

Capitolo 1

Il 'background' della sicurezza

Joseph Sandler

Nelle pagine seguenti si vuole dare rilievo alla particolare importanza del concetto di *sicurezza* e del relativo *principio di sicurezza* cui viene fatto costante riferimento nei successivi capitoli. L'introduzione, a questo punto, della nozione di sentimento di sicurezza, del tutto distinta dagli stati affettivi di piacere, anticipa l'importanza, successivamente riconosciuta, del ruolo del benessere nei processi regolatori dell'apparato psichico.

Per quanto si utilizzi la *percezione* come esempio di attività che può produrre sentimenti di sicurezza, va sottolineato (si dirà più avanti) che tutte le funzioni psicobiologiche ingenerano sentimenti di sicurezza allorché procedono armonicamente e senza intoppi.

I rapporti fra sentimenti di sicurezza e narcisismo vengono discussi e sviluppati oltre nel volume (vedi cap. 8).

Freud, in *Inibizione, sintomo e angoscia* (1925b) distingue l'esperienza traumatica da quella di pericolo: nella situazione traumatica l'Io è esposto, impotente, a quantità di eccitamento che non possono essere scaricate né in alcun modo controllate; la situazione di pericolo, invece, è quella in cui l'Io anticipa una situazione che non è in grado di padroneggiare, che cioè è potenzialmente traumatica. L'esperienza del trauma, cioè dell'impotenza, è la medesima, qualunque sia l'origine dell'eccitamento che non può essere controllato. Nel corso dello sviluppo vengono perfezionati metodi molto specializzati mediante i quali, dice ancora Freud, gli eccitamenti traumatici, la minaccia traumatica che è insita nella situazione di pericolo nonché lo stato affettivo di angoscia che l'accompagna possono essere evitati. La fonte dell'eccitamento potenzialmente traumatico può essere l'Es o gli stimoli provenienti dagli organi di senso; nella primissima fase indifferenziata¹ dello sviluppo, tuttavia,

1) Hoffer ha proposto che il termine "stato di differenziazione" possa descrivere in modo più appropriato questa fase precocissima piuttosto che quello di "stato indifferenziato".

il bambino non fa alcuna distinzione fra gli eccitamenti provenienti da fonti diverse.

Alcune delle tecniche che si sviluppano nell'Io per far fronte agli eccitamenti potenzialmente traumatici sono state studiate in modo dettagliato, in particolare i meccanismi di difesa; tutte le funzioni dell'Io di natura adattiva, incluse quelle della sfera libera da conflitti (Hartmann, 1939), tuttavia, possono considerarsi adibite al padroneggiamento degli eccitamenti. Vorrei, nell'ambito di questa discussione, esaminare in dettaglio una di tali funzioni, forse per certi aspetti la più importante, mediante la quale l'Io controlla e contiene l'eccitamento che potrebbe altrimenti essere traumatico: mi riferisco al processo della *percezione* che trasforma le sensazioni, prive di organizzazione, quali si originano dai diversi organi di senso, in percetti strutturati e organizzati. Lo sviluppo di una seppur primitiva capacità di percezione è una *conditio sine qua non* affinché sia possibile differenziare le situazioni di pericolo dall'esperienza del trauma.

Vorrei a questo punto riassumere molto concisamente la mia tesi ricordando che, lungi dall'essere il riflesso passivo nell'Io delle stimolazioni provenienti dagli organi di senso, l'atto della percezione è una vera e propria attività; si tratta cioè di un processo di padroneggiamento ad opera dell'Io mediante il quale l'Io tiene a bada gli eccitamenti, vale a dire i dati sensoriali non organizzati, e si protegge così dall'essere sopraffatto traumaticamente. L'efficace attività percettiva è uno strumento di integrazione e si accompagna a un ben preciso *sentimento di sicurezza*, la cui presenza ci è così abituale da divenire qualcosa di scontato, come uno sfondo alla nostra esperienza quotidiana; tale sentimento di sicurezza non consiste nella pura e semplice assenza di malessere o di angoscia ma possiede una ben precisa fisionomia affettiva nell'ambito dell'Io. Possiamo pensare che la maggior parte dei nostri comportamenti quotidiani ha la funzione di mantenere un minimo livello di sentimento di sicurezza; molta parte del comportamento normale e anche molte manifestazioni cliniche (come certi tipi di comportamento psicotico e le tossicomanie) diventano più comprensibili se le consideriamo come tentativi dell'Io per *preservare* tale livello di sicurezza.

