

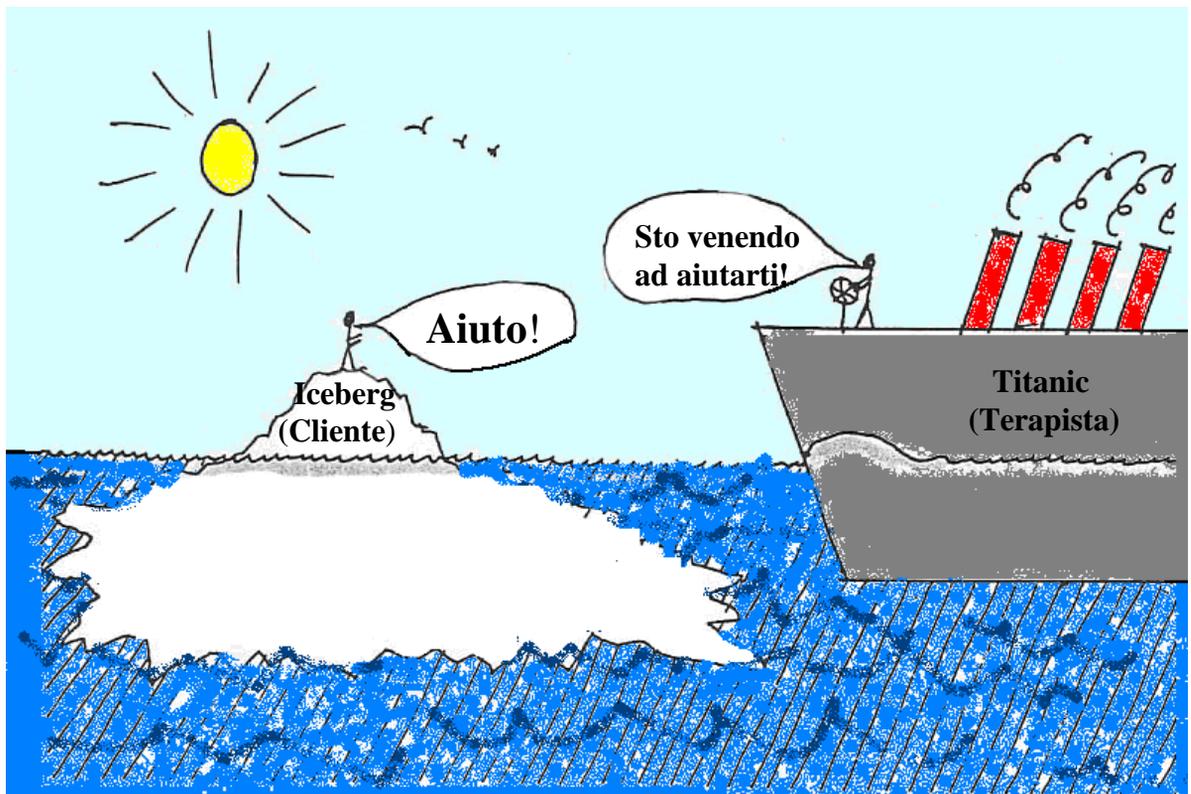
RIUSCIRA' L'ICEBERG AD AFFONDARE IL TITANIC? (Cliente) (Terapeuta)

**Evitare Collisioni e Collusioni
causate dai
Lati Oscuri del Cliente e del Terapeuta**

Un Approccio Bioenergetico

di

Bennett Shapiro, Ph.D. Facoltà IIBA
1 Febbraio 2000



I – Introduzione

La maggior parte dei clienti e molti terapeuti hanno dei potenti lati oscuri di cui sono ampiamente inconsapevoli. Cliente e terapeuta portano questi loro aspetti subconsci nella relazione terapeutica come farebbero in qualsiasi altro tipo di relazione. Tuttavia, lo stress della terapia sia per il cliente sia per il terapeuta solleva particolari paure subconscie che intensificano i loro lati oscuri. Pertanto i lati oscuri accesi del cliente e del terapeuta si provocano inevitabilmente a vicenda, anche se lo scontro può rimanere a livello di subconscio.

