

Editoriale

Le emozioni come “luogo” d’incontro fra menti

Alfred Adler, *introducendo nel suo sistema teorico termini apparentemente innocui come “inferiorità, superiorità, aggressività”, avvalorava gradatamente nuclei concettuali edificati sulla relazione, ergendosi ad antesignano del modello socioculturale, bipersonale della psicologia del profondo. I lemmi “inferiorità”, “superiorità”, “aggressività”, infatti, se analizzati nel loro etimo latino, indicano, rispettivamente, comparazione i primi due e “avvicinamento verso”, “lo star l’uno di fronte all’altro”, il terzo. Adler, per di più, attraverso il riconoscimento di due istanze fondamentali, la volontà di potenza e il sentimento sociale, continua il suo percorso d’allontanamento dalla base pulsionale freudiana: «Si ripropone la vecchia differenza fra soggetto e oggetto. Nessuno vuole essere oggetto. [...] Si risveglierebbe il lupo nell’uomo [...]. Chiunque abbia sperimentato l’ingiuria dell’ebbrezza del potere, sia che si tratti d’individui che di popoli, “afferra in alto le stelle eterne” e si rammenta dell’onnipotenza dei sentimenti umanitari. A essi, che costituiscono nella loro verità eterna l’istanza più alta, si rivolge l’appello più forte»* (pp. 11-12).*

Il termine “inferiorità”, inoltre, è strettamente intrecciato a quello di “sentimento”: sentimento d’inferiorità. Alfred Adler col suo passaggio dal modello deterministico pulsionale a una psicologia fenomenologica delle finzioni, teleologicamente orientata, riconosce come area privilegiata di ricerca il rapporto dialettico fra stati emotivi e relazione: l’emozione dell’insicurezza non prolifica una zavorra inerziale, ma genera un dinamismo propulsore di sviluppo motivazionale verticale e trasversale che conduce alla possibilità di far incontrare e “dialogare” in modo intersoggettivo la propria mente con quella dei partner interattivi.

* ADLER, A. (1918), *Bolschewismus und Seelenkunde*, tr. it. *Bolscevismo e psicologia*, Riv. Psicol. Indiv., 47: 7-14.

L'emozione dell'insicurezza, che è sempre di natura relazionale, regna incontrastata in ogni individuo, in quanto essere finito e limitato nello spazio e nel tempo, dunque inferiore, gettato heideggeriamente nel mondo all'interno di una gabbia colma di dubbi e d'incertezze sul futuro, costantemente proteso verso la ricerca infinita di un significato da dare alla vita, circondato da recinti che lo "dividono" dall'Altro da Sé verso il quale non perde mai il "vizio assurdo" di lanciare ponti fenzionali di collegamento mentale. Adler aggiunge ne "La conoscenza dell'uomo": «Per gli organismi capaci di movimento, posti di fronte ai problemi del futuro, è indispensabile la funzione del prevedere. Tale fenomeno può essere definito con il termine di "compartecipazione". Nell'uomo, questa facoltà è ben sviluppata e si estende a tutti i settori della vita psichica. La necessità di prevedere si prospetta anche qui come esigenza primaria, perché se un individuo deve decidere quale atteggiamento tenere di fronte a un problema, dovrà anche prefigurarsi gli sviluppi della situazione contingente, ancora potenziale. Quando occorre impegnarsi per raggiungere un determinato obiettivo o al contrario per evitarlo, è possibile assumere una posizione efficace solo riunendo e ordinando ciò che si pensa e si prova sulla situazione non ancora vissuta. Già il parlare con qualcuno dà forma alla compartecipazione. Non si può, infatti, comprendere un individuo senza farsi partecipi della sua situazione [...]. È possibile trovare l'origine di questa funzione, che ci spinge a provare le stesse sensazioni di un'altra persona, solo ammettendo il carattere innato del senso sociale. È questo, infatti, un sentimento universale, uno specchio della solidarietà cosmica che alberga in noi, che non ci lascia mai del tutto e ci consente di avvertire in profondità quanto ci circonda»* (pp. 65-66).

