

LA PSICOLOGIA DINAMICA



La psicologia dinamica è una branca della psicologia che si occupa della soggettività, del mondo emozionale, dei legami affettivi, delle modalità dei rapporti interpersonali, dei conflitti e delle reazioni difensive che contrassegnano la vita psichica dei singoli o dei gruppi.

Psicologia dinamica poiché si rifà ad un modello che postula la presenza di diverse istanze psichiche in relazione dinamica (mobile) tra loro;

Del profondo perché postula l'esistenza di uno strato sotterraneo (inconscio);

Tutti i sistemi psicologici di cui ci siamo occupati finora, seppure nelle loro reciproche differenze, avevano in comune una precisa impostazione: tutti si rifacevano e aspiravano ad avvicinarsi alla scienza pura (scienze naturali).

La psicologia dinamica, e la psicoanalisi in particolare, divergono completamente da queste tendenze e si indirizzano verso temi e metodologie rivoluzionarie.

Non nasce in laboratorio, ma in ambito accademico ed è il frutto della sistematizzazione minuziosa e costante del lavoro clinico del suo fondatore:

Sigmund Freud

Oggetto: la patologia, il comportamento anormale

Metodo: osservazione clinica piuttosto che sperimentazione di laboratorio

Introduzione al video

Il movimento psicoanalitico è una scuola fortemente identificata con il suo fondatore, la cui figura ha lasciato un'impronta indelebile non solo nel campo della psicologia.

Biografia di Sigmund Freud: la vita e le sue teorie sono assolutamente interconnesse. Autoanalisi (fumo, rapporto con il padre, con la madre, pazienti, eventi storici).

Durante il video attenzione a:

- ✓ Transfert
- ✓ Sogni
- ✓ Teoria sulla sessualità
- ✓ Jung
- ✓ Freud e le donne

LA PSICOANALISI



Sigmund Freud
(1856-1939)

Prima di S. Freud, si pensava che il comportamento dell'individuo fosse sotto il controllo delle sue facoltà coscienti e razionali.

Freud ha sovvertito questa concezione: egli considera la personalità umana come un iceberg, di cui solo la parte superficiale è visibile. L'uomo, nella concezione freudiana, è un essere in continua tensione verso il soddisfacimento dei propri impulsi.

Propose un modello esplicativo della mente umana basato sull'assunto che le nostre motivazioni ad agire, guidate dall'istinto di sopravvivenza e di riproduzione, rimangono quasi sempre nascoste nell'inconscio ad opera di una forza repressiva che le occulta alla coscienza.

Freud: ipotizza che al centro dei disturbi psichici vi siano conflitti tra forze psichiche contrapposte: da un lato, **pulsioni** che premono per scaturire alla **coscienza** sotto forma di emozioni e di rappresentazioni e, dall'altro lato, **resistenze** che bloccano loro la strada verso la coscienza. Per spiegare tutto questo, Freud reputa necessario introdurre le nozioni correlate di **inconscio** e di **rimozione**