Se la terapeuta¹ è inconsapevole del suo lato oscuro, la terapia è in pericolo. In particolare, nel grado in cui lei è inconsapevole del suo lato oscuro, probabilmente lo sarà altrettanto di quello del cliente. Questo può portare o ad una *collisione* (l'Iceberg affonda il Titanic), oppure ad una *collusione*, dove viene evitata una terapia profonda e dolorosa.

Inoltre, se la terapeuta è inconsapevole del proprio lato oscuro, sarà confusa dalle sue reazioni di controtransfert quando il suo lato oscuro si scontra con quello del cliente. In tal modo non riuscirà a portare l'attenzione del cliente sul suo lato oscuro.

Vedo me stesso come un reduce segnato da numerose collisioni e collusioni con i miei clienti. In questi scontri il mio lato oscuro veniva provocato da quello del cliente; ma il mio ego osservatore non era sufficientemente presente per dare tregua alle mie reazioni e/o per usarle in modo produttivo.

¹ In questo scritto parleremo arbitrariamente del terapeuta come una donna e del cliente come un uomo, per evitare di confondere i due quando useremo “*suo*” o “*loro*”.

L'importanza cruciale del controtransfert del lato oscuro viene riconosciuta nella letteratura psicoanalitica. Come sottolinea Otto F. Kernberg, il noto terapeuta delle relazioni oggettive (1999)¹:

“E’ assolutamente impossibile per il cliente liberarsi delle proprie introiezioni, se il terapeuta non riesce ad identificarsi con quello che il cliente ripone in lui. Il terapeuta non deve soltanto riuscire a identificarsi con il comandante di un campo di concentramento, con l’aguzzino di una dittatura, con i sentimenti sessuali del padre incestuoso, con la madre sadica. Deve anche sentire il piacere di distruggere, il piacere di buttare una bomba, il piacere di sentire l’aggressione sadica, perché tutti noi possediamo la prontezza di farlo nel nostro inconscio.” (corsivo mio)

Il breve scritto che segue suggerisce ai terapisti come usare in modo produttivo il loro lato oscuro e quello dei clienti. A tal proposito faremo ricorso e riscriveremo la storia di un mito moderno – la vicenda del Titanic.

¹ Otto F. Kernberg: “Lo sviluppo della personalità e del trauma” in *Teoria e Terapia dei Disordini della Personalità*. 1999. Volume 3, p.5-15