Senso sociale, sentimento sociale, bisogno di tenerezza, empatia: termini tipicamente adleriani che, ancora una volta innovativi ed eretici per l'epoca in cui sono stati da lui partoriti, ruotano intorno alla natura intersoggettiva dell'uomo. L'empatia, traduzione della parola tedesca "Einfühlung", indica il processo attraverso il quale un individuo, che è manifestazione di stati emotivi carichi di particolari finalità espressive, tende all'incontro con ciò che è Altro da Sé, per comprenderlo e capirlo in profondità. Allo stesso tempo, però, «Se non abbiamo di fronte un avversario, non possiamo certamente essere colti dall'ira»* (p. 202). Alfred Adler sottolinea, così, non a caso, l'attitudine del soggetto a costruire una sorta di "cerchio magico", di "menzogna vitale", interponendo una certa "distanza emozionale" con multiformi sfumature, a seconda delle circostanze, nei vari movimenti d'avvicinamento, d'allontanamento o di separazione dal mondo, dalla realtà, dall'Altro da Sé così amato

*ADLER, A. (1927), Menschenkenntnis, tr. it. La conoscenza dell'uomo nella Psicologia Individuale, Newton Compton, Roma 1994.

e temuto a un tempo: gli stati emotivi, alla stessa stregua di un'altalena oscillante da un polo all'altro, possono tendere in modo funzionalmente difensivo a "separare", come l'ira, la tristezza, la nausea, la paura, l'angoscia, la gelosia, l'invidia, ma anche ad "unire" fra loro gli individui, come l'eros, l'amore nei confronti di un uomo o di una donna, la fratellanza, la compassione caritatevole verso gli esseri umani, la filia, la tenerezza fra amici, fra maestro e discepolo, fra genitori e figli e tra figli e genitori.

Dunque, è principalmente attraverso le emozioni, nostre e altrui, come sottolinea adlerianamente Eugenio Borgna, che entriamo in contatto con gli Altri da Noi. Se ci avviciniamo alle emozioni servendoci della ragione, del calcolo, non ci è consentito conoscerle in profondità né giungere a un contatto, a una risonanza autenticamente umana. Senza empatia, infatti, senza la capacità di cogliere e penetrare il sentire o il patire altrui non è possibile vera comunicazione, né autentico incontro, scambio, dialogo, comprensione. Così come non si curano le ferite dell'animo malato esclusivamente con la farmacologia senza coinvolgimento affettivo da parte del terapeuta, senza comprensione emozionale, pietas, dialogo incessante e soprattutto senza inesauribile disponibilità all'ascolto, in quanto occorre calarsi nell'individuo prima che nel paziente. Se desideriamo metterci in contatto con qualcuno o qualcosa, è indispensabile portarci fuori dalla gabbia dorata del nostro egoismo. «Amo qualcuno, odio qualcuno, ho simpatia per questa persona o per quell'altra: un sentimento implica necessariamente un uscire da noi stessi per cercare di cogliere quello che le altre persone sono nella loro realtà più profonda e nelle loro emozioni. Solo se la ragione diventa passione, diceva Leopardi, è possibile una conoscenza profonda e radicale degli altri e di noi stessi. [...] Per instaurare una relazione con chi vive un'esperienza psicotica di lacerazione assoluta, la partecipazione emotiva è una condizione indispensabile. Se un paziente che soffre sente nel medico solo la saggezza dello scienziato, si chiude in se stesso, finendo per distruggersi o per distruggere».***

Passando dai principi epistemici caratterizzanti il modello adleriano alla pratica clinica e, in particolare, alla costruzione del setting individualpsicologico, constatiamo come un trattamento psicoterapeutico non possa essere considerato una semplice esperienza intellettuale. Esso costituisce un evento "ontologico" costruito sulla sfera emozionale, che coinvolge "due persone" in un itinerario comune che influisce sul vissuto sia del terapeuta che del paziente. Il terapeuta adleriano, attraverso il processo d'incoraggiamento empatico

* BORGNA, E. (2001), L'arcipelago delle emozioni, Feltrinelli, Milano.

** BORGNA, E. (2002), L'Arena – Il giornale di Verona, Editoriale, 25 gennaio 2002.

edificato sul contenimento, prova ad attribuire, e quindi a condividere, stati mentali quali intenzioni, emozioni, desideri, credenze, conoscenze, “dialogando” in modo intersoggettivo con la logica privata del paziente, che a sua volta corrompe, in un gioco reciproco di “risonanza”, di “penetranza”, di “contaminazione”, di “seduzione”, la logica privata del terapeuta: la coppia creativa costruisce, quindi, un incontro fra menti, una “logica comune” condivisa emozionalmente. L’empatia, che è la capacità di interagire con l’Altro da Sé “guardando con i suoi occhi, ascoltando con le sue orecchie e vibrando con il suo cuore sotto la spinta del sentimento sociale”, rappresenta “sempre e comunque” lo strumento di lavoro insostituibile in una psicoterapia adleriana. In questo senso, in un setting individualpsicologico ogni interpretazione non può non essere anche empatica.

Il “saper conversare”, utilizzando le emozioni come ponte d’incontro mentale col paziente, rappresenta, dunque, il primo passo del processo d’incoraggiamento.

Giuseppe Ferrigno