un collega, facevo un commento sui suoi conflitti con me.

Benché questa procedura sia assolutamente basilare e data per certa, essa viene raramente sottoposta a una precisa verifica. Nella teoria dei frattali, i teorici della complessità hanno colto un ordine analogo nei sistemi apparentemente disordinati. I sistemi frattali sono caratterizzati dal principio della auto-similarità: "ogni sottosistema... è equivalente all'in-tero sistema" (Sardar e Abrams, 1998, p. 35). I contorni di un fiocco di neve - ossia una sporgenza con tre punte ai suoi estremi - sono riprodotti in ricorsività variabili cosicché la punta di ciascuno di questi punti abbia tre punte, e così via.

Altri esempi, come la chioma di un albero o gli alveoli dei polmoni, riproducono la forma generale del sistema. In altre parole, la forma di base si ripete ai vari livelli del sistema. In questo caso, la teoria dei sistemi dà sostegno a una delle nostre procedure inferenziali di base, che sono coerenti con dei paradigmi scientifici consolidati. Quotidianamente trattiamo la situazione analitica come un sistema frattale. La relazione analitica è un frattale delle dinamiche complessive del paziente; il transfert è un frattale di queste; e così via. E ci affidiamo all'assunto che ciò che accade in analisi può portare a dei cambiamenti nel modo di vivere complessivo del paziente.

Ridurre la complessità: la psicoanalisi come sistema non-così-complesso

Fin qui mi sono concentrato sulla complessità della diade analitica, ma esiste un'altra faccia della medaglia. In confronto ad altre relazioni di intensità simile, la relazione analitica è un sistema relativamente

controllato e contenuto. Molte delle irregolarità e delle incertezze della vita quotidiana sono tenute fuori dal processo, che è costruito su poche dimensioni ben definite. La frequenza e la durata del contatto sono certe e prevedibili, il contatto è relativamente circoscritto, lo scambio essenziale è definito entro i termini di un pagamento del tempo e così via. La semplificazione del sistema permette di focalizzare l'attenzione su quelle caratteristiche che sono maggiormente salienti per l'analisi, come le emozioni, le fantasie, i modelli relazionali e le difese.

A far funzionare l'analisi potrebbe essere il fatto che ogni analisi è abbastanza complessa da mettere in gioco degli aspetti chiave, ma abbastanza semplice da evitare le miriadi di modi in cui questi aspetti possono essere oscurati all'interno delle normali interazioni sociali. Negli scenari immensamente complessi delle interazioni sociali, i pattern psicologici possono essere facilmente eliminati dalla coscienza; mentre essi vengono agiti e ripetuti quando altre persone o istituzioni attualizzano e confermano le realtà interiori, affondando le loro radici nella particolare personalità dell'analizzando. A confronto con la relazione analitica, quelle situazioni sono così complesse che è più difficile seguire i vari fattori coinvolti al loro interno che non seguire quegli stessi fattori durante il processo analitico.

Teorie dei sistemi dinamici non lineari e metapsicologie tradizionali: prospettive storiche e concettuali

Le metapsicologie psicoanalitiche tradizionali sono state generalmente organizzate come modelli lineari. Spinto dalla sua ambizione di creare una scienza coerente con le teorie meccanicistiche dei suoi tempi, Freud sviluppò dei modelli di spiegazione lineari di tipo causa-effetto. Nonostante la densità e l'ambiguità generativa dei suoi scritti, questi modelli finirono con l'ostacolare ulteriori elaborazioni di quella complessità che Freud si sforzava di includere al loro interno.

Per esempio, molte delle grandi interpretazioni di Freud, così brillanti, seguono una logica trasformazionale riduzionista nella quale un fenomeno mentale relativamente superficiale ne dissimula uno più profondo, che quindi viene sostituito dal primo. La fobia dei cavalli del piccolo Hans stava al posto della paura della castrazione (Freud, 1909) e l'avversione di Dora per Freud stava al posto dei suoi desideri edipici rimossi (Freud, 1905). (L'acuta revisione di Erikson della lettura di Freud del sogno di Irma è una critica straordinaria a questa visione). Naturalmente, Freud non lavorava sempre in questo modo.

