

# La psicoterapia negli stati psicotici depressivi

*Augusto Vitale, Milano*

Mentre lo psicotico schizofrenico, col suo relativo distacco e con una produzione di simboli abbondante e talvolta grandiosa, rende abbastanza naturale l'atteggiamento conoscitivo teoretico del terapeuta, (il quale tra l'altro proprio con questo atteggiamento contribuisce in larga misura al successo della sua intenzione terapeutica), il rapporto con lo psicotico depresso è drammaticamente condizionato dalla urgenza di alleviare la sofferenza, e dalla scarsità e monotonia della produzione simbolica. Il malato viene presto ricoverato e in ospedale fruisce quasi sempre di pesanti terapie farmacologiche o fisiche che fanno rimandare a una fase di miglioramento il trattamento psicoterapico. Ma sfortunatamente il depresso che migliora si considera guarito, oppure diventa ipomaniacale, e non pensa più a curarsi, fino alla prossima crisi.

Penso sia questo uno dei motivi, non il solo, della scarsità di lavori teorici di psicologia analitica sulla terapia delle psicosi depressive. Mentre sul piano pratico l'impegno terapeutico sembra notevole, sia privato che ospedaliero, e ciò ha condotto alla formazione

di una esperienza empirica piuttosto concordante nei diversi terapeuti.

Si rende quindi necessario un lavoro teorico sulla base di questa esperienza; allo scopo di consolidarla, approfondirla e renderla più facilmente trasmissibile. Le considerazioni che seguono, frutto di riflessioni su una casistica personale non molto abbondante ma notevolmente concordante, e sui lavori di altre scuole, si intendono come ipotesi di lavoro e proposte di discussione, in un campo di ricerca che si rivela straordinariamente interessante anche per la conoscenza della vita affettiva del nevrotico e del normale. Si tratta inoltre di una malattia di cui si constata ovunque l'aumento dei casi.

« Depressione » è un termine di uso corrente, di significato quantitativo per indicare il « tono » energetico psichico; di uso così largo che può servire a indicare transitori stati normali o anche forme di psicosi! E' così generico e universale perché corrisponde a ciò che la psicologia analitica considera il fenomeno elementare che costituisce ogni vita psichica, cioè il fluire di energia.

La « depressione », con tutti i suoi gradi, e le forme opposte positive dell'interesse fino alla esaltazione ipomaniacale, possiamo considerarla una specie di manometro che rivela l'esistenza e la quantità del fluire della « libido ». Studiare l'aspetto energetico del problema, come primo approccio metodologico, mi sembra del tutto naturale.

Certo, i nostri modelli energetici hanno molto da guadagnare se sono semplici, ma non possono restarlo troppo: in fondo ancora oggi le immagini che ci facciamo derivano dall'idraulica, uno dei più vecchi capitoli della fisica sviluppatasi nel '600 e nel '700; mentre, ad esempio, anche i più semplici modelli della elettronica e della cibernetica moderne offrono spunti molto suggestivi allo psicologo.

Ma senza arrivare a tanto, almeno per questa volta, mi sembra molto utile rammentare che Jung negli studi sulla psicologia della relazione ha ri-scoperto (o ri-inventato) il modello della pila elettrica: due barre me-

talliche immerse parzialmente in acqua (il maschile zinco e il femminile rame) hanno poli di segno opposto, in superficie e in profondità, così che si sviluppa una corrente in un senso tra i due poli in superficie e in senso contrario nei due poli in profondità. Anche uno schema così semplice complica cose già di per sé complicate, ma da un notevole aiuto a immaginare come devono andare le cose per es. quando ci diciamo che un sistema energetico deve avere entrate ed uscite in pareggio, altrimenti in un caso avremmo la depressione, nel caso opposto l'euforia dell'inflazione. L'lo coglie in questo modo la scarsità o l'abbondanza di flusso.