II – Il Lato Luminoso della Terapia

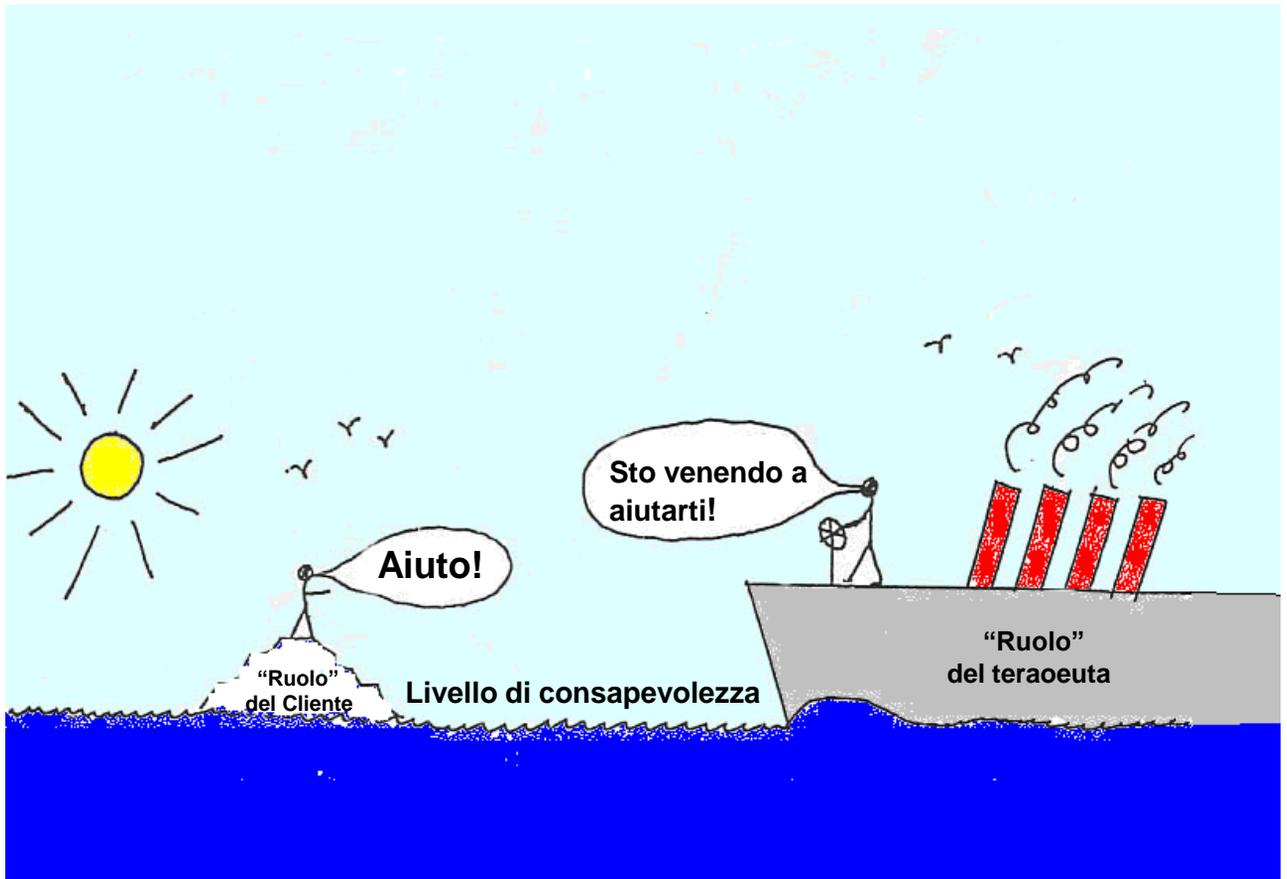


Diagramma 1

La scena si svolge nell'Atlantico del Nord; l'iceberg e il Titanic rappresentano rispettivamente il cliente e la terapeuta. La linea dell'acqua è il livello di consapevolezza; né il cliente né la terapeuta riescono a vedere oltre la superficie, nelle profondità del proprio subconscio (vedi Diagramma 1).

Il cliente è sull'iceberg e chiama a gran voce per essere salvato dalla condizione di blocco, isolamento, alienazione, incapacità di relazionarsi profondamente con gli altri, e dal proprio congelamento (o da qualunque combinazione delle condizioni appena elencate). La punta dell'iceberg rappresenta esattamente la punta del cliente – il suo “ruolo” o falso sé o parte adattiva. Il resto della struttura del carattere è nascosta e sconosciuta a lui stesso, poiché non può vedere nel proprio subconscio.

La terapeuta si trova sul ponte del Titanic e punta verso l'iceberg in soccorso del cliente. La parte del Titanic fuori della linea d'acqua rappresenta il "ruolo"/falso sé/ parte adattiva della terapeuta; le altre parti della struttura del carattere sono nascoste sotto il suo subconscio.

Per il cliente che si trova sull'iceberg, la nave è l'unica possibilità di salvezza dalla desolazione e dalla disperazione. E anche il Titanic, con la sua allegria e con il suo lusso, sembra rappresentare una calda relazione con gli altri e con la ricchezza della vita.