Per esempio, la sua splendida sintesi innovativa negli "Scritti sulla tecnica" (1915, 1917) è multidimensionale, dinamica e piena di ambiguità generative. E, ovviamente, anche quando Freud lavorava in un modo lineare, poteva essere eccezionalmente efficace e acuto.

Ma la sua strategia era spesso limitativa e lo portava a trascurare dei significati cruciali. Molti hanno contestato che le reificazioni del modello strutturale distolgono l'attenzione dalle sfumature della soggettività; questo argomento è splendidamente illustrato nelle discussioni sugli effetti letali della decisione di Strachey di tradurre *das Ich* con "the Ego". L'organizzazione psichica è spesso configurata in termini strutturali - livelli, piani, conflitti, stadi - e in seguito concepita come organizzata verticalmente e gerarchicamente (Bettelheim, 1982). I processi psichici vengono così descritti in termini lineari e unidirezionali - conscio su inconscio, edipico su pre-edipico, processo secondario su processo primario, Io su Es - come quando gli istinti vengono pensati in un movimento a senso unico dal corpo verso l'oggetto su cui si scaricano.

Ciò che sto sottolineando non è il contenuto degli assunti freudiani riguardo la mente irrazionale, ma che un "modo [analitico consolidato] di guardare alle cose" (Erikson, 1987) sottolinea una forma particolare che ancora riflette, nella sua essenza, le strategie lineari della scienza del XIX secolo. Gli elementi del suo stile teorico includono una preferenza per l'ordine sul caos, per la causalità lineare sui processi in flusso e così via. I fenomeni psichici tendono pertanto a essere ridotti in modelli più semplici piuttosto che elaborati in modelli più complessi. Nella prospettiva genetica, per esempio, c'è una tendenza marcata a distillare i fenomeni attuali nei loro antecedenti dell'infanzia.

Prospettive storiche: innovatori analitici e pensiero sistemico

Nel suo evolversi, la psicoanalisi ha aggiunto una serie di nuove concettualizzazioni a quelle originali di Freud. Le prospettive evolutive, delle relazioni oggettuali e adattive (tra le altre) si sono sommate al punto di vista topico, genetico e strutturale, aggiungendo complessità e dinamismo ai già complicati modelli freudiani. Ma non è mai emerso un orientamento globale e preciso che collegasse le varie prospettive. Al contrario, gli analisti sono stati presi per cent'anni da controversie circa la possibilità di condividere degli assunti comuni e, se sì, quali (per es. Wallerstein, 1991).

Un modello che si focalizzi sul cambiamento dei pattern della complessità, pattern che si organizzano e riorganizzano nel tempo e a livelli differenti del processo psichico, potrebbe apportare chiarezza e flessibilità a questa discussione. Inoltre, lo spostamento verso un orientamento basato sulla complessità potrebbe rispecchiare in modo più adeguato lo stato della teoria. Il caos organizzato nella teoria analitica potrebbe cioè essere letto come il riflesso della natura multifaccettata del campo di studio analitico, anziché come un sintomo o un impedimento - seguendo, per esempio, il punto di vista che le nostre teorie non siano unificate a causa della complessità della materia che trattiamo (Harris, 2004).

Gli innovatori relazionali in Gran Bretagna e negli Stati Uniti

Molti dei maggiori innovatori della psicoanalisi hanno provato a superare le costrizioni dei modelli freudiani senza però realmente mettere in discussione la loro struttura lineare di fondo. Klein (1946), Winnicott (1958) e Bion (1962, 1965) si distinsero tra i più audaci inventori britannici di nuovi concetti per lo sviluppo e il processo analitico, ma nessuno di loro ha proposto di modificare la struttura della metapsicologia psicoanalitica: questi autori hanno presentato i loro contributi come un'integrazione del modello esistente. Negli Stati Uniti, Sullivan (1953) proponeva la sua psicoanalisi sociale ed interpersonalista mantenendo un modello lineare della motivazione fedele agli orientamenti scientifici del tempo. Kohut (1977) fu altrettanto radicale nel ri-teorizzare il contenuto della motivazione (nei termini del riconoscimento e delle altre varietà del contatto oggetto-sé), ma le ricadute del suo approccio sulla forma della teoria psicoanalitica vennero lasciate ai teorici intersoggettivi e relazionali, ai quali accennerò tra breve.

