**Freud**

Freud (1856 – 1939) è considerato il padre della psicoanalisi. È stato molto importante nel Novecento: la psicoanalisi ha influito non solo sulla psicologia, ma anche sulla letteratura, sull’arte, sulla sociologia e sulla stessa filosofia. Insomma: **la psicoanalisi ha influenzato tutta la cultura del Novecento**.

***Vita e profilo sintetico*** – Di famiglia **ebrea**, Freud nasce in Moravia nel 1856. Si laurea in **medicina** a Vienna, pur avendo – come lui stesso afferma – inclinazioni umanistiche. Recandosi a Parigi, dal dottor Charcot, inizia ad interessarsi del metodo ipnotico. Il punto di svolta del suo pensiero lo si ha, tuttavia, quando, studiando l’**isteria** insieme al dottor Breuer scopre l’**inconscio** e fonda la teoria **psicoanalitica**. Come Breuer, anche Freud, inizialmente, usa l’**ipnosi** come mezzo per richiamare alla memoria dei suoi pazienti i ricordi spiacevoli che queste persone nascondevano nel loro inconscio: secondo lo studioso austriaco la causa delle nevrosi va infatti cercata nel conflitto tra forze psichiche inconsce (cioè forze presenti nella nostra mente, di cui però non abbiamo consapevolezza). Il successo, anche se lento e senz’altro contrastato (soprattutto a causa delle implicazioni sessuali evidenziate), delle teorie freudiane porta alla nascita della *Società internazionale di psicoanalisi* (1910), di cui Jung – inizialmente discepolo di Freud e poi aspramente in contrasto con lui – è il primo presidente. I suoi ultimi lavori si spostano su temi legati alla religione, all’arte e ala società in genere. Nel 1938, a causa delle persecuzioni naziste, è costretto a lasciare Vienna; muore, esule a Londra, nel 1939.

Delle opere ricordiamo: *Studi sull’isteria; L’interpretazione dei sogni; Psicopatologia della vita quotidiana; L’Io e l’Es; Il disagio della civiltà; Totem e tabù*.

**Dagli studi sull’isteria alla fondazione della psicoanalisi**

La medicina ottocentesca non prendeva molto sul serio le malattie psiconevrotiche (come l’isteria), malattie a cui non si riusciva a far corrispondere nessuna lesione organica evidente. Tuttavia il fenomeno dell’isteria era, in quegli anni, studiato da due medici: il francese Charcot (che usava l’ipnosi come metodo terapeutico con un certo successo) e l’austriaco Breuer. Anche Breuer utilizzava l’ipnosi: la usava per fare in modo che i suoi pazienti richiamassero alla memoria avvenimenti penosi dimenticati; aveva notato infatti che spesso, una volta superata l’amnesia riguardo a tali spiacevoli fatti, venivano anche superate le turbe emotive tipiche dell’isteria e delle nevrosi. Insomma: una volta che il ricordo doloroso riemergeva alla coscienza, spariva anche il sintomo fisico che lo accompagnava.

***Il caso di Anna O.*** – È celebre il caso clinico di Anna O. (in realtà, Bertha Pappenhein), una donna isterica gravemente malata e curata dal dottor Breuer in collaborazione con Freud (si vedano gli *Studi sull’isteria*, opera di Freud del 1895). Anna O. era una ragazza ventunenne di notevole intelligenza e cultura che nel corso di una malattia durata due anni aveva presentato una serie di disturbi fisici e mentali; soffriva di una grave paralisi ad entrambi gli arti di destra, di disturbi alla mobilità oculare, con un notevole danno visivo, di turbe all’udito, di difficoltà nella postura del corpo, di nausea ogni volta che cercava di alimentarsi, e di una grave idrofobia, che la tenne lontana dall’acqua per parecchie settimane. Anche le sue capacità lessicali si erano ridotte, fino ad arrivare all'impossibilità di parlare e comprendere.