Per la terapeuta che è sul ponte del Titanic, il salvataggio del cliente non è soltanto un atto umanitario, ma anche una promessa di soddisfare l'immagine di se stessa come persona che aiuta.

Questo è il **Lato Luminoso della Terapia**, dove le speranze di ognuno sono grandi e le intenzioni nobili. Ora parleremo invece del **Lato Oscuro della Terapia**.

III – Il Lato Oscuro della Terapia



Diagramma 2

Il Lato Oscuro del Cliente

Quando il cliente chiede aiuto e vede la terapeuta che gli risponde, inizia a verificarsi un tumulto al di sotto del livello della sua consapevolezza. I suoi aspetti protettivi/difensivi reagiscono alla terapia (e alla terapeuta) come ad una minaccia. Egli ha paura di dipendere dalla terapeuta, di essere usato, abbandonato, ecc..... Ma più in profondità ha paura che il proprio ego venga sopraffatto da sentimenti primari emergenti – terrore, rabbia, brama – che gli farebbero perdere la capacità di farcela nel mondo.

Sono queste paure subconscie a generare la diabolicità del cliente che in questo modo protegge se stesso. In questo frangente, gli sforzi diabolici per sovvertire o

sabotare la terapia sono principalmente protettivi. Nel Diagramma 2, le diramazioni aggiuntive del lato oscuro quali Resistenza, Transfert Negativo e Acting Out, sono rappresentate da punte di ghiaccio acuminate e pericolose che minacciano di squarciare e affondare la grandiosità galleggiante dell'ignara terapeuta. Questo è il Lato Oscuro del Cliente.

Il Lato Oscuro della Terapeuta

Nel frattempo, la terapeuta è impegnata nel salvataggio del cliente. Tuttavia, sotto la superficie delle sue illusioni umanitarie, stanno prendendo vita le paure subconscie e i demoni sono in fermento come segue:

Per prima cosa, per mantenere il “ruolo” di “colei che aiuta”, la terapeuta deve bloccare l'espressione di tutti gli impulsi, gli istinti e i sentimenti che potrebbero smascherare quel “ruolo” – non può né scherzare, né fare un commento un po' provocatorio. Questa paura limita l'espressione di sé, le causa il sorgere della negatività e dà il via ad una ribellione diabolica¹.

Inoltre, la terapeuta si preoccupa di essere sufficientemente abile nel trattare il lato oscuro del cliente affinché la terapia non venga sabotata. Nel subconscio della terapeuta sono persino più profonde le paure che il lato oscuro del cliente provoca irretendone lo stesso lato oscuro (ad esempio, accende una relazione sessuale con il cliente, o qualche altra relazione originale, con conseguenze disastrose).

Paure del genere fanno sorgere nella terapeuta demoni reattivi che la portano dritta alle proprie problematiche di Negatività, Diabolicità, Resistenza, Controtransfert e impulsi di Acting Out. Per contrastare l'intrusione di queste problematiche nella terapia, la terapeuta diventa ancora più tesa. Purtroppo, questo porta ad una rigidità e una

¹ Per una ulteriore spiegazione dell'interrelazione tra Paura, Negatività e Demone, si rimanda all'Appendice.

instabilità maggiori con conseguente perdita della flessibilità e della capacità di recupero. (Ricordate, l'instabilità dell'acciaio dello scafo del Titanic nella collisione ha causato una lacerazione molto estesa!).

Questa circospezione serrata subconscia della terapeuta nei confronti dei propri impulsi demoniaci aumenta le probabilità di collisione e/o collusione ¹ nella relazione terapeutica. Questo perché una volta in guardia contro gli impulsi demoniaci, questi tendono ad essere negati ancora di più, e quindi a non essere avvertiti affatto. Questa tendenza a reprimere porta ad impulsi demoniaci anche più forti con la conseguenza di dare inizio ad un circolo vizioso.