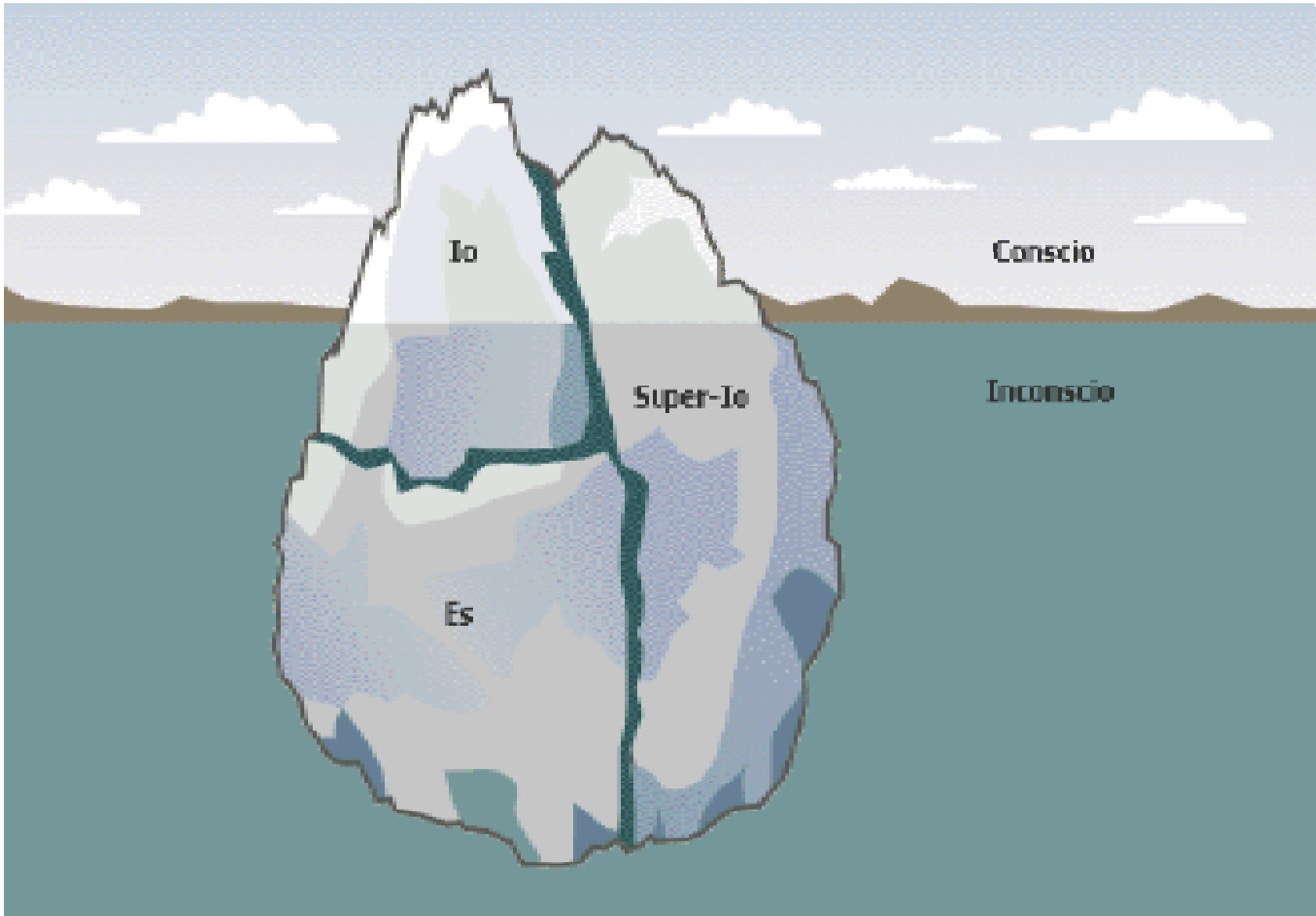
I sintomi isterici (così come altre sintomatologie unitamente ai sogni) sono dunque il compromesso tra le pulsioni sessuali e la forza che vi si oppone

Livelli di funzione della psiche:

Conscio (la componente conscia è limitata e scarsamente significativa rappresenta solo un aspetto superficiale della personalità complessiva)

Inconscio (decisivo e di proporzioni infinitamente maggiori, contiene forze nascoste che costituiscono la molla segreta di tutto il comportamento umano)

Preconscio (a differenza del materiale custodito nell'inconscio, i contenuti preconsoci non stati efficacemente rimossi e sono pertanto più facilmente recuperabili)



I topica: conscio-preconscio-inconscio

Il topica: ES- IO-SUPER-IO

Cos'è l'ES?

E' la parte più istintiva e meno accessibile della personalità. *“L'Es può essere paragonato a un caos, a un calderone pieno di ribollenti eccitazioni[...] naturalmente l'Es non conosce giudizi di valore: per esso non esiste né il bene, né il male, e quindi nessun problema di ordine morale[...] il suo obiettivo è il soddisfacimento dei suoi bisogni, senza tener conto della realtà oggettiva”*(Freud, 1933)

Cos'è l'IO?

L'io rappresenta ciò che di solito viene identificato con la ragione e la normalità; è in netto contrasto con la passionalità dell'Es.

IO ed ES= cavaliere e il suo cavallo

Cos'è il SUPER-IO?

Rappresenta “ *ogni restrizione morale, una sorta di codice che prescrive un ideale di perfezione*” (Freud, 1933).

Si sviluppa nella prima infanzia (con il declino del complesso edipico, 5 anni circa); svolge la funzione di giudice e censore nei confronti dell'IO. E' l'interiorizzazione, dei valori e delle norme morali dei genitori prima e dell'ambiente sociale dopo. Il Super-io controlla e modifica gli istinti per renderli accettabili nell'ambiente esterno

La teoria delle pulsioni

Pulsione= componente psichica che produce uno stato di eccitazione che spinge il soggetto all'azione, verso il raggiungimento di una meta.

L'oggetto della pulsione è ciò mediante cui la pulsione può raggiungere la sua meta.