I medici avevano escluso qualsiasi lesione organica. Breuer riuscì ad eliminare i sintomi attraverso la pratica del metodo ipnotico. Ogni sera si recava a casa della ragazza e, dopo averla ipnotizzata, la faceva parlare. Sotto ipnosi, Anna parlava del doloroso periodo della sua vita in cui aveva dovuto assistere il padre gravemente malato, ricordando quei sentimenti, rimasti repressi, di rabbia, disgusto e paura. Breuer notò che raccontando l’episodio doloroso connesso all’insorgere di uno dei sintomi prima citati, Anna riusciva a vivere intensamente le emozioni provocate dal doloroso ricordo, e al termine di tale rievocazione il disturbo scompariva. Questa terapia, definita catartica funzionò anche con gli altri sintomi. Ad esempio, mediante l’ipnosi si scoprì che da bambina la paziente aveva visto il cane della governante (verso la quale provava ostilità) bere in un bicchiere, provando una forte repulsione; pur avendo rimosso quel ricordo Anna aveva cominciato a manifestare sintomi di idrofobia, che scomparvero non appena il ricordo fu riportato nuovamente alla coscienza. Freud in seguito affermerà che "l’isterico soffre di ricordi", ovvero degli effetti dolorosi di un evento passato, apparentemente dimenticato, ma in realtà ancora vivo nelle profondità inconsce della mente.

La separazione da Breuer: “*Ho descritto così frequentemente e con tale dovizia di particolari la fase successiva dello sviluppo, e cioè il passaggio dalla catarsi alla psicoanalisi vera e propria, che mi sembra difficile dire qui qualcosa di nuovo. L’evento che diede inizio a questo trapasso fu il recesso di Breuer dalla nostra collaborazione scientifica*” (Freud, *Autobiografia*). Breuer, da medico, non era interessato infatti a produrre una vera e propria teoria dell’isteria; inoltre – così commenta Freud – si era spaventato per le implicazioni sessuali, legate anche al transfert, che stavano emergendo dai suoi studi.

Cercando di studiare dunque l’*eziologia* (le cause) dell’isteria e delle nevrosi, Freud arrivò a scoprire che le **cause** delle psiconevrosi andava cercata nel **conflitto tra forze psichiche** **inconsce** (non andava dunque cercato alcun danno organico).

La scoperta dell’inconscio segna l’atto di nascita della psicoanalisi. Prima di Freud tutta la psiche si identificava con la coscienza: il medico viennese al contrario affermò che la maggior parte della vita mentale si svolge al di fuori della coscienza. Il conscio è solo la piccola manifestazione visibile della mente (esattamente come la punta di un iceberg che emerge oltre la superficie del mare).

***Scoperta dell’inconscio*** = ***nascita della psicoanalisi***

Parte cosciente della psiche, la parte di noi che conosciamo, di cui abbiamo consapevolezza (è solo la “punta dell’iceberg”)

**Psiche** (mente)

INCONSCIO

Inizialmente, cercando di descrivere la psiche (*prima topica psicologica[[1]](#footnote-1)*), Freud afferma che L’INCONSCIO si divide in due parti, in due zone

* Nella prima zona (**PRECONSCIO**) si trovano i **ricordi**: questi ricordi possono essere inconsci, ma se facciamo *uno sforzo* di memoria possiamo *riportarli alla coscienza*.
* Nella seconda zona (**INCONSCIO** vero e proprio) ci sono tutte quei ricordi e quelle sensazioni che non sono coscienti e che sono mantenute nell’inconscio da una forza che Freud chiama “**rimozione**”. Insomma, se un avvenimento è molto doloroso per una persona, è possibile che la sua mente lo rimuova, cioè cerchi di eliminarlo, soffocarlo, seppellirlo in qualche modo tenendolo nell’inconscio (“zona del rimosso”). Dall’*Autobiografia*: “[La rimozione] Evidentemente era un meccanismo di difesa primario, paragonabile a un tentativo di fuga [...]. Dal primo atto della rimozione derivano alcune ulteriori conseguenze. Innanzitutto l’Io era costretto a difendersi dal costante, incombente assillo del rimosso, con un dispendio permanente di energia, e cioè con un contro investimento, e così si impoveriva; d’altro lato, il rimosso, che ora era inconscio, poteva scaricarsi e trovare soddisfazione per vie traverse, facendo in tal modo andare a vuoto gli intenti della rimozione stessa. Nell’isteria questa strada portava all’innervazione somatica, dando luogo a sintomi corporei e fisici [...]. Il compito terapeutico fu dunque quello di mettere a nudo le rimozioni. [...] In considerazione di questa nuova visione delle cose denominai il mio metodo di indagine e di terapia psicoanalisi, in sostituzione del termine catarsi”.

