

LA PERSONA E LA TECNICA IN ANALISI IMMAGINATIVA

Articolo di Gianmario Balzarini

tratto da:

I fondamenti biologici e mentali della relazione terapeutica in Analisi Immaginativa

Dr.ssa Clorinda Salardi

Rivista Italiana di Psicoterapia e Psicosomatica numero 1-2 del 2004.

P. è, da quasi un anno, in psicoterapia con l'Analisi Immaginativa. È distesa su divano; ha terminato da poco di *dialogare con il proprio corpo* ascoltandone le molteplici, spesso anarchiche sensazioni; un ascolto intimo, condiviso con l'analista... In seguito scende i gradini di una lunga scala che conduce ad un teatro, un teatro del passato nel quale stanno per avere inizio delle rappresentazioni... in qualche modo già conosciute e, nello stesso tempo, nuove ed attuali.

In questo teatro dell'immaginario inizia a rappresentare il suo dramma:

«... c'è il mare con le onde bianche. È un mare grigio, è una giornata grigia e i toni sono molto spenti, anche la sabbia è scura, non c'è nessuno sulla spiaggia fa un po' freddo, c'è vento. C'è parecchio rumore di onde. Io cammino sulla spiaggia con i piedi nudi, a volte mi siedo guardo la sabbia bagnata, i sassi intorno, mi sento tranquilla. Faccio una lunga passeggiata e incontro i rami secchi, i resti buttati dalle onde, le alghe. Osservo queste cose, ci sono anche pezzi di vetro. Vedo qualcuno che mi precede in questo lungomare, un uomo che cammina davanti a me, sarei curiosa di sapere chi è, ma ho timore di lui.

Cammino a distanza. Mi accorgo ora che è l'uomo dell'altra seduta; mi avvicino perché riconoscerlo mi dà un senso di sicurezza, di voglia di parlare a una persona che so già chi è. Quest'uomo è vicino ad una barca, sta lavorando intorno ad una barca, gli chiedo notizie di questa barca, che cosa ha intenzione di fare, se non è imprudente uscire su questo mare così mosso.

Prepara le reti, andrà di notte, sa che sarà più calmo.

Guarda il lavoro che fa senza guardare me, io, però mi sento sicura, gli posso chiedere le previsioni sul tempo. Lui è un po' brusco, asciutto, però mi fa quasi piacere, non è interessato a me, mi parla, risponde a quello che chiedo senza fare domande su di me. Io rimango lì accanto, seduta a guardare quest'uomo che lavorava, senza paura e senza imbarazzo.

Quest'uomo ha in progetto di andare in mare di sera, mi attira e mi fa paura nello stesso tempo. L'acqua mi fa paura anche se amo molto il mare, sarebbe bello andare su una barca. Non so se chiedere a questa persona di andare con lei; avrei bisogno che insistesse, ma non è il tipo di persona che possa insistere e poi è il buio che mi fa molta paura.

Propongo di farmi fare un giro di giorno però su questa barca e lui accetta. Il mare è tornato più calmo con qualche raggio di sole. Io sono impaurita ma eccitata allo stesso momento però non vorrei che si andasse troppo lontano dalla riva. Sono un po' sulle spine.

È una barchetta non molto solida. Quest'uomo mi fa vedere dei posti incantevoli: delle costiere molto belle con delle grotte, l'acqua è verdissima.

Ad un certo punto io gli dico che è valsa la pena di essere andata, è molto bello».

P. parla, dunque, per immagini in una situazione densa d'affetti, di sensazioni, di timori e di desideri. Parla del suo momento, della sua scelta di solitudine come difesa nei confronti del disagio con cui è vissuto l'incontro con l'altro, con l'uomo in particolare; parla del suo desiderio di essere ascoltata, compresa, adeguatamente accompagnata nel suo percorso volto al raggiungimento di un'identità affettivamente adulta e sicura.

Nelle sue parole, nella sua storia vi si nota un'implicanza transferale molto intensa ed esplicita; lì nell'incontro con l'uomo della barca, sono riportati desideri contrastati nati e sviluppatasi in altro tempo e in altro luogo, desideri che creano resistenze, resistenze che determinano comportamenti timorosi, di dubbio, di evitamento, di ripiegamento verso quella solitudine che, almeno attualmente, non è più depressione perché non è più disperazione, ma consapevole scelta di protezione nei confronti di un problema tuttora più grande di lei.

In questa seduta non c'è solo transfert; c'è qualcosa d'altro, qualcosa di più; la speranza di riuscire a trovare qualcuno che possa rendersi conto di quello che lei è in questo momento della sua vita e cosa ciò significhi e comporti con lei.