Per studiare il ricambio energetico psichico degli esseri umani, non sono sufficienti le conoscenze comuni sulle relazioni interpersonali. La relazione (o transfert. se si vuole indicare con questa parola la rete di relazioni inconscie e conscie tra gli individui) è un sistema di circuiti energetici di andata e ritorno, i cui punti nodali sono strutture archetipiche riconducibili fondamentalmente alla relazione inter-generazionale (genitori-figli) e a quella inter-sessuale (maschio-femmina). Superando la visione concretistica e riduttiva sia per la sessualità che per le figure parentali, vediamo che i termini di Padre e Madre, nelle due polarità positiva e negativa, servono egregiamente a descrivere quella realtà simbolica (l'unica realtà con la quale ha a che fare la *libido*) nella quale è immerso l'essere umano. I cosiddetti oggetti si rivelano derivati di quei primitivi soggetti della creazione, derivati talvolta apparentemente lontani, ma capaci di conservarne qualitativamente intatto lo specifico potere simbolico.

Dalla unità indifferenziata l'lo nasce e cresce, e simultaneamente nasce e cresce per lui il mondo, cioè l'insieme di relazioni dalle quali è costituzionalmente inscindibile. Come il mondo del tempo e dello spazio è determinato dalla proiezione delle categorie trascendentali della conoscenza, così possiamo pensare che la realtà simbolica sia la proiezione, e lo sviluppo, di quelle relazioni archetipiche primarie. E' ciò che dice con semplicità l'antica filosofia cinese affermando che tutta la realtà umana è compresa tra il cielo e la terra.

Per mezzo di identificazioni e proiezioni l'io trova la sua situazione in questo microcosmo; nel quale si svolgono scambi energetici di cui egli partecipa. E\* la sua segreta *Weltanschauung* e la sua ragion d'essere affettiva. I miti cosmogonici forniscono esempi di queste forme del mondo umano, che determinano i valori, la quantità e la direzione della *libido*. Un esempio semplice: l'immagine della esistenza umana come albero, che si radica e nutre nella terra e si espande e fruttifica nel cielo. Oppure come albero rovesciato, che ha cioè le radici nel cielo e la sua manifestazione in terra. Queste sono immagini di armonica fisiologia;

altre, come la cosmogonia di Esiodo, mostrano la separazione violenta di terra e cielo ad opera del figlio, che può in seguito assumere le parti dell'uno o dell'altro in una situazione di conflitto.

Normalmente sembra che l'io raggiunga una situazione psicodinamica abbastanza stabile e affettivamente soddisfacente attraverso processi appunto di identificazione e di proiezione. Attraverso le sue relazioni primarie ricava qualità essenziali alla sua costituzione. Le psicosi, attraverso il crollo dell'edificio, ci mostrano quelle strutture portanti altrimenti operanti ma non evidenti. Nella psicosi depressiva è messa drammaticamente in crisi una di queste: una forma elementare e profonda di autostima, derivante da sicurezza di relazione, garanzia di flusso energetico, costanza di identità; una « ragione d'essere » e una « giustificazione ». L'analisi delle strutture primarie di relazione indica che l'elemento anomalo che fa la sua comparsa in questi casi, che si costella turbando gravemente l'omeostasi energetica, è la polarità negativa dell'archetipo materno. Questo è posto di fronte alla polarità positiva anch'essa già manifesta: la sconcertante possibilità che la sicurezza, la garanzia, la soddisfazione e la giustificazione di sé (che permettono all'io nascente di radicarsi nell'esistenza) possano improvvisamente mutarsi nel loro contrario, e ad opera dello stesso Tu che in quel momento è l'unico riferimento dell'io, gettano quest'ultimo in una condizione di insicurezza e di ambivalenza caratteristiche, che formeranno le basi di una personalità altrettanto caratteristica, la per-

sonalità depressiva, esposta al rischio estremo e anch'esso bivalente della psicosi maniaco-depressiva.