Vorrei proporre, conseguentemente a tutto ciò, ma senza entrare in eccessivi particolari, la nozione di *principio di sicurezza* come principio che media lo sviluppo del principio di realtà a

partire dal principio di piacere.

Si ricorderà che Freud descrisse la sua concezione dell'apparato percettivo nello scritto Nota sul "*notes magico*" (1924b) dove egli distingue lo "scudo esterno che protegge dagli stimoli", la "superficie retrostante (il sistema P-C) che riceve gli stimoli" (p. 66), e i sistemi mnestici situati ancora più indietro, che registrano in modo permanente le tracce dell'eccitamento. In *Al di là del principio di piacere* (1920) Freud ipotizzò che la percezione non fosse di fatto un processo totalmente passivo e tornò su questa ipotesi negli scritti Nota sul "*notes magico*" e *La negazione* (1925a). È merito, in particolare, degli psicologi sperimentali l'aver raccolto in questi ultimi venti o trent'anni le prove che convalidano pienamente l'idea che la percezione è un processo attivo dell'Io, una componente della sua attività eminentemente integrativa. È chiaro che esiste un'enorme differenza qualitativa fra la stimolazione sensoriale in entrata che attraversa la barriera protettiva esterna e il percetto che noi formiamo attivamente per modificare e contenere l'eccitamento sensoriale. La percezione, inoltre, non è legata necessariamente agli stati di coscienza tanto che si può parlare di percezione preconsocia e inconsocia.

Sappiamo che l'atto di percezione costituisce un tentativo di aggiungere "significato" agli eccitamenti in arrivo, nei termini dell'esperienza passata e dell'attività futura. Sappiamo anche che i moti pulsionali e le idee che li accompagnano (la cosiddetta "fantasia inconsocia") possono modificare in modo sostanziale la forma e il contenuto delle nostre percezioni e che, nell'atto della percezione, segnali sgradevoli e minacciosi possono essere soppressi e aspetti incongruenti venire trascurati.

Possiamo pertanto concludere che non è solo una variazione nella quantità di investimento a modificare gli eccitamenti in entrata (come sostiene Freud nel suo scritto sulla *Negazione*) ma che esiste anche un *fattore di organizzazione qualitativa*, che agisce sui desideri pulsionali, sui ricordi passati e sulla massa di concetti e schemi organizzati formati nell'Io; esso costituisce un quadro di riferimento interno attraverso cui viene vagliato il mondo esterno, e che è essenziale a qualsivoglia atto di percezione. La sua formazione è un requisito necessario, per esempio, affinché sia possibile la distinzione fra "Sé" e "non-Sé". La caratteristica fondamentale del processo percettivo è per-

tanto la tendenza a organizzare e strutturare i dati in entrata, provenienti dagli organi di senso; da questo punto di vista l'Io si comporta, nei confronti degli stimoli in arrivo, esattamente allo stesso modo in cui interviene nel modificare i pensieri onirici latenti che trasforma in contenuto manifesto. *Esiste un "lavoro percettivo" come esiste un "lavoro onirico"*. Questo non ci deve meravigliare se teniamo presente che il bambino ha bisogno di mesi e di anni per arrivare a distinguere con molta fatica le varie fonti di eccitamento, in particolare l'eccitamento pulsionale e l'eccitamento proveniente dalla realtà esterna. Il fatto che da adulti la nostra attività percettiva si eserciti in modo tanto preciso sul mondo esterno (qui includo nel mondo esterno anche il corpo) mentre non siamo in grado di differenziare con altrettanta chiarezza le stimolazioni provenienti dall'Es, deriva dalla necessità evolutiva di abbandonare il principio di piacere a favore del principio di realtà, e di esercitare di conseguenza l'esame di realtà.