L'esplicita dichiarazione di aver paura dell'acqua, del buio, di non volersi allontanare troppo dalla riva, non è da interpretarsi solo come una resistenza nei confronti di un percorso più impegnativo, più profondo, più coinvolto che costituisce il possibile desiderio dell'analista, ma è da intendersi ancor prima come dichiarazione, come comunicazione che sente, accolta e condivisa, di uno stato d'animo, della realtà di un suo momento fatto sì di desiderio di conoscenza ma anche di debolezza del suo Io, di angoscia nei confronti di una *trans-gressione* sproporzionata rispetto alle sue possibilità attuali ...*Ascoltami e capiscimi; non volermi portare dove è il tuo desiderio ma mettiti nella mia lunghezza d'onda.*

Questo ci dice prima di tutto P. facendoci anche intendere che se sarà capita, l'analisi per lei sarà un'esperienza molto bella, che valeva la pena di vivere perché le avrà dato la possibilità di incontrarsi non solo con un professionista (il barcaiolo che sa andare in mare anche quando è agitato) ma con un uomo, «un compagno di strada caratterizzato da profonde capacità d'identificazione, di contenimento e di pensiero» che le darà la possibilità di interiorizzare un nuovo modo di funzionamento mentale.

Questa è l'**Analisi Immaginativa**, «metodo di psicoterapia psicoanalitica che, nell'ambito della relazione transferale, utilizza non solo il linguaggio verbale ma anche il linguaggio del corpo e delle immagini», come dice lo stesso nome è, innanzi tutto, analisi nel senso psicoanalitico del termine: un metodo dunque che si basa sul transfert come rivelatore del mondo interno e della relazione. È un'esperienza affettiva tra due persone, rimessa in moto d'affetti che porta al crearsi di uno spazio in cui non è più padrone né l'uno né l'altro ma in cui, ogni membro della coppia ha posto per l'altro. A questo punto viene da chiederci quali significati e quali funzioni rivestono la tecnica dell'A. I. dopo aver sottolineato la rilevanza della persona nel nostro metodo. Ebbene possiamo subito affermare che la tecnica per noi origina dal termine relazionale e ne rappresenta la naturale evoluzione volta ad approfondire l'esperienza affettiva stessa attraverso la regressione, il riattraversamento delle angosce, l'emancipazione dall'universo morboso della colpa, la trasgressione verso nuove aree di vita, l'acquisizione della propria soggettività e il recupero della capacità creativa.

L'incessante validazione delle teorie, di volta in volta elaborate attraverso il *feed-back* clinico, ha portato alla definizione di un setting che non può non essere presente in ogni psicoterapia che voglia avere uno statuto di scientificità e di rigore. Il setting, ovvero l'insieme di tutte quelle costanti che sono presenti all'interno di un trattamento, rappresenta il punto di partenza per avviare un processo indirizzato verso un percorso consapevolmente progettato e condiviso.

È proprio grazie al setting, che parole e immagini comunicate nella stanza dell'analista, vengono ad assumere significati che non hanno in nessun altro luogo. Il setting in A.I. prevede tre momenti di comunicazione rappresentati dal verbale, dal corpo e dall'immaginario, nonché l'uso del lettino, la regola fondamentale, il principio dell'astinenza, della neutralità, dell'attenzione fluttuante.

Il nostro pensiero teorico attribuisce una fondamentale importanza alle fasi più arcaiche della vita, fasi in cui la mente nasce dal corpo e lentamente se ne differenzia: fasi in cui opera soprattutto la fantasia inconscia.

Se le radici dell'attività mentale affondano nel percorso corporeo; la patologia della mente origina da vissuti molto precoci che hanno nel corpo la loro espressione primaria; lo stesso schema corporeo che si costruisce sulla base dei vissuti cinestesici e sensoriali improntati in larga parte alla qualità della relazione madre-

bambino, «gioca un ruolo in numerose nevrosi e in tutte le psicosi, particolarmente in tutte le forme d'ipocondria».

La pratica clinica, unitamente al progresso delle ricerche nel campo della psicofisiologia e della neurofisiologia, hanno portato alla formulazione dei metodi più idonei per ottenere una particolare condizione psicofisiologica e della neurofisiologia, definita da Virel, «stato di coscienza ipnoide» capace di far rivivere e non solo rievocare i contenuti rimossi, laddove rivivere sta proprio ad indicare un coinvolgimento totale ed autentico del Soggetto con la partecipazione di tutta la sua unità psicosomatica. Il nostro metodo detto di «rilassamento dialogato» che riprende ed elabora la «tecnica digitale» e la «decentration» di André Virel, da un lato conseguiamo una condizione contraddistinta da un profondo abbassamento del livello di vigilanza ed un corrispondente innalzamento del livello di coscienza che permettono all'Io del paziente di essere protagonista attivo nell'incontro con situazioni più regressive e più angoscianti, dall'altro lato, partendo da un *corpo postura* e da un *corpo percepito* ci addentriamo negli strati più profondi della personalità scoprendo quel *corpo immagine* e quel *corpo affetti* che sono legati alle pulsioni più primitive.