Ma la comparsa della madre terribile, della madre che inghiotte, è correlata ad un altro elemento la cui conoscenza ci fornisce un allargamento del quadro, molto utile a comprendere una grande varietà di situazioni nei singoli casi clinici. Perché compare la madre negativa? Data la brevità del tempo a disposizione mi devo limitare ad accenni molto semplici; d'altra parte si tratta ancora di ipotesi di lavoro. E' come se l'armonia tra cielo e terra permettesse al giovane albero di trovare le condizioni giuste del suo sviluppo. Una disarmonia, o un conflitto, lo esponesse invece a un confronto troppo precoce con gli aspetti negativi e sfavorevoli di entità a lui sopraordinate. in un rapporto di forze smisurato e schiacciante, insostenibile.

Il mito cosmogonico di Krono (alle sorgenti della nostra civiltà occidentale) ci mostra qualche immagine illuminante delle conseguenze di un conflitto tra Urano e Gea: prima il padre vuole impedire alla madre di generare, e costringe il figlio a starsene, schiacciato e inghiottito, nelle viscere materne. Poi la madre passa al contrattacco, e fa di suo figlio, munendolo di falce, il suo eroe-vendicatore, coinvolgendolo in una titanica rabbia omicida.

Comunque sia, sembra che una madre appagata possa mostrare il suo volto più favorevole al piccolo figlio; a monte di ciò c'è una mediazione e neutralizzazione degli aspetti negativi di Padre e Madre in un confronto sovraperonale tra forze opposte di pari entità energetica. Altrimenti il figlio è costretto a elaborare sistemi difensivi e alternativi per evitare ciò che ha imparato a temere come il massimo dei pericoli: il volto della madre terribile.

La situazione si può descrivere in termini economici energetici, ed ho accennato al significato del flusso di energia per l'lo in formazione. Si possono descrivere certe situazioni tipiche, che formano la struttura della personalità depressiva; ma bisogna tenere presente che proprio la incertezza e la labilità tipiche dell'immagine e della stima di sé di queste persone, rende il quadro instabile e un tipo può trasformarsi nell'altro.

La comparsa della madre terribile comporta per l'io di dover combattere su due fronti: innanzi tutto vede angosciosamente spalancarsi l'abisso della morte per fame. Bisognerà ad ogni costo trovare i metodi per scongiurare il pericolo, esorcizzare la madre terribile e far ricomparire quella buona; ci sono gli espedienti per tirare a campare alla giornata: adulazione, gesti propiziatori, seduzioni, tentativi di ricatto; soprattutto si cerca di far leva sul fatto che tutto ciò che è piccolo, fragile, inerme e impotente suscita la comparsa automatica della madre buona.

In questa situazione « a breve termine » il bilancio energetico è in costante difficoltà: le entrate sono modeste, le spese continue e importanti. Situazione di depressione strisciante. L'io, scontento di sé, può fare un progetto più radicale, diciamo « a medio termine »: costruisce realtà abbastanza fittizie in cui lui giocherà il ruolo dell'eroe immaginario. Ciò legherà definitivamente a sé la madre buona. In effetti questa immagine di eroe l'io la ricava dall'Animus materno: il piano è quindi quello di diventare il figlio-eroe-amante. La necessità di fissare il suo sviluppo su questo progetto, avrà anche la conseguenza di arrestare, o limitare o rimandare, il più realistico progetto di identificazione colla figura del Padre.

L'eroe immaginario può essere apparentemente euforico: energeticamente egli è inflazionato, riceve cioè più di quanto paghi; spende più di quanto produca. Si profila però il disastro quando verranno presentati i conti. Forse ricordiamo tutti quel compagno di scuola che sembrava baciato in fronte da una divinità benevola, scomparso poi in una esistenza grigia. O il Puer invecchiato, il « vieux garçon », alla metà della vita che comincia con angoscia ad accorgersi di aver costruito sul vuoto.

A me sembra molto bello per descrivere questo tipo, il mito di Achille, che riceve dalla madre l'immortalità e il destino eroico, ma che ha mantenuto, proprio per il punto onde la madre lo tiene, una specie di cordone ombelicale che un giorno gli sarà fatale.