Questo è il Lato Oscuro del Terapista e dal momento che viene negato, non riconosciuto e non ascoltato, continua il suo lavoro di nascosto.

¹ Per ridurre la paura, lo stress e il dolore della terapia, terapisti e clienti spesso fanno un patto di questo genere, "Evitiamo semplicemente i nostri Lati Oscuri, va bene?". Questo, purtroppo, ha come risultato una terapia superficiale. (Evitare qualunque interazione con il lato oscuro sarebbe, per analogia, come invertire completamente la rotta del Titanic

IV – Evitare la Collisione dei lati Oscuri del Cliente e della terapeuta

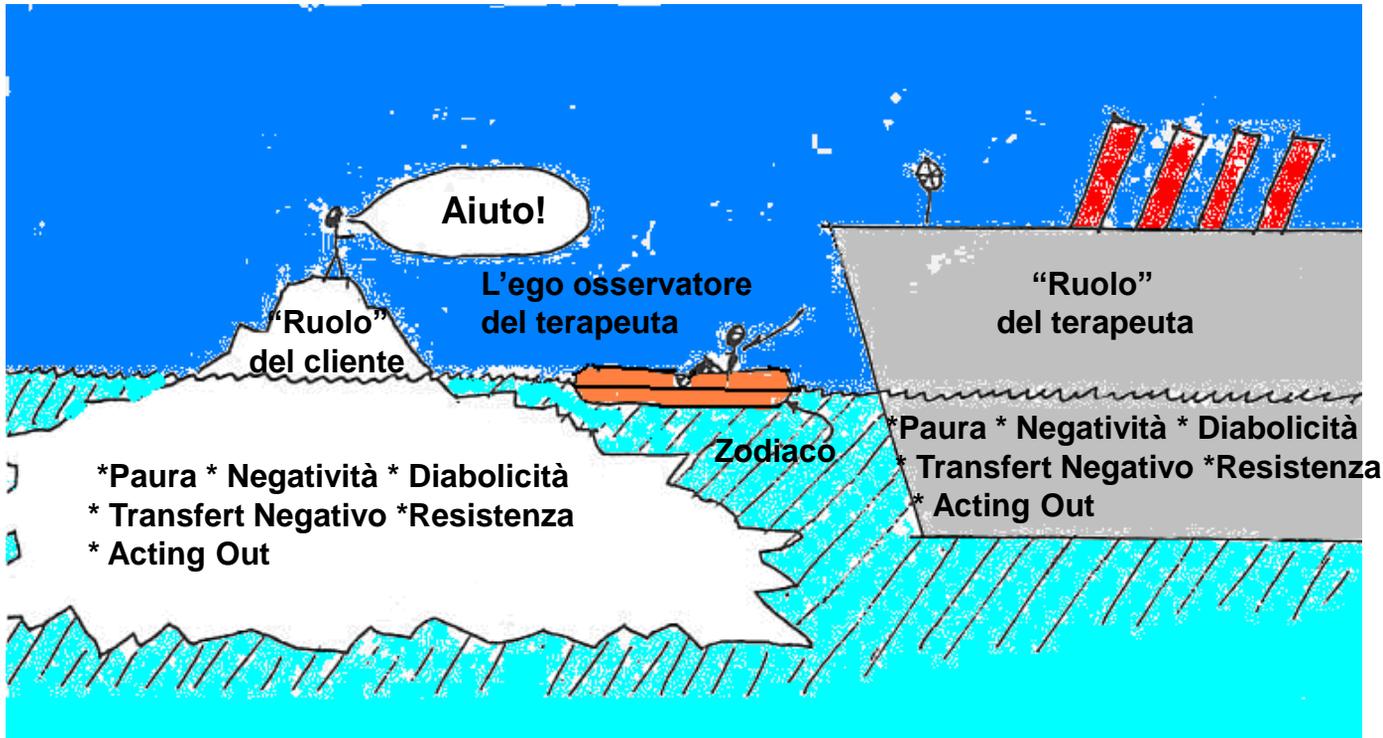


Diagramma 3

C'è un modo per evitare la collisione del Lato Oscuro. Per capire come questo possa avvenire, dobbiamo riscrivere la storia del Titanic. Nel nostro nuovo scenario, il Titanic si ferma improvvisamente nei pressi dell'iceberg, rispettando il potere protettivo del lato oscuro del cliente. Quindi l'ego osservatore della terapeuta sbarca su uno Zodiaco, un gommone gonfiabile con motore fuoribordo (vedi Diagramma 3). Il fondo dello Zodiaco (che è il lato oscuro della terapeuta) è immerso al di sotto della superficie dell'acqua soltanto di pochi centimetri; esso è flessibile, elastico e riesce in qualche modo a conformarsi ai contorni dell'iceberg che si trova sott'acqua. Questo permette alla terapeuta di avvicinarsi all'iceberg, di esplorarlo lentamente da tutti i lati e di trovare infine il punto più sicuro per attraccare. Lo Zodiaco rappresenta l'ancora di salvezza per il cambiamento sia del cliente sia della terapeuta. (Nella sezione V vedremo come questo si traduce in terapia)

Per il cliente, questa soluzione riduce la minaccia al suo lato oscuro, ad esempio, quello che si avvicina è uno Zodiaco piccolo e allegro piuttosto che un Titanic grande, corazzato e potente in modo schiacciante. Inoltre, la posizione della terapeuta in effetti è più in basso rispetto a quella del cliente sull'iceberg, invece di incombere minacciosamente dall'alto del ponte del Titanic. Questi fattori consentono al lato oscuro del cliente di essere molto meno timoroso, di essere più rilassato e più aperto agli interventi della terapeuta.