Ed è a questo punto che sorge spontanea la tendenza all'onirismo, alla concezione d'immagini che sono in larga parte di pertinenza del mondo interno, cariche di sensazioni corporee e d'affetti in ogni caso non chiuse all'esperienza relazionale in atto, anzi comunicazione intima con l'analista ripetizione delle passate storie affettive, anche di quelle più precoci. L'immagine costituitasi in fantasia precede ed affranca le parole che non bastano a riportare, l'esperienza che il Soggetto sta attraversando.

È molto importante a questo punto rilevare che le immagini di cui parliamo, autentico onirodramma, non hanno niente da condividere con le fantasticherie che quotidianamente ci accompagnano in stato di veglia e che svolgono essenzialmente una funzione d'illusione, di falsificazione della realtà, di difesa. Rigo ben ha puntualizzato la differenza fra le fantasticherie o sogni ad occhi aperti e le immagini create nel corso di un'*imagerie*: «Le fantasticherie sono prevalentemente visive, mentre l'*imagerie* è fondamentalmente cenestesica, kinestesica e labirintica, poi tattile uditiva e visiva. A livello d'*imagerie* è impegnata tutta la sensorialità, ma in primo luogo quella propriocettiva. Le fantasie sono alloplastiche, totalmente o quasi riguardano i rapporti del soggetto con oggetti esterni. Le *imageries* sono invece ontoplastiche, derivano in pratica dal mondo interno del Soggetto e sono autorappresentative della struttura dinamica e in genere dello stato della sua personalità».

In **Analisi Immaginativa**, l'immaginario è il teatro della fantasia come linguaggio dell'inconscio; linguaggio spontaneo, autentico, creativo. E' il luogo di rappresentazione del fantasma che viene così autenticamente giocato e vissuto e che ripresenta bisogni e desideri passati, comunicati ad una persona che è in grado di capire, di contenere, di condividere aprendo così la strada verso possibilità nuove, soluzioni nuove. E' di per sé sovente un'esperienza liberatoria e correttiva, che però per noi non può essere fine a se stessa, ma che deve essere adeguatamente elaborata attraverso la comprensione del linguaggio e di conseguenza una coerente interpretazione. L'*imagerie* è inoltre una modalità espressiva estremamente naturale; essa è quella che è il gioco per bambini, anzi è essenzialmente un posto per giocare, non nel senso di recitare dei ruoli, ma di rappresentare i propri personaggi interni, la propria gruppalità interna con tutta la gamma delle sue relazioni.

Attraverso il gioco dei personaggi, il paziente, ha la possibilità dapprima di esprimere e realizzare ciò che era rifiutato e rimosso e poi di riconoscere il senso e la funzione delle sue molteplici introiezioni e identificazioni arrivando così a riscoprire quel Sé perduto e nascosto che ormai non poteva più farsi sentire ed ascoltare se non attraverso il linguaggio della sofferenza.

Il lavoro con le immagini, in **Analisi Immaginativa**, è un momento molto importante, ma non è l'essenza della cura; per noi il ricorso al teatro dell'immaginario è solo il momento caratterizzante l'analisi, ma un momento in cui tutto ciò che è fatto passare all'interno della relazione ha la possibilità di essere rappresentato visivamente e drammatizzato in una situazione d'autenticità e di profonda partecipazione.

Gli stessi temi di partenza, ovvero le situazioni simboliche che sono proposte al paziente come stimolo per la sua drammatizzazione, sono un atto di interpretazione, sono fornite sulla base di un continuo riconoscimento

di ciò che sta accadendo nell'analisi e quindi di quelli che sono gli aspetti in quel preciso momento più adeguati per essere affrontati e sviluppati.

Il disagio e la sofferenza dell'essere umano rimandano sempre a qualcosa che non è stato ascoltato e capito, a qualcosa che non è stato raggiunto e colto.

*C' era alta
sul ramo più alto di un albero
una mela
rossa.
Dai raccoglitori fu dimenticata.
Dimenticata? No, non fu raggiunta*

In questa poesia di Saffo troviamo tutto il significato di ciò che è e si propone l'**Analisi Immaginativa**: il raggiungimento di quella parte, di quel frutto, di quel valore unico e irripetibile che ognuno di noi possiede ma che spesso dimentichiamo lungo il percorso della vita.