

Che cos'è la Psicoanalisi

Nel contesto dei primi del Novecento, quando nacque, la psicoanalisi apparve soprattutto come una dimensione irrazionale, in conflitto con l'orientamento positivista e la morale collettiva. Dal punto di vista teorico, l'inconscio non trovava posto nelle categorie scientifiche, né in buona parte di quelle filosofiche (tuttavia aveva analoghi nel pensiero di Schopenhauer o di Nietzsche, per esempio). Da un punto di vista pratico, ovvero terapeutico, era sconvolgente che assumessero valore i sogni, le pulsioni sessuali, l'infanzia, i lapsus e più in generale un insieme di elementi che fino ad allora erano considerati insignificanti o ridicoli. La psicoanalisi riteneva importante, anzi decisivo, ciò che si era abituati a trascurare o disprezzare. A differenza di Nietzsche, però, un sovvertimento generale dei valori non era minimamente nelle intenzioni di Sigmund Freud (1856-1939): la psicoanalisi si limitava e si limita a mostrare un altro universo di senso e valori – l'inconscio appunto – accanto alla coscienza, e si occupa delle relazioni fra questi due mondi, gli «inferi» e la superficie, in vista di una loro «integrazione». Eppure fu sufficiente dare statuto al mondo dell'ombra perché si producesse uno shock sulle concezioni e la morale dell'epoca. Certo Freud si considerava uno scienziato (era un medico), e aveva fiducia che la psicoanalisi sarebbe divenuta scienza; non lo era al presente, ma lo sarebbe stata in un futuro non lontano. Certe formulazioni di Freud riguardo, per esempio, alle tripartizioni della psiche in Io-Es-Superio e Coscienza-Preconscio-Inconscio, e più in generale il suo approccio che vuole essere sistematico e il suo modo di esprimersi che cerca di essere il più chiaro possibile, hanno fatto ritenere che la psicoanalisi potesse considerarsi scienza, e questo ancora oggi. Ma ciò non impedì, accanto al notevole seguito culturale e terapeutico, una reazione negativa altrettanto diffusa, anche da parte della cultura filosofica. La psicoanalisi affermava una serie di assurdità, si diceva, che non erano sostenibili con alcuno dei mezzi di verifica riconosciuti. Per definizione l'inconscio è qualcosa di cui non si può avere la minima consapevolezza. Dunque su quali basi Freud ne affermava l'esistenza? E anche se, a suo dire, c'erano prove indirette di questa esistenza, altrettanto cogenti di prove dirette, la natura stessa dell'inconscio rimaneva intrinsecamente inaccettabile: non può esistere qualcosa di cui nessuno può fare esperienza (come aveva affermato Kant alla fine del Settecento, consolidando lo spartiacque con la precedente cultura «metafisica»). Anche il sogno, che è la manifestazione eminente dell'inconscio (Freud lo definì «la via regia per l'inconscio»), potrebbe essere considerato, al contrario, un fenomeno psichico bizzarro e privo d'importanza, e tutt'oggi ci sono psichiatri e anche psicologi che lo considerano tale: è soltanto in base a un'ipotesi, a un postulato, che il sogno viene considerato «un atto psichico pienamente valido», ovvero l'inconscio che parla attraverso immagini. A ben vedere si fa esperienza dei sogni, non dell'inconscio. Dal punto di vista epistemologico l'inconscio è una «x», un'entità fittizia introdotta per spiegare i sogni e dar loro significato. Ma se qualcuno si rifiuta di credere a questa «x», perché non ne vede la necessità o il senso, perché non concede che nei sogni si possa scoprire un significato, la psicoanalisi non può in alcun modo convincerlo in base a qualche evidenza, prova, o argomentazione. Ecco ciò che ritenevano i detrattori della psicoanalisi: che Freud avesse arbitrariamente visto un significato e un «sostrato» (l'inconscio) dove la problemi 263 cultura scientifica non vedeva che nonsenso e paradosso. Questa contrapposizione fra la fiducia nella psicoanalisi e nell'inconscio e, dall'altra parte, la diffidenza, l'incredulità o la critica radicale, si è protratta fino a oggi: c'è ancora chi ritiene che la psicoanalisi sia pura e semplice ciarlataneria. Del resto, fu chiaro a Freud quasi subito: la «prova» fondamentale a favore della psicoanalisi è di natura clinica, ovvero può credere nella psicoanalisi, e capire realmente di cosa si tratti, soprattutto chi ne abbia fatta esperienza diretta, come medico o paziente. Carl Gustav Jung (1875-1961) scriverà che «nella pratica della psicoterapia» l'inconscio e tutti i fenomeni psichici che gli sono connessi, «che generalmente sono così vaghi e così spesso degenerano in discorsi vuoti e ampollosi, escono dall'oscurità che li avvolge e diventano quasi tangibili». Non sono ipotesi campate in aria ma necessità cliniche; un intero universo di realtà psichiche si impone al medico se vuole essere d'aiuto ai pazienti – una volta che abbia adottato l'approccio psicoanalitico. «Noi medici dell'anima siamo costretti per esigenza professionale» a occuparci di problemi del genere, scrive sempre Jung. Ma anche in Freud si trova un punto di vista analogo, quando scrive, per esempio riguardo alle pulsioni: «la dottrina delle pulsioni è, per così dire, la nostra mitologia. Le pulsioni sono entità mitiche, grandiose nella loro