La riformulazione di Erikson (1950) della psicologia delle pulsioni dell'io è stata una delle principali riletture del modello strutturale psicosessuale freudiano. Con la costruzione di una nuova teoria centrata sui principi dell'organizzazione dei sistemi - come integrazione, regolazione e mutualità - Erikson ha aperto la psicoanalisi a molte idee nuove provenienti dalla psicologia dello sviluppo e dalle scienze sociali, come la storia, l'antropologia e la scienza politica.

Nel contesto degli sviluppi recenti, Erikson potrebbe essere letto come un teorico radicale dei sistemi intersoggettivi (vedi Seligman e Shanok, 1966), anche se non diede chiaro risalto alle sue innovazioni metapsicologiche. A dispetto dello stile sintetico che caratterizza molti dei suoi scritti, le sue idee suscitarono reazioni molto dissonanti tra i colleghi psicoanalisti, tanto da restare sottovalutato nello scenario psicoanalitico contemporaneo (Wallerstein, 1995).

La teoria dell'io ha prefigurato la teoria dei sistemi senza dichiararselo?

Benché questi innovatori abbiano avuto un impatto straordinario su coloro che sono venuti in contatto con le loro idee, essi furono emarginati dall'establishment psicoanalitico statunitense, che derivava i suoi riferimenti teorici dalla psicologia strutturale dell'io di Hartmann (1956) e dei suoi colleghi. Nello sforzo di sistematizzare il modello strutturale e collegarlo ad altri campi, essi si concentrarono sull'integrazione e sull'organizzazione del funzionamento della personalità e proposero un modello di processi multipli e interattivi. Attribuirono un ruolo centrale alla realtà esterna e alle capacità e motivazioni adattive,

considerandole come parallele e di potere equivalente alle motivazioni istintuali, sfidando così la tendenza alla spiegazione lineare e riduzionistica. Descrissero le strutture e le funzioni all'interno di relazioni dinamiche e misero in luce concetti complessi come la "sovra-determinazione" e il "principio della funzione multipla" (Waelder, 1930) che riconoscono la complessità e la molteplicità.

In una linea simile, David Rapaport (vedi, per esempio, Rapaport e Gill, 1959) si è distinto per i suoi sforzi di sistematizzare la metateoria psicoanalitica. Gran parte del suo lavoro va nella direzione dello sforzo attuale di abbracciare la complessità. Anziché dare per scontati concetti già esistenti, si è dedicato alla comprensione della natura fondamentale delle strutture e delle funzioni psichiche e ha considerato le strutture psichiche come processi a basso indice di cambiamento (Rapaport, 1967).

Tutti questi grandi pensatori si sono impegnati a catturare la complessità intrinseca al campo psicoanalitico, ma hanno proceduto in modo da agglomerare nuove strutture e concetti poco maneggevoli alle visioni metapsicologiche prevalenti, invece di rivedere il processo psichico in se stesso. Questi riconoscimenti della complessità e della molteplicità sono rimasti imprecisati e anziché generare un nuovo modello estetico ed effettivamente dinamico sono stati immessi nel rigido assetto di una nuova, sovraccarica sovrastruttura. Queste idee fecero poco per ridurre la rigida linearità che caratterizzava il tono degli scritti e delle visioni cliniche del tempo. Gli psicologi dell'Io, in particolare, aspirando a essere il più possibile scientifici, furono limitati dal fatto che le scienze naturali del loro tempo stavano appena cominciando a includere le intuizioni riguardo all'ambiguità e alla complessità che proprio allora cominciavano a emergere da scienze "ideali" come la fisica e la teoria biologica. La loro visione della scienza non poteva fornire un inquadramento abbastanza forte da sostenere l'ambizioso progetto che li ispirava, cosicché lo schema proposto è collassato sotto il suo stesso peso, allontanandosi dall'avanguardia teorica moderna. Ne è seguito un disincanto rispetto alla teoria e il vuoto che così si è creato ha posto le premesse per la revisione radicale che di lì a poco si sarebbe affermata.