Quando parliamo di investimenti del mondo esterno o degli oggetti di quel mondo, vogliamo in realtà significare l'investimento di rappresentazioni all'interno dell'Io, rappresentazioni che sono state man mano costruite a partire da successive esperienze del mondo esterno; in tali esperienze tuttavia la rappresentazione della realtà è stata distorta dai limitati meccanismi intellettuali del bambino, dai suoi ricordi, dai suoi desideri e dalle sue difese. Man mano che il bambino matura ed è in grado di esercitare con successo l'esame di realtà, si può pensare che le sue percezioni rispecchino in modo sempre più accurato gli eventi reali.

Sappiamo, in particolare per merito del lavoro di Piaget, che la percezione che il bambino ha del proprio corpo e del mondo esterno è distorta non solo per l'interferenza dei suoi bisogni e delle sue fantasie, ma anche per l'interferenza del suo schema di riferimento sviluppatosi in modo inadeguato, uno schema di riferimento che trasforma le sensazioni in percezioni. Lo sviluppo delle capacità di percepire in maniera più differenziata e attendibile e lo sviluppo di un più accurato esame di realtà procedono in parallelo.

Possiamo dire che l'attività di integrazione sensoriale è coronata da successo quando l'Io riesce a controllare efficacemente e con sicurezza gli eccitamenti (parlo ora di eccitamenti di qual-

siasi origine, provenienti dall'Es o dal mondo esterno). Vorrei suggerire l'ipotesi che il successo nell'attività di integrazione sensoriale non provoca solo una riduzione dell'angoscia, ma concorre allo stabilirsi, all'interno dell'Io, di un sentimento di base, che si potrebbe definire come sentimento di essere in salvo o al sicuro. Si tratta, vorrei sottolinearlo, di un vero e proprio sentimento (non necessariamente cosciente) che sta all'angoscia come lo stato di sazietà e di soddisfazione fisica sta alla tensione pulsionale. Dal punto di vista genetico questo sentimento può considerarsi un derivato delle primissime esperienze di benessere e di soddisfazione; è un sentimento di benessere, una sorta di tono dell'Io. È qualcosa di più che non la semplice assenza di angoscia, è l'espressione, a mio avviso, di una caratteristica fondamentale dell'essere vivente che lo distingue dall'inanimato. È un sentimento che per la sua qualità possiamo contrapporre allo stato affettivo dell'angoscia, che ne è il polo opposto².

Il concetto di sentimento di sicurezza non è, a mio avviso, identico al concetto di sentimento dell'Io di Federn, anche se i concetti sono avvicinabili. Il sentimento di sicurezza non è a priori connesso con lo stabilirsi dei confini dell'Io o con la coscienza del Sé ma si sviluppa come parte integrante della primaria esperienza narcisistica e deve esistere, in forme rudimentali, dal momento delle primissime esperienze di soddisfacimento del bisogno. Successivamente, come è ovvio, accompagna e colora le varie attività e strutture dell'Io e i diversi contenuti psichici; come parliamo di segnali di angoscia possiamo anche parlare di sviluppo di segnali di sicurezza, che hanno relazione, per esempio, con la consapevolezza di essere protetti e difesi dalla presenza rassicurante della madre. Potrei paragonare il sentimento di base di cui sto parlando al livello di tono di un muscolo a riposo; è un sentimento assai diverso da sentimenti di atonia, di morte e di vuoto così come un muscolo sano è ben diverso da uno denervato.

Ho sottolineato l'aspetto positivo di questo sentimento e la sua esistenza come una sorta di costante sfondo affettivo a tutte le nostre esperienze. Esso viene mantenuto, in condizioni normali, mediante il controllo continuativo ed efficace ad opera dell'Io sulle quantità di eccitamento in arrivo, per quanto tale processo vada progressivamente automatizzandosi, si tratta pur sempre

3) Il dottor Martin James ha sostenuto che le tecniche della ricerca scientifica hanno la stessa funzione di ridurre il divario fra quanto ci si aspetta in base al modello teorico e l'esperienza di fatto.