indeterminatezza. Non possiamo prescindere, nel nostro lavoro, un solo istante, e nel contempo non siamo mai sicuri di coglierle chiaramente». Non si sottolineerà mai abbastanza che la psicoanalisi non è nata come pura speculazione, ma come concezione e strumento medico, e tale è rimasta. Dunque bisogna ricordare che la nozione fondamentale, l'inconscio, ha un'origine e significato prevalentemente terapeutici e, che svincolata dal contesto medico, perde gran parte di questo significato: non esiste una pura teoria psicoanalitica, come non esistono psicoanalisti puramente teorici. Naturalmente ci sono molte varianti della psicoanalisi. Alcune, come quella di Jung, sono più inclini a considerare l'inconscio un universo di significato decisamente irrazionale o perlomeno a-razionale, un mondo a sé che nel peggiore dei casi è in radicale contrasto con la coscienza, mentre nel migliore ne costituisce un complemento e anche un sostegno, senza tuttavia mai ridursi a essa. Secondo Jung, il mondo della luce e della superficie (l'io, la coscienza) e il mondo dell'oscurità o del «profondo psichico» (l'inconscio), come Freud stesso lo chiamava, sono due dimensioni a sé, di natura molto diversa. Questo tuttavia non impedisce che comunichino, seppure in forma paradossale, e anzi a suo parere la «salute» o equilibrio psicologico consiste proprio nel fatto che la comunicazione fra coscienza e inconscio non sia interrotta. Il pericolo, piuttosto, è che uno dei due mondi si sottometta all'altro: ossia il predominio dell'uno o dell'altro è una forma di patologia grave; dove domina l'inconscio si parla di psicosi e, all'altro estremo, dove «domina» la coscienza si parla di narcisismo (anche nel narcisismo domina l'inconscio, ma a prima vista c'è un eccesso di coscienza, di «io»). Altre concezioni sono più concrete, orientate alla vita di relazione e in particolare ai primi rapporti madre-bambino, le cosiddette «relazioni oggettuali», cioè le relazioni dell'infanzia con l'«oggetto» materno. Questi orientamenti sono radicati nella psicoanalisi anglosassone (in Gran Bretagna a partire dagli studi di A. Freud e M. Klein), e mettono in luce quanto l'equilibrio psicologico della persona dipenda dalle buone cure ricevute nella prima infanzia; si parla, in particolare, di madre «sufficientemente buona» (D. Winnicott). È una versione psicoanalitica più indirizzi e problemi della filosofia contemporanea concreta e «razionale», perché indica degli antecedenti facilmente comprensibili all'origine dei disturbi psicologici. E, anche se si lavora sulle figurazioni interiori e inconsce di queste relazioni oggettuali, è inevitabile che, una volta indicate certe «cause», si pensi a prevenire i disturbi facendo qualcosa prima che si verifichino, per esempio educando buoni genitori. L'aspetto concreto di questi studi consisteva poi nel fatto che per la prima volta si osservavano direttamente i bambini. Al contrario, Sigmund Freud lavorava con pazienti adulti e riteneva che non esistessero cause dirette e concrete del disagio psichico: a suo parere l'equilibrio psicologico umano è intrinsecamente precario, per cui non è strano che in alcuni individui entri in crisi. Secondo Freud le «cause» della patologia risiedono nel profondo e nei suoi rapporti con la coscienza, il che esclude una comprensione chiara e univoca, e pone la psicoterapia in posizione ricostruttiva e retrospettiva, piuttosto che profilattica. Tutto sommato la psicoanalisi attuale è più frutto dell'orientamento anglosassone, che dell'iniziale psicologia del profondo. Inoltre c'è stata un'enorme crescita istituzionale (scuole, associazioni) della psicoterapia in generale. Tutto ciò ha messo in ombra l'aspetto irrazionale che, tuttavia, permane: oggi la psicoanalisi è fondata sull'inconscio esattamente come agli inizi. Ed è per questo che rimane immutata l'ambivalenza di fondo nei suoi confronti: perché è ambivalente tutto ciò che è inconscio o che si relaziona con l'inconscio.

Adriano Bugliani