L'innovazione dei relazionali e intersoggettivisti e la teoria dei sistemi

È noto che molte correnti, emerse direttamente dalla psicologia dell'Io, hanno forzato i suoi limiti e, alla fine, portato alla costruzione di nuovi paradigmi. Il lavoro di osservazione del bambino della Mahler ha gettato una nuova luce sulle strutture psichiche diadiche e sull'influenza dell'accudimento. Kernberg (1975, 1976) ha integrato la teoria kleiniana delle relazioni oggettuali in una serie di sintesi magistrali di straordinaria complessità. Kohut (1977) ha sviluppato le idee di Freud sul narcisismo primario per creare una nuova psicologia del sé e dei suoi oggetti. Con l'Infant Observation si è dimostrato che i bambini sono orientati verso la realtà fin da subito, in un'interazione complessa che sfida il riduzionismo intrapsichico (Bowlby, 1969; Stern, 1985; Emde, 1988). La critica femminista alla psicoanalisi ha richiamato l'attenzione sull'ubiquità delle realtà sociali nel modellare ciò che troppi analisti avevano considerato come un dato puramente costituzionale (si veda, ad esempio, Millett, 1970; Juliet Mitchell, 1975). Gli psicologi evolutivi hanno letto lo sviluppo del bambino come un'interazione tra il bambino e il suo ambiente piuttosto che come l'espressione della storia delle vicissitudini degli istinti endo-psichici nell'incontro con gli oggetti all'interno della famiglia (Erikson, 1950).

Questi movimenti hanno, quindi, messo in discussione le certezze e il riduzionismo della psicoanalisi. Gli impulsi e gli schemi genetico-evolutivi ritenuti universali non hanno più potuto essere considerati il fondamento dello psichico, che invece è stato visto come qualcosa che evolve all'interno di complesse interazioni tra individuo e società. A partire dalla tradizione interpersonalista e delle relazioni oggettuali britanniche, insieme a nuove voci interne alla Psicologia dell'Io, i Relazionali hanno consolidato l'idea che il bisogno di relazioni sociali è un bisogno primario.

Alla luce di questo cambiamento di paradigma, vari analisti di orientamento filosofico hanno applicato la teoria fenomenologica di tipo dialettico alla psicoanalisi, basandosi su una visione della situazione

analitica come relazione dinamica e in evoluzione, dove i significati non vengono scoperti ma creati. Gli psicologi evolutivi hanno importato le intuizioni della Teoria dei Sistemi dalla psicologia evolutiva e dalle neuroscienze al campo psicoanalitico. A questo proposito, il lavoro di Sander (2002) è stato particolarmente innovativo (vedi anche Seligman, 2002). Soprattutto, con queste influenze di fondo, le nuove osservazioni cliniche hanno dato maggiore estensione a tendenze sottaciute all'inizio, arrivando a precisare una visione della relazione psicoanalitica come sistema bipersonale bidirezionale, determinato dalle caratteristiche sia del paziente sia dell'analista. Con la svolta intersoggettivo-relazionale, dunque, si sono messe in luce delle dimensioni diverse del campo analitico, tra cui l'ambiguità, la complessità, l'incertezza epistemologica, il multi-prospettivismo, l'interesse per la co-costruzione e il processo in divenire. Per quanto queste qualità non siano state ignorate dalla letteratura psicoanalitica precedente, è a partire da questo momento che esse vengono considerate come delle risorse e non come spiacevoli impedimenti o (peggio) come l'esito di un pensiero fragile, di una tecnica povera o di problemi personali dell'analista.