- *Pulsione di vita (Eros)*: fame, sete, sesso; sono rivolti all'autoconservazione e alla sopravvivenza
- *Pulsione di morte (Thanatos)*: forza distruttiva. Può essere diretto all'interno, come nel caso del suicidio o nel comportamento masochistico; oppure all'esterno come nel caso dell'odio, o del comportamento aggressivo.

Al di là del principio del piacere

Freud e le donne

Donne definite da Freud: “il continente oscuro [...] non riuscirò mai a capire cosa vogliono le donne”

IL SOGNO

“La via regia che porta alla conoscenza dell’inconscio”(1899)

Funzione: biologica, di selezione, di scarica, e di soddisfazione

Contenuto manifesto: la storia letterale dei fatti avvenuti nel sogno

Contenuto latente: significato nascosto (simboli)

Lavoro onirico è il processo di trasformazione del contenuto latente in contenuto manifesto, eseguito attraverso meccanismi di:

- ✓ condensazione,
- ✓ spostamento,
- ✓ rappresentazione,
- ✓ elaborazione secondaria

“Il sogno è l’appagamento (mascherato) di un desiderio (represso, rimosso)”

(Freud 1899)

L’oblio del sogno: Freud ritiene responsabile dell’oblio non tanto il passaggio dal sonno alla veglia, quanto l’azione congiunta della censura e della resistenza.

Jung: *“...autorappresentazione spontanea della situazione attuale dell'inconscio espressa in forma simbolica. Questa concezione contrasta con la formula freudiana non solo in quanto rinuncia a dare una formulazione precisa del senso del sogno ma....lascia in forse il problema se questi contenuti siano anche sempre soddisfacimenti di desideri”* (1916-1948)

Critiche alla psicoanalisi

Metodo non scientifico: la raccolta del materiale non era sistematico e puntuale (es. appunti).

Non riportava tutto, ma solo quello che a lui sembrava più opportuno.

Impossibile determinare la veridicità dei racconti dei pazienti.

Il concetto di inconscio non era oggettivamente dimostrabile (solo dedotto).

Determinismo (nessun aspetto anche il più secondario e marginale, della condotta o del vissuto di un individuo è dovuto al caso ma deriva costantemente da una causa o fattore preciso).

Contributo indiscutibile di Freud

- ✓ Motivazione inconscia;
- ✓ Importanza delle esperienze infantili nella formazione del comportamento e della personalità dell'adulto;
- ✓ Il funzionamento dei meccanismi di difesa;
- ✓ Lavoro sui sogni

“Freud fu un pioniere che inaugurò un nuovo campo di ricerca e una nuova tecnica per l’interpretazione della natura umana. Fu un creatore che rimase fedele in oltre cinquant’anni di duro lavoro, al suo intento fondamentale.... è improponibile nei prossimi tre secoli che si possa scrivere la storia della psicologia senza menzionare Freud... e questo è il segno della sua grandezza: la fama postuma”
(Boring 1950)

Quello di cui abbiamo parlato finora:

Freud biografia

I topica determinismo

Il topica

Nevrosi

Teoria pulsionale

Libido

....e ora il sogno

PSICOLOGIA ANALITICA



Carl Gustav Jung (1875-1961)

- Infanzia stretto contatto con la natura
- Padre protestante, madre borderline
- Inizia con studi in medicina
- 1900 Burgholzli
- 1907 Vienna incontro con Freud
- 1909 viaggio insieme in America
- 1913 rottura definitiva con il maestro
- 1913-1919 “viaggio notturno per mare”

Esperienza di immaginazione attiva

La funzione principale dell'immaginazione attiva è quella di promuovere il dialogo tra la coscienza e l'inconscio, di scoprire ulteriori contenuti inconsci e di utilizzare il potenziale creativo dell'inconscio. Il dialogo tra le immagini ha come scopo finale l'integrazione di parti inconsce.

L'*inconscio* in Jung

Inconscio personale è l'originario, comune punto di partenza che Jung condivide inizialmente con Freud.

Molto presto però Jung si discosta dal maestro e amplia il concetto di inconscio individuale.

Inconscio: non solo il contenitore del rimosso, ma di tutta una infinita serie di immagini che vanno ben oltre la storia personale del soggetto.

Inconscio personale: contenuti rimossi, esperienze pregresse, impulsi desideri dimenticati.

Inconscio collettivo: riflette le esperienze complessive di tutte le generazioni passate, deposito dell'intero patrimonio genetico dell'umanità

“Mentre l’inconscio personale è formato essenzialmente da contenuti che sono stati un tempo consci, ma sono poi scomparsi alla coscienza perché dimenticati o rimossi, i contenuti dell’inconscio collettivo non sono mai stati nella coscienza e perciò non sono mai stati acquisiti individualmente, ma devono la loro esistenza esclusivamente all’ereditarietà. L’inconscio personale consiste soprattutto in “complessi”; il contenuto dell’inconscio collettivo è formato essenzialmente da “archetipi”.