2) Il rapporto fra sentimento di sicurezza e narcisismo è, ovviamente, di grande interesse ma non sono in grado di esaminarlo in questa sede.

di un processo di natura attiva. Durante il sonno stimoli disturbanti di qualsiasi origine possono essere tenuti sotto controllo dal lavoro onirico: adottando il nostro punto di vista possiamo considerare il sogno non soltanto il guardiano del sonno, ma anche un vero e proprio meccanismo percettivo che assicura il mantenimento di un certo livello di sentimento di sicurezza all'interno dell'Io.

In ogni momento noi rispondiamo, in modo scorrevole e ben integrato, alla somma di stimoli che ci raggiungono da ogni parte, per esempio dai propriocettori che ci forniscono informazioni inconsece o preconsece sulla nostra postura. Questi eccitamenti in arrivo vengono tutti organizzati e tenuti sotto controllo e in genere ne acquistiamo consapevolezza solamente quando i dati sensoriali non corrispondono alle nostre esperienze e alle nostre aspettative come, per esempio, quando al buio mettiamo il piede in una buca. In tale circostanza facciamo esperienza di un trauma momentaneo e di una riduzione di livello nel sentimento di sicurezza. In condizioni normali, tuttavia, l'esperienza dei nostri sensi è in armonia con quanto prevediamo in base al nostro modello mentale del mondo esterno, ai nostri schemi o quadri di riferimento psichici, sicché la nostra esperienza coincide con le nostre aspettative³.

I traumi, il pericolo e l'angoscia, di qualsiasi origine, possono quindi ridurre il livello di sicurezza. Sembrerebbe che l'Io, prendendo appropriate contromisure che riducono l'angoscia, innalzi anche il livello del sentimento di sicurezza. Giungiamo così a un'importante conclusione teorica che, a mio avviso, è pienamente avvalorata dall'esperienza: oltre a mettere direttamente in atto la propria attività difensiva allo scopo di ridurre l'angoscia, l'Io cercherà di controbalanciare, per così dire, l'angoscia stessa innalzando il livello di sicurezza mediante tutte le tecniche a sua disposizione. È possibile che il modo più conveniente per aumentare il sentimento di sicurezza consista nel controllo e nella modificazione dell'attività percettiva: vorrei esemplificare come ciò avviene.

La classificazione di queste tecniche di controllo della percezione è un tema affascinante di per sé stesso; mi limiterò qui a citare i metodi di modificazione delle percezioni che rientrano verosimilmente nelle due seguenti fondamentali categorie, anche se è ovviamente possibile classificarli in molti altri modi:

metodi che comportano una modificazione dei processi percettivi *all'interno* dell'Io (cioè una modificazione degli eccitamenti che vanno oltre la barriera protettiva esterna) e metodi che comportano una deliberata manipolazione comportamentale del mondo esterno tale per cui gli organi di senso ricevano stimolazioni diverse e alterate.

Nella prima conferenza in onore di Ernest Jones, E.D. Adrian fece un'osservazione, che è forse pertinente al nostro discorso, a proposito del possibile errore di distinguere, come è abituale, fra comportamento motorio ed esperienza sensoriale. Egli fa l'ipotesi che un qualsiasi impulso a una determinata unità di comportamento corrisponda a una particolare attività nervosa cerebrale che si cancella quando dall'apparato motorio giunge al cervello la serie *appropriata* di segnali. L'atto motorio viene controllato dalla corrispondenza fra le sensazioni in arrivo e il modello dell'alterazione neuronale che ha stimolato il comportamento. Possiamo tradurre questo in termini psicologici dicendo che, quando la percezione dell'attività motoria corrisponde alla rappresentazione investita dalle pulsioni, si verifica una conseguente riduzione della tensione. In questo modo la più semplice esecuzione di una appropriata attività motoria può di per sé stessa rinforzare il sentimento di sicurezza per il solo fatto che è appropriata, cioè l'eccitamento in arrivo viene efficacemente elaborato in modo inconscio o preconciso. Si può qui notare, incidentalmente, che la paura della perdita del controllo motorio e il sentimento di essere sopraffatti, senza possibilità di scampo, dagli stimoli sono più simili di quanto possa apparire a prima vista.