La svolta relazionale ha recuperato gli approcci analitici precedenti, che considerano le relazioni umane la base primaria della motivazione (Mitchell, 1988; e molti altri; Mitchell e Aron, 1999). Una maggiore integrazione con la teoria dei sistemi dinamici potrebbe portare ancora oltre, verso una psicoanalisi relazionale più ampia, una psicologia dei complessi intrecci tra tanti livelli di organizzazione - organica, diadico-relazionale, personale, culturale e così via. Nel passaggio citato all'inizio di questo articolo, Ghent (1992) coglie questa visione auspicando una psicoanalisi relazionale che sia relazionale nella forma; che si focalizzi, cioè, sulle relazioni tra i vari elementi e fattori che comprendono la psicologia e il corso della vita di ogni persona - interni ed esterni, biologici e sociali ecc.. Le teorie dei sistemi dinamici non lineari offrono un sostegno fondamentale a questo progetto.

Conclusioni

Le teorie dei sistemi dinamici non lineari colgono l'essenza del lavoro analitico: le sue oscillazioni, le sue incertezze, le sue dislocazioni e ricollocazioni, le sue organizzazioni e riorganizzazioni, le sue ripetizioni e le sue novità. Quando ci situiamo direttamente al centro di questi processi, la teoria della complessità ci sostiene e ci orienta consentendoci di tollerare e anche affermare alcuni dei suoi principali correlati esperienziali: variazione, incertezza, flusso e anche dubbio.

Si tratta di elementi fondamentali della psicoanalisi e la teoria della complessità indica come organizzare la consapevolezza che queste sono esperienze fondamentali per i nostri obiettivi analitici. Il flusso all'interno dei sistemi consente l'emergere di nuovi pattern e il cambiamento dell'intero sistema che, in fin dei conti, è proprio il nostro obiettivo.

La psicoanalisi tenta di modificare i pattern che ordinano e coordinano - spesso in modi molto complessi - i processi vitali, prima di tutto al livello dei sistemi psicologici e interpersonali. Dobbiamo quindi aspettarci di trovarci regolarmente ai confini tra ordine e caos. Questa è la natura dei sistemi, animati e inanimati, ed è in questo contesto che le nostre esperienze analitiche prendono il loro senso specifico.

NOTE

1 Molti analisti hanno dato un contributo all'applicazione delle teorie dei sistemi non lineari all'analisi. L'impegno di Sander (2002) è stato particolarmente significativo per la portata e l'innovazione dei suoi studi. Tra i molti che meriterebbero di essere citati ricordiamo qui Schore (1994), Stolorow (1997), Beebe e Lachmann (2002), Charles (2002), Coburn (2002), Galatzer-Levy (2002) Shane e Coburn (2002), Bacal e Herzog (2003), Harris (2004) e Miller (2004).