Cosa sono gli archetipi?

Archétypos= *Forma* originaria; sono delle forme a priori che organizzano l'esperienza (es. il pulcino non ha imparato il modo in cui uscirà dall'uovo; esso lo possiede a priori). È qualcosa di diverso di più dell'istinto: l'archetipo rappresenta il polo psicologico l'istinto il polo biologico di un elemento psichico che può essere pensato come unità.

Es archetipo dell'eroe

Es archetipo della moglie (Era)

Cosa sono i complessi?

Complesso= “l’insieme delle rappresentazioni che si riferiscono a un determinato avvenimento a tonalità affettiva”(Jung 1904)

“ parti autonome delle psiche” (1934)

possiamo immaginarlo come una personalità autonoma, un frammento scisso e organizzato della psiche che si comporta come un sé (Carotenuto 1991, p.209)

il senso della terapia psicoanalitica, dice Jung, non è l’eliminazione delle personalità autonome, bensì la loro integrazione alla psiche cosciente (Carotenuto, p.211)

Teoria della personalità

Persona = “segmento dell’inconscio collettivo[..] è un complicato sistema di relazioni tra l’individuo e la società, una specie di maschera che serve da un lato a fare una determinata impressione sugli altri, dall’altro a nascondere la vera natura dell’individuo” (Jung).

Il rischio sempre presente, che è causa delle nevrosi è che l'io si identifichi con la Persona (o con un aspetto di essa), portando il soggetto ad appiattirsi completamente nel ruolo. Questa unilaterizzazione della personalità e il conseguente appiattimento sui valori collettivi provocano una grave perdita dell'unicità individuale

“C'è della gente che crede sul serio di essere ciò che rappresenta” (Jung, 1928)

Ombra= “La parte inferiore della personalità, la somma di tutte le disposizioni personali e collettive che, a causa della loro inconciliabilità con la forma di vita scelta coscientemente, non vengono vissute e formano una personalità parzialmente relativamente autonoma” .(Jung in Jaffè 1983)

L'Ombra è proporzionale allo splendore della Persona

“È un fatto innegabile che la malvagità altrui diventi quanto prima la nostra malvagità, perché rinfocola la malvagità presente nel nostro animo. Il crimine è toccato, sia pure in parte, a ognuno di noi e in parte ognuno di noi l’ha perpetrato” (1945)

Se non elaboriamo coscientemente la dimensione demoniaca non potremo attingere alla nostra vera forza vitale. La vitalità appartiene infatti all’archetipo dell’Ombra.

La radice del male consiste nell'unilateralità psichica, mentre la salvezza è sempre nella totalità. Possiamo immaginare quanto sia doloroso riconoscere in se stessi tendenze negative, e quanto coraggio e quanta forza occorranò per elaborare l'oscurità interiore da cui siamo oppressi; ma per quanto sconvolgente possa essere per l'uomo guardare e affrontare il male assoluto, è necessario se si vuole vivere una vita piena.

Nell'Ombra non si concentrano soltanto le qualità valutate negativamente, ma in essa sono presenti anche una serie di qualità, istinti morali, reazioni appropriate, impulsi creativi....in essa è insito un aspetto trasformativo nella misura in cui esprime i contenuti individuali della personalità che devono ancora trovare sbocco, e che non aspettano altro che di essere vissuti

Archetipo dell'Anima/ Animus

Anima= immagine del femminile che ogni essere umano di sesso maschile ha interiorizzato

Animus= immagine di sesso maschile che ogni essere umano di sesso femminile ha interiorizzato

Hanno origine nelle prime esperienze infantili affettivamente significative (madre e padre), ma anche natura archetipica (non *quella* donna, ma *la* donna).

I concetti di Anima e Animus permettono una spiegazione della scelta amorosa: una determinata persona ci attrae poiché attiva e costella la nostra problematica d'Anima o d'Animus. I partner seppure apparentemente diversi, hanno in comune la possibilità di accogliere la proiezione delle proprie immagini interne controsessuali.

Se l'immagine controsessuale si cristallizza in determinate caratteristiche negative, la scelta oggettuale sarà dominata dalla coazione a ripetere, e con ogni probabilità le relazioni si riveleranno esperienze dolorose e autodistruttive.