Il secondo fronte sul quale combatte il figlio spaven-

tato e oltraggiato dalla comparsa della madre terribile è quello della vendetta.

Progetto a lungo termine perché la sproporzione delle forze all'inizio dissuade da qualsiasi tentativo.

Per inciso, questo combattere su due fronti chiarisce il comportamento di alcune personalità depressive. Si legano di un rapporto straordinariamente positivo con qualcun altro, con profonda conoscenza e abilità arrivano a toccare le più delicate corde del sentimento, finché l'altro è completamente in proprio potere. A questo punto si tolgono la maschera e con altrettanta raffinatezza si comportano crudelmente, con un improvviso e in superficie del tutto immotivato cambiamento di atteggiamento.

Il « progetto di vendetta » comporta conseguenze psicodinamiche importanti, e dato che contiene elementi altamente distruttivi espone al rischio della crisi psicotica. La linea direttrice principale è quella del continuo aumento del potere e della stima di sé; ma ciò deve avvenire in modo subdolo, anzi la persona può apparire (ed è quasi sempre così) mite, altruista, generosa; ciò comporta il formarsi progressivo e inconscio di una « cattiva coscienza », che cresce energeticamente secondo un circolo vizioso: provoca un penoso sentimento di non essere amato, e rinforza come reazione i comportamenti subdolamente egoistici. Ciò porta a gradi di tensione interna insostenibili. Si crea nel soggetto l'atmosfera di indegnità, colpa e punizione.

Lo schema energetico della pila ci aiuta a capire cosa succede, viene rinforzata la corrente energetica tra i due poli sotto la superficie, in una direzione, e diminuita quella in senso opposto tra i due poli sopra la superficie. Al limite quest'ultima corrente si interrompe. Questa situazione corrisponde alla psicosi. Corrisponde anche alla realizzazione del progetto a lungo termine: il massimo di potenza nell'Io e la morte del Tu. Ma è il crollo drammatico e il fallimento, l'esperienza insostenibile della fine di ogni oggetto d'amore. il naufragio della realtà del mondo. E' ciò che Freud ha descritto con l'analogia del lutto.

All'interno dell'Io l'energia che non sa più dove fluire

si scatena ormai senza alcun limite come ira punitrice. Identificarsi con questa ira punitrice è un meccanismo psicologico che sorge nell'angoscia di chi senza alcuna difesa è in potere di un sorverchiante nemico. Anche l'idea di espiatione offre all'lo una via di uscita: queste due soluzioni concorrono a costellare il suicidio come soluzione necessaria.

La conoscenza della situazione psicodinamica depressiva può aumentare di molto le possibilità dello psicoterapeuta, sia aiutando il malato a capire la sua storia, sia aiutando il medico stesso a trovare una qualche gratificazione teoretica in un compito molto ingrato come quello della cura di uno psicotico depressivo. Si richiederebbe la pazienza e l'amore di un santo, e potremmo cercare di mettere questa esigenza negli statuti di formazione professionale delle nostre società! Ma questa conoscenza aiuterà anche a riconoscere in tempo in numerose occasioni i tranelli tipici cui è esposta la relazione analitica, se teniamo presente lo svolgersi su due piani contrapposti ed enantiodromici della dinamica della *libido* di questi pazienti.

Mentre essi chiedono disperatamente aiuto, si avverte in loro anche una specie di lucida, perversa irremovibilità nei propri motivi depressivi. Il sorgere del più piccolo spiraglio di speranza, suscita il contrattacco del bisogno ossessivo di colpa e di punizione; il paziente diventa aggressivo contro lo stesso atteggiamento amorevole e consolatorio che pur aveva richiesto angosciosamente.

Appena comincia a star meglio questo paziente ricomincia spesso ad utilizzare i contenuti e l'energia fornitigli dalla terapia per ritornare ai suoi piani di rivalsa e di vendetta. E' questo un aspetto della ciclicità della malattia, che caratterizza tante, solo apparenti, guarigioni.