2 Rose Gupta è stata preziosa nel chiarire questo concetto.

BIBLIOGRAFIA

- Bacal H. (1985) Optimal responsiveness and the therapeutic process in A. Goldberg Progress in Self Psychology vol. 1, The Analytic Press, Hillsdale, NJ, 202-227.
- Bacal H. A., Herzog B. (2003) Specificity theory and optimal responsiveness: An outline Psychoanalytic Psychology, 20: 635-648.
- Bak P. (1996) How nature works: the science of self-organized criticality Copernicus Books, New York.
- Beebe B., Lachmann F. (2002) Infant Research e trattamento degli adulti trad. it., Raffaello Cortina, Milano, 2003.
- Bettelheim B. (1982) Freud e l'anima dell'uomo trad. it., Feltrinelli, Milano, 1983.
- Bion W. R. (1962) A theory of thinking International Journal of Psychoanalysis, 43: 306-310.
- Bion W. R. (1965) Trasformazioni trad. it., Armando, Roma, 1973.
- Bowlby J. (1969) Attaccamento e perdita vol. I: La perdita della madre trad. it., Boringhieri, Torino, 1983.
- Charles M. (2002) Patterns: essential building blocks of experience The Analytic Press, New York.
- Coburn W. J. (2002) A world of systems: the role of systemic patterns of experience in the therapeutic process Psychoanalytic Inquiry, 22: 655-677.
- Damasio A. (1999) The feeling of what happens: body and emotion in the making of consciousness Harcourt Brace, New York.
- Ehrenberg D. B. (1992) The intimate edge: extending the reach of psychoanalytic interaction W. W. Norton, New York.
- Emde R. (1988) Development terminable and interminable: I. Innate and motivational factors from infancy International Journal of Psychoanalysis, 69: 23-42.
- Erikson E. H. (1950) Infanzia e società trad.it., Armando, Roma, 1966.
- Erikson E. H. (1954) Il sogno tipo della psicoanalisi trad. it. in Psicoterapia e Scienze Umane, vol. XXV, 2-3, 1991.
- Erikson E. H. (1987) A way of looking at things: selected papers from 1930 to 1980 ed. S. Schlein, W.W. Norton, New York.
- Feynman R. P. (1963) Six easy pieces Perseus Books, Cambridge, MA.
- Fraiberg S., Adelson E., Shapiro V. (1975) Ghosts in the nursery: a psychoanalytic approach to the problem of impaired infant-mother relationships Journal of the American Academy of Child Psychiatry, 14: 387-421.
- Freud S. (1901) Frammento di un'analisi d'isteria (Caso clinico di Dora) trad. it., OSF, vol. 4, Bollati Boringhieri, Torino, 1989.
- Freud S. (1909) Analisi della fobia di un bambino di cinque anni (Caso clinico del piccolo Hans) trad. it., OSF, vol. 5, Bollati Boringhieri, Torino, 1989.
- Freud S. (1915) Pulsioni e loro destini trad. it., OSF, vol. 8, Bollati Boringhieri, Torino, 1989.
- Freud S. (1917) Lutto e melanconia trad. it., OSF, vol. 8, Bollati Boringhieri, Torino, 1989.
- Galatzer-Levy R. M. (2002) Emergence Psychoanalytic Inquiry, 22: 698-727.
- Ghent E. (1992) Foreword in N. J. Skolnick, S. C. Warshaw (a cura di) Relational Perspectives in Psychoanalysis The Analytic Press, Hillsdale, NJ.
- Gladwell M. (2000) Il punto critico. I grandi effetti dei piccoli cambiamenti trad. it., Rizzoli, Milano, 2000.
- Gleick J. (1987) Chaos: making a new science Penguin, New York.
- Grunbaum A. (1984) I fondamenti della psicoanalisi trad. it., Il Saggiatore, Milano, 1988.
- Harris A. (2004) Gender as soft assembly The Analytic Press, Hillsdale, NJ.
- Hartmann H. (1956) Saggi sulla Psicologia dell'Io trad. it., Boringhieri, Torino, 1976.
- Joseph B. (2000) Agreeableness as an obstacle International Journal of Psycho-Analysis, 81: 641-649.
- Kelso J.A.S. (1995) Dynamic patterns: The self-organization of brain and behaviour MIT Press, Cambridge.
- Kernberg O. (1975) Sindromi marginali e narcisismo patologico trad. it., Boringhieri, Torino, 1978.
- Kernberg O. (1976) Teoria della relazione oggettuale e clinica psicoanalitica trad. it., Boringhieri, Torino, 1990
- Klein M. (1946) Note su alcuni meccanismi schizoidi trad. it. in Scritti 1921- 1958, Boringhieri, Torino, 1978.
- Kohut H. (1977) La guarigione del Sé trad. it., Boringhieri, Torino, 1980.
- Miller M. L. (2004) Dynamic systems and the therapeutic action of the analyst: II. Clinical application and illustrations Psychoanalytical Psychology, 21: 54-69.
- Millet K. (1970) Sexual politics Doubleday, New York.
- Mitchell J. (1975) Psicoanalisi e femminismo trad. it., Einaudi, Torino, 1975.
- Mitchell S. (1988) Gli orientamenti relazionali in psicoanalisi trad. it., Bollati Boringhieri, Torino, 1993.
- Mitchell S., Aron L. (1999) Relational psychoanalysis. The emergence of a tradition Hillsdale, The Analytic Press, NJ.
- Pizer B. (2003) When the crunch is a (k)not Psychoanalytic Dialogues, 13: 171-192.
- Prigogine I. (1996) La fine delle certezze trad. it., Bollati Boringhieri, Torino, 1997.
- Rapaport D. (1967) The theory of attention cathexis in M. M. Gill (ed.) The Collected Papers of David Rapaport Basic Books, New York.