Successivamente Freud propone una *seconda topica psicologica* dividendo la psiche in **Io, Es, Super-io** (1920, circa).

Il Super-Io è la **coscienza morale**, ossia l’insieme delle regole e delle proibizioni che nell’infanzia vengono date al bambino dai genitori (e dagli altri educatori); una volta cresciuti queste regole entrano a far parte di noi (del nostro Super-io) e le “sentiamo” anche quando non c’è chi ce le ha insegnate.

L’Es è il “polo **pulsionale**” della personalità: è una forza impersonale e caotica, il calderone ribollente delle nostre pulsioni e dei nostri istinti. L’Es non conosce né il bene né il male, ma vuole seguire solo i suoi **desideri** (segue il “principio del piacere”).

Infine c’è l’Io. L’Io fa da **mediatore** tra Es, Super-Io e mondo esterno ed è la parte organizzata della personalità. Insomma, spetta all’Io equilibrare tutte le forze in gioco, tramite opportuni compromessi. Il tipo di rapporto che l’Io riesce a stabilire con i suoi “padroni” farà da discriminante tra normalità e nevrosi (“Nell’individuo normale l’Io riesce abbastanza bene a padroneggiare la situazione. Fornisce, agendo sulla realtà, parziali soddisfazioni all’Es, senza violare in forma clamorosa gli imperativi che provengono dal Super-Io”); quando invece una delle forze prende il sopravvento, allora si manifestano sintomi nevrotici.

***Transfert***

Non si può parlare di psicoanalisi senza chiarire cosa è il transfert e analizzarne l’importanza. Secondo Freud, infatti, non può esistere *nessun intervento* psicoterapico senza transfert. Ma di cosa si tratta? Sintetizzando:

* è il trasferimento, da parte del paziente, sull’analista di **sentimenti ambivalenti** (che possono andare dall’amore, anche sensuale, all’odio e al risentimento)
* tali sentimenti sono, quasi sempre, quelli provati dal paziente durante la sua infanzia **nei confronti** delle sue figure di riferimento (i **genitori**)

Se il transfert veicola sentimenti *positivi*, allora il trattamento ne risulta facilitato; altrimenti, se il transfert veicola sentimenti di *opposizione*, la psicoterapia risulta più difficoltosa: tali sentimenti, allora, devono essere contrastati e vinti dall’analista.

Direttamente dalle parole di Freud: “In ogni trattamento analitico si stabilisce, senza alcun intervento del medico, una intensa relazione emotiva del paziente nei confronti dell’analista, relazione che i dati di fatto reali non giustificano in alcun modo. Questa relazione può essere positiva o negativa, e varia dall’innamoramento più appassionato e sensuale alle espressioni estreme del risentimento, dell’esasperazione e dell’odio. Questa relazione, che per brevità chiameremo “traslazione”, prende ben presto nel paziente il posto del desiderio di guarire, e finché è affettuosa e misurata, essa rappresenta un sostegno per il comune lavoro analitico. In seguito, quando assume le caratteristiche della passione o si converte in ostilità, diventa il principale strumento della resistenza. [...] Voler eludere questo fenomeno sarebbe comunque insensato: non c’è analisi senza traslazione. [...] Ad opera dell’analista la traslazione viene resa cosciente al malato, e viene risolta quando si è riusciti a persuadere quest’ultimo che nel suo comportamento egli riesperimenta relazioni emotive che derivano dai suoi investimenti oggettuali più remoti e appartenenti al periodo rimosso della sua infanzia”.

***Dall’ipnosi alle fasi successive del trattamento psicoterapico: libere associazioni, sogni e atti mancati***

La psicoanalisi, dunque, cerca di **eliminare le resistenze** della mente e di arrivare all’inconscio delle persone.