Processo di individuazione

Jung considera il processo di individuazione il fine ultimo, il senso stesso dell'esistenza *“l'individuazione è un processo di differenziazione che ha per meta lo sviluppo della personalità individuale. È una necessità individuale.”*

Individuarsi significa diventare un essere singolo e realizzare la propria unicità.

Il processo di individuazione si articola in due operazioni:

- *Differenziazione* (comporta un certo grado di opposizione alle norme sociali, e un riconoscimento delle istanze psichiche inconscie)
- *Integrazione* (integrazione critica di norme e accettazione come parti di sé le istanze inconscie)

Il processo di individuazione rappresenta il compito di un'intera vita: le polarità di bene e di male, di libertà e di relazione, di solitudine e di comunione sono le coppie archetipiche con cui ogni esistenza deve confrontarsi coscientemente, a meno di non aderire pienamente ai valori collettivi, il che costituisce secondo Jung il vero fallimento dell'esistenza umana

lo scopo è il percorso...nel momento in cui io mi metto in cammino ed inizio consapevolmente un processo di trasformazione, in quel momento si trasforma tutto, soprattutto il mio rapporto con me stesso e con il mondo che mi circonda....non senza paura, non senza dolore, ma anche non senza momenti di pienezza

C. G. Jung e S. Freud: amicizia, crisi, separazione

1907 vienna, primo incontro

1909 viaggio in america

Conflitto: sogni e libido

“caro professore, mi adeguerò al Suo desiderio di rinunciare ai nostri rapporti personali, visto che non impongo mai la mia amicizia. Del resto, Lei stesso saprà certo meglio di chiunque ciò che questo momento significa per Lei. Il resto è silenzio” (6 gennaio 1913)

L'interpretazione dei sogni in jung

“ I sogni non sono invenzioni, ma fenomeni naturali che sono proprio ciò che rappresentano. Essi non ingannano, non mentono, non falsificano, non nascondono nulla, ma enunciano ingenuamente ciò che essi sono. Sono irritanti e ci portano su strade sbagliate solo perché noi non li comprendiamo”

- ✓ Visione finalizzata
- ✓ Interpretazione a livello dell'oggetto
- ✓ Interpretazione a livello del soggetto
- ✓ Amplificazione

Conflitto sulle teorie sul sogno

Freud

- “Via regia che porta alla conoscenza dell'inconscio”
- Contenuti: moti sessuali
- Funzione rilevatrice di una patologia (spiegazione)
- Sogno va interpretato

Jung

1. “Autorappresentazione spontanea della situazione attuale dell'inconscio espressa in forma simbolica”.
2. Linguaggio simbolico
3. Funzione creativa/finalistica (significato)
4. Sogno va elaborato, decifrato

Il sogno

Costituisce uno dei modi privilegiati dell'inconscio di manifestarsi.

I sogni possono annunciare avvenimenti, situazioni (sogni premunitori), ma più che rifarci a pensieri magici, è più probabile pensare che molte crisi della nostra vita hanno una lunga storia inconscia: noi avanziamo verso di loro a poco a poco, inconsapevolmente dei pericoli che si stanno accumulando. Ma ciò che non riusciamo a vedere consciamente viene spesso percepito dall'inconscio, che può trasmetterci l'informazione attraverso i sogni.

“che cosa ti dice questo sogno?”

“ che i sogni rappresentino soltanto appagamenti di desideri rimossi è un punto di vista superato da tempo. Certo vi sono anche sogni che rappresentano chiaramente la realizzazione di un desiderio. Ma quante altre cose ci possono essere nei sogni! Possono contenere verità inesorabili, sentenze filosofiche, illusioni, ricordi, progetti, anticipazioni”

Conflitto sul concetto di libido

Un grande merito di Freud è quello di aver riconosciuto e scoperto il ruolo centrale della sessualità nell'origine dei conflitti nevrotici. Il ruolo centrale ed esclusivo della pulsione sessuale per Jung era tuttavia poco accettabile.

“trasformazioni e simboli della libido” 1913

L'immensa opera di Jung non può essere in alcun modo riassunta in un sistema compatto e organico. Jung a differenza di Freud non scrisse mai un'esposizione riassuntiva del suo "sistema" e lasciò che altri lo facessero per lui, con risultati per lo più deludenti e parzializzanti.

Libido= da energia pulsionale sessuale (freud) diventa energia indefinita, che sollecita lo sviluppo la crescita e l'autorealizzazione. La libido rappresenta l'energia psichica in assoluto, e non è limitata alla componente sessuale.

Fine ultimo dell'umanità non è l'autoconservazione (Freud-Darwin) ma l'autorealizzazione