Per la terapeuta, avvicinarsi al cliente con lo Zodiaco invece del Titanic, è molto meno fastoso. Pertanto la terapeuta non è così spaventata, ma è più rilassata. In tal modo può essere più allegra e quindi più in contatto con il proprio lato oscuro; in effetti ci è seduta sopra, ossia sul fondo dello Zodiaco! Con una sovrastruttura molto inferiore del ruolo fastoso/falso sé, il lato oscuro corrispondente della terapeuta è molto meno profondo; infatti, è immerso al di sotto della linea d'acqua soltanto di pochi centimetri. Inoltre, la flessibilità e l'elasticità del proprio ego osservatore ha un lato oscuro corrispondente anch'esso flessibile ed elastico.

Da notare nel Diagramma 3 che la Paura, la Negatività e la Diabolicità, si trovano immediatamente sotto la superficie della consapevolezza. Sono queste che la terapeuta incontrerà al momento dello sbarco.

V – Lavorare in modo Produttivo con il Lato Oscuro del Cliente usando il Controtransfert



Diagramma 4

Mentre la terapeuta si avvicina lentamente all'iceberg con lo Zodiaco, sente letteralmente il ghiaccio sott'acqua che intacca il fondo gommoso e flessibile su cui è seduta (vedi il Diagramma 4). La terapeuta sente l'impatto del ghiaccio come, per analogia, il suo ego osservatore registra quale demone del cliente lo sta proteggendo. La terapeuta utilizza gli stati del proprio ego (con i relativi demoni) come criterio di misurazione; ad esempio, il demone del Bambino del cliente susciterà un impulso diverso di controtransfert da come lo susciterebbe invece il demone del Genitore del cliente. Insomma, la terapeuta in realtà cerca, diventandone intensamente sensibile, la propria negatività verso il cliente, ma senza acting out.

E' questa esperienza di controtransfert del Lato Oscuro la chiave per distinguere ed illuminare i demoni specifici del cliente. Le resistenze del corpo, la storia evolutiva e le relazioni interpersonali del mondo esterno possono condurre a qualche idea