*Come?* In un primo tempo, lo abbiamo visto, Freud usò l’ipnosi: ma l’ipnosi non era veramente efficace. Quindi Freud pensò di far rilassare il proprio paziente (tipico, nell’immaginario, è il divano dello psicoanalista) e di farlo parlare, fare in modo che si abbandonasse al corso dei suoi pensieri (libere associazioni: “Anziché spingere il paziente a dire qualcosa su un determinato tema, lo si sollecitava ora a lasciarsi andare alle “libere associazioni”, ossia a dire tutto ciò che gli passava per la testa, astenendosi da qualsiasi rappresentazione finalizzata cosciente”).

In seguito Freud cercò di raggiungere l’inconscio interpretando i sogni e quelli che vengono chiamati atti mancati.

Nel 1899 esce un volume fondamentale nella psicoanalisi: *L’interpretazione dei sogni*. Per arrivare all’inconscio delle persone Freud, infatti, cerca anche di interpretarne i sogni. Freud ritiene che i sogni siano la “via regia che porta alla conoscenza dell’inconscio”; pensa che i sogni siano l’appagamento di un desiderio rimosso. Durante il sonno il nostro Io allenta la sua presa; in questo modo ciò che è presente nel nostro inconscio, che preme sempre per uscire allo scoperto, trova più facilità nell’emergere. Ma l’Io non è del tutto assente: si difende in qualche modo (*censura onirica*) celando il vero significato del sogno dietro immagini, maschere, travestimenti.

Freud afferma che nei sogni va perciò distinto:

* un contenuto manifesto, cioè ciò che “vediamo” nel sogno, la scena onirica così come viene vissuta dal soggetto
* un contenuto latente (cioè qualcosa che è nascosto, e che però è il vero significato del sogno)

Il contenuto manifesto è solo **un travestimento** del contenuto latente: perciò la psicoanalisi deve interpretare il contenuto manifesto del sogno cercando di eliminare quella maschera, quel travestimento, arrivando così al contenuto latente.

In *Psicopatologia della vita quotidiana* Freud studia anche gli **atti mancati**, ovvero i lapsus, gli errori, le piccole dimenticanze di tutti i giorni. Per Freud, infatti, **niente avviene per caso (determinismo psichico)**: spesso l’errore che facciamo (dire una parola al posto di un’altra, ad esempio) è dovuto solo all’inconscio che tenta di uscire fuori, di lanciarci un messaggio.

Sicché, come si vede, se prima la psicoanalisi aveva tentato di trovare solo delle spiegazioni per alcuni fenomeni patologici, ora comincia a occuparsi anche di aspetti assolutamente normali, quotidiani, come i sogni o gli atti mancati, tipici di qualsiasi persona sana. Per questo Freud può affermare che “allora è evidente che la psicoanalisi non è più soltanto una scienza ausiliaria della psicopatologia, ma è il fondamento di una scienza dell’anima nuova, più esatta e profonda, indispensabile anche alla comprensione dei *processi psichici normali*”.

## La teoria della sessualità

La teoria della sessualità di Freud è stata importante per tutta la cultura del Novecento. Prima di Freud la sessualità era solo il **congiungimento** con una persona di **sesso opposto** ai fini della **procreazione**. Freud ampliò il concetto di sessualità[[2]](#footnote-2) introducendo diversi concetti come quelli di:

* **sessualità infantile** (fatto che ovviamente ebbe forte risonanza; già parlare di sessualità era tabù; figuriamoci parlare di sessualità infantile, laddove i bambini erano considerati gli esseri più puri e innocenti).
* **sublimazione** (trasferimento della carica sessuale su oggetti non sessuali, come il lavoro e l’arte)
* **perversioni** (attività sessuale non ai fini della procreazione ma per puro piacere. Da ricordare che, come afferma Freud, “non era nostra intenzione esprimere una valutazione morale. La psicoanalisi è in ogni caso aliena da siffatti giudizi di valore”).

Freud vede quindi la sessualità come **un’energia (libido) che può dirigersi verso diverse mete e diversi oggetti**.