- Rapaport D., Gill M. (1959) The points of view and assumptions of metapsychology *International Journal of Psychoanalysis*, 40: 153-162.
- Sameroff A. J., Emde R. N. (1989) *I disturbi delle relazioni nella prima infanzia trad. it.*, Bollati Boringhieri, Torino, 1991.
- Sander L. W. (2002) Pensare diversamente. Per una concettualizzazione dei processi di base dei sistemi viventi. La specificità del riconoscimento trad. it. in *Ricerca Psicoanalitica*, XVI, 3: 267-300.
- Sardar Z., Abrams I. (1998) *Introducing chaos* Totem Books, New York.
- Schore A. (1994) *Affect regulation and origin of the self* Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale, NJ.
- Seligman S. (1994) Applying psychoanalysis in an unconventional context: Adapting infant-parent psychotherapy to a changing population *The Psychoanalytic Study of the Child*, 49: 481-500, Yale University Press, New Haven, CT.
- Seligman S. (2002) Louis Sander and contemporary relational theories *Psychoanalytic Dialogues*, 12: 1-10.
- Seligman S., Shanok R. S. (1995) Subjectivity, complexity and the social world: Erikson's identity concept and contemporary relational theories *Psychoanalytic Dialogues*, 5: 537-565.
- Seligman S., Shanok R. S. (1996) Erikson, our contemporary: His anticipation of an intersubjective perspective *Psychoanal. Contemp. Thought*, 19: 339-365.
- Shane E., Coburn W. J. (2002) Contemporary dynamic systems theories: Innovative contributions to psychoanalysis *Psychoanalytic Inquiry*, 22: 5.
- Stern D. N. (1985) *Il mondo interpersonale del bambino trad. it.*, Bollati Boringhieri, 1987, Torino.
- Stern D., Sander L., Nahum J., Harrison A., Bruschiweiler-Stern N., Tronick E. (1998) Non-interpretative mechanisms in psychoanalytic therapy *International Journal of Psychoanalysis*, 79(5): 903-921.
- Stolorow R. D. (1997) Dynamic, dyadic, intersubjective systems: An evolving paradigm for psychoanalysis *Psychoanalytic Psychology*, 14: 337-346.
- Sullivan H. S. (1953) *Teoria interpersonale della psichiatria trad. it.*, Feltrinelli, Milano, 1962.
- Symington N. (1983) The analyst's act of freedom as agent of therapeutic change *International Review of Psycho-Analysis*, 10: 283-291.
- Thelen E., Smith L. B. (1994) *A dynamic systems approach to the development of cognition and action* MIT Press, Cambridge, MA.
- Tronick E. Z. (2005) Why is connection with others so critical? in *Emotional development* J. Nadel & D. Muir, Oxford University Press, New York.
- Tronick E. Z., Bruschiweiler-Stern N., Harrison A. M., Lyons-Ruth K., Morgan A. C. Nahum J. P., Stern D. N. (1998) Dyadically expanded states of consciousness and the process of therapeutic change *Infant Mental Health Journal*, 19(3): 290-299.
- Vygotsky L. (1962) *Pensiero e linguaggio trad. it.*, Laterza, Bari, 1990.
- Waelder R. (1930) Il principio della funzione multipla. Osservazioni sulla sovradeterminazione trad. it. in *Psicoterapia e Scienze Umane*, XXIV, 1, 1990.
- Wallerstein R. S. (1991) The principle of multiple function *Psychoanalytic Quarterly*, 15: 45-62.
- Wallerstein R. S. (1995) *The common ground of psychoanalysis* Aronson, Northvale, NJ.
- Winnicott D. W. (1958) *Dalla pediatria alla psicanalisi trad. it.*, PSICHO, Firenze, 2001.