La terapia, che si muove tra i difficili scogli di esigenze antitetiche, deve essere guidata dalla conoscenza dell'intero processo e dalla intuizione delle necessità di ogni singolo momento. I momenti critici dell'esistenza in cui può verificarsi



la crisi depressiva sono specialmente la prima infanzia, l'adolescenza e la « metà della vita ». In ciascuno di essi i diversi mezzi a disposizione del terapeuta acquisteranno un diverso rilievo.

La terapia farmacologica con farmaci antidepressivi e ansiolitici è spesso inevitabile, per diminuire il rischio del suicidio, per rendere tollerabile la vita al paziente e permettere inizialmente un certo rapporto col terapeuta. Ma anche qui bisogna stare all'erta, perché il malato potrebbe... guarire; e magari entrare in fase ipomaniacale. La terapia allora diventa impossibile, o perché il paziente non si fa più vedere, o perché ogni relazione efficace è trascinata via sul nascere dalla euforia.

L'ospedalizzazione, almeno nella maggior parte degli istituti oggi esistenti, sembra sconsigliabile, se appena i familiari del malato riescono a collaborare con intelligenza, e se il terapeuta ha sufficiente disponibilità di tempo per sedute protratte, o frequenti, o impreviste.

In un primo approccio il paziente, come un bambino piccolo spaventato, ha bisogno di comprensione amorevole e protezione; l'analista dovrà far ricorso alle sue qualità materne di compassione indiscriminata. E dovrà altresì tenerne in riserva una certa quantità, perché non mancherà mai, anche in seguito, questa esigenza, e il processo è molto lungo. Un parente dotato di eccezionali qualità umane potrebbe anche essere in questa fase un insostituibile collaboratore. Non bisogna esitare a trattare veramente il paziente come un bambino piccolo spaventato, con espressioni affettive e cure personali adeguate.

Naturalmente bisogna essere consapevoli che in questi momenti sta costruendosi una potente proiezione sull'analista, con tutte le possibili conseguenze previste dalla teoria.

Non appena la situazione emozionale lo permette (ed è bene insistere sul « non appena »). se si è arrivati a capire il sistema simbolico ed energetico che ha portato al disastro, lo psicoterapeuta non deve esitare ad entrare nel gioco drammatico, prendendo la propria parte (o anche parti diverse da un momento all'altro),

combattendo con l'io del depresso con le sue stesse armi e la sua stessa violenza se egli è violento. Prendendolo sul serio anche nel suo colpevolizzarsi, ma a ragion veduta, con conoscenza cioè del reale processo psicodinamico, pronti a prender su di sé parte dell'energia del super-io e scaricandone così il paziente. ma pronti altresì al perdono e alla conversione.

Quest'ultima parola ha un significato che richiederebbe una spiegazione non breve. Però brevemente posso dire che si aiuta il paziente se si riconduce la « malattia », a quella crisi affettiva, o morale, o spirituale, che essa in realtà è. Nella crisi che si verifica alla « metà della vita » possiamo scorgere l'esigenza della metanoia, della conversione, e nel bisogno di autodistruzione il bisogno dell'io di sbarazzarsi di se stesso nel senso spirituale, come hanno sempre insegnato le religioni.

L'entrata dello psicoterapeuta nel dramma reale del paziente implica un suo reale coinvolgimento; non servirà, e non lo metterà al riparo da rischi anche seri. la sua preparazione teorica, ma dovrà fare affidamento sulla sua reale maturità etica e spirituale.

In una fase di relativo benessere la psicoterapia continuerà con metodi più abituali in colloqui individuali. Ma è sembrato utile, e una esperienza iniziale lo conferma, integrare il trattamento con terapia di gruppo:

l'obiettivo è quello di stabilizzare certi risultati, rieducare l'atteggiamento verso gli altri, curare la labilità e dipendenza affettiva della personalità depressiva.