***La sessualità infantile*** – Nel libro intitolato *Tre saggi sulla teoria della sessualità* Freud afferma che già nel lattante sono presenti quelle forze istintive che poi porteranno alla sessualità adulta. In questo libro **descrive dunque lo sviluppo della sessualità infantile:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Nome della fase* | *Età (in anni)* | *Caratteristiche* |
| **ORALE** | 0-1 e mezzo | La *zona erogena* (cioè la zona attraverso la quale il bimbo prova piacere) è in questo periodo la bocca (labbra, lingua).Esprime la propria *aggressività* con i denti. |
| **ANALE** | 1 e mezzo-3 | La zona erogena è l’ano, con le sensazioni legate anche alla liberazione degli intestini. |
| **FALLICA** | 3-6 | I bambini cominciano a mostrare un interesse verso i genitali.Di questo periodo sono tipiche:“L’invidia del pene”, da parte delle femmine (le femmine possono sentire la vergogna di non avere qualcosa, si possono sentire come castrate)“Il complesso di Edipo” (Freud prende questo nome da una tragedia di Sofocle, *l’Edipo re* in cui aveva raccontato come Edipo avesse, senza saperlo, ucciso il padre e sposato la madre): si tratta **dell’attaccamento morboso verso il genitore di sesso opposto e l’odio verso il genitore dello stesso sesso**. Il bambino però comincia anche a capire che deve adeguarsi alle regole degli adulti: sviluppa così quello che Freud chiama il Super-Io, cioè la parte di sé in cui si trovano le regole e i valori che abbiamo appreso dai genitori. I due meccanismi grazie ai quali si sviluppa il Super-Io sono: 1) introiezione (fare propri i pensieri degli altri); 2) identificazione (il bambino prende come modello il genitore dello stesso sesso). |
| **LATENZA** | 6-11 | C’è una specie di congelamento delle pulsioni sessuali: gli impulsi sono come nascosti e il bimbo si impegna in tante attività (è il periodo in cui inizia la scuola) |
| **GENITALE** | 11-14 | Ha inizio con la pubertà. Gli impulsi sessuali si risvegliano e l’adolescente vive la sua sessualità nella forma adulta (caratterizzata dall’orgasmo), consapevolmente. |

La successione e la durata delle fasi non è fissa. Se troviamo caratteristiche di una fase precedente in una fase successiva parliamo di “**fissazione**”. I vari stadi lasciano inevitabilmente delle tracce nella nostra psiche: non riuscire a superarli può portare a sviluppare nevrosi o psicosi. Il complesso edipico è considerato da Freud il nucleo centrale delle nevrosi: “esso rappresenta l’apice della vita sessuale infantile e al tempo stesso il punto di snodo da cui si dipartono tutti i successivi sviluppi”.

La teoria della sessualità è centrale nel pensiero freudiano; è stata anche una teoria particolarmente rivoluzionaria in un’epoca in cui tutto ciò che riguardava il sesso era tabù. E proprio la rilevanza che Freud ha dato alla sessualità ha anche creato la spaccatura stessa della psicoanalisi tra correnti diverse (basti vedere la scissione tra Freud e Jung).

**La teoria psicoanalitica dell’arte**

Per Freud la produzione artistica ha stretti legami ed analogie con la produzione onirica. Il sogno, abbiamo detto, è un soddisfacimento camuffato di un desiderio represso: anche l’arte è un mezzo, per gli individui, per esprimere i propri desideri inconsci insoddisfatti. Così come i bambini giocano per organizzare e gestire situazioni che ancora non riescono a padroneggiare direttamente, così fa l’artista, esprimendo nelle sue opere i suoi desideri proibiti e rimossi. L’artista arriva così alla **sublimazione**, cioè allo spostamento di una pulsione sessuale su un oggetto non sessuale. L’arte, al contrario di altre manifestazioni individuali, non ha però portata limitata, ma acquisisce un significato universale. L’artista, a differenza degli altri, ha la capacità di tradurre le sue pulsioni, dargli forma in espressioni socialmente accettabili e accettate. In questo senso si potrebbe anche dire che l’arte è una specie di *terapia psicoanalitica*: non solo è utile all’artista che riesce ad esprimere le sue pulsioni inconsce; è utile anche allo spettatore, poiché è come uno specchio che spinge a fare i conti con se stessi, con le proprie emozioni nascoste o messe a tacere. L’arte insomma è capace di toccare corde profonde: è, come dice Freud, “**perturbante**”, cioè fonte di tensione; in essa lo spettatore vede sì qualcosa di diverso, di altro da sé, ma anche qualcosa di vicino, di “spaventoso e familiare” a un tempo.

***La religione***

Nell’ultimo periodo Freud si interessa anche di problemi e tempi legati alla religione e alla civiltà in generale.

Per ciò che concerne la religione Freud ritiene che essa non faccia altro che rispondere a uno dei desideri più antichi e pressanti dell’umanità: il bisogno di sicurezza e protezione. Nell’infanzia noi tutti cerchiamo rassicurazione e protezione; se non sono i genitori a spingere verso l’autonomia, i bimbi tendono a un rapporto simbiotico, evitando ogni difficoltà o conflitto. Lo stesso bisogno di protezione – considerando non l’individuo ma la società – è esplicato nella ricerca di un Padre celeste (Dio), fonte di certezza e sicurezza.

***La civiltà***

In una sua opera (*Il disagio della civiltà*, 1930) Freud parla dell’aggressività umana. Essa è inevitabile, in quanto nell’uomo sarebbero presenti due forti impulsi contrastanti, due forti pulsioni:

* quella **erotica (Eros)**, che spinge a unire e a conservare;
* quella **aggressiva (Thanatos)** che spinge a distruggere e a uccidere. Questa pulsione si trova in ogni essere vivente ed è una spinta distruttiva che vuole portarlo alla rovina: è una **pulsione di morte**. Questa pulsione viene rivolta verso gli oggetti e gli altri esseri e **non la si può eliminare**. Al massimo si può cercare di deviarla verso l’altra pulsione, quella erotica (perché non è possibile che l’uomo riesca ad annullare le sue pulsioni con l’uso della sola ragione).

Freud dice che **la società controlla e neutralizza l’aggressività e le pulsioni** di ogni singolo uomo. Al nostro Io si oppone un Super-io collettivo, un’insieme di regole e divieti senza cui non potrebbe esistere alcun tipo di società o socialità.

Ma perché accettare questo? Perché accettare di cancellare la propria aggressività; perché accettare di sopprimere le proprie pulsioni? Perché accettare di farsi sorvegliare continuamente da noi stessi (dal nostro Super-Io)?

Perché **ogni uomo DIPENDE dagli altri**: ogni uomo ha **paura** **di perdere l’amore degli altri** (questa paura viene chiamata **angoscia sociale**)

In pratica la civiltà ci allontana dalla possibilità di essere felici, **costringendoci a controllare e reprimere** tutte le nostre pulsioni. All’individuo non resta che cercare **un equilibrio** tra la pulsione che ci spinge a conservarci e unirci (in famiglie, in popoli, in nazioni) e la pulsione di morte. Questa pulsione di morte che gli individui rivolgono verso il mondo esterno fa nascere **l’aggressività**: la civiltà ostacola questa pulsione; **l’evoluzione** della civiltà umana non è altro che la **continua lotta tra Eros e Morte**, tra pulsione di vita e pulsione di distruzione.

Comunque per Freud ***la società è un male minore*** rispetto a un’umanità senza società: in una situazione del genere non solo l’uomo non sarebbe felice, ma diventerebbe pericoloso per il prossimo.

1. Cioè, primo studio dei *topoi*, o luoghi, della psiche. [↑](#footnote-ref-1)
2. “Tale allargamento è duplice: in primo luogo la sessualità viene sciolta dai suoi legami troppo stretti con i genitali, ed è definita come una funzione somatica più vasta tendente al piacere la quale, solo secondariamente, entra al servizio della procreazione. In secondo luogo abbiamo annoverato tra gli impulsi sessuali tutti gli impulsi solamente affettuosi o amichevoli”. [↑](#footnote-ref-2)