Non intendo considerare in dettaglio i molteplici modi con cui l'Io controlla la percezione e rinforza il sentimento di sicurezza. Essi vanno dai semplici aggiustamenti sensoriali e motori ai meccanismi descritti esaurientemente da Anna Freud nell'opera *L'Io e i meccanismi di difesa* (1936), quali ad esempio il diniego e il restringimento dell'Io. Rimando quindi all'articolo di Anna Freud, presentato al Congresso di Amsterdam, *Notes on a Connection between the States of Negativism and of Emotional Surrender (Hörigkeit)* (1952), in cui essa considera alcune forme di negativismo come difese contro la minaccia di identificazione primaria con l'oggetto d'amore, "un movimento regressivo che comporta una minaccia all'integrità dell'Io (...) L'individuo

teme questa regressione come se comportasse la dissoluzione della personalità, la perdita della salute psichica e se ne difende con il completo rifiuto di tutti gli oggetti (negativismo)". Si tratta, evidentemente, di una forma di difesa mediante il controllo della percezione, nel senso in cui ce ne stiamo occupando nel presente scritto; possiamo intendere la "minaccia all'integrità dell'Io" come una diminuzione del sentimento di sicurezza, e come il vissuto d'angoscia conseguente al pericolo di essere sovrappiatti in modo traumatico.

Un'altra tecnica, a disposizione dell'Io, per innalzare il livello del sentimento di sicurezza è il *sovrainvestimento* di determinate fonti di stimolazione, che produce percezioni sicure. Ricontriamo tale sovrainvestimento in molti comportamenti che chiamiamo regressivi, in alcuni fenomeni normali quali gli oggetti transizionali e i portafortuna, e in modo particolarmente evidente in certe manifestazioni psicotiche. Mi riferisco alle bizzarrie di postura e alle stereotipie di movimento che si riscontrano in certe forme di schizofrenia, cui possiamo forse aggiungere fenomeni quali l'ecolalia e l'ecoprassia. Questi sintomi si possono, almeno in parte, intendere come tentativi di elevare il livello del sentimento di sicurezza stabilendo all'interno del frammentato Io psicotico una fonte sicura di percezioni stabili, consistente in rappresentazioni integre di oggetti, di cose o di movimenti. L'aumento di livello del sentimento di sicurezza si produce mediante il sovrainvestimento di poche ma sicure percezioni residue. Recenti osservazioni suggeriscono che il deficit schizofrenico comprende grossolani disturbi della percezione immediata. Vorrei avanzare l'ipotesi che gran parte del comportamento schizofrenico più bizzarro e regressivo riesca comprensibile se consideriamo che si tratta di un disperato tentativo di trovare un "isola" di sicurezza percettiva. Coloro che hanno familiarità con il modo in cui i bambini psicotici s'aggrappano agli oggetti in loro possesso, oppure si nascondono negli angoli o sotto le coperte, o eseguono movimenti stereotipati, saranno stati certamente impressionati dal panico che assale questi bambini quando si interferisce indebitamente con la loro ricerca di percezioni sicure (impedendo, per esempio, con la forza che un bambino esegua un movimento ripetitivo).

In certi catatonici l'unica fonte di sicurezza può essere la costanza percettiva raggiunta mediante la completa immobilità. A

questo proposito vorrei ricordare l'eccellente lavoro di Freeman e colleghi di Glasgow sui disturbi dell'Io negli schizofrenici cronici e in particolare un recente articolo di Chapman, Freeman e McGhie (1959): essi riportano alcune risposte e osservazioni di un paziente che aveva sofferto di disturbi catatonici. Il paziente descrive, con vividi particolari, i tremendi sforzi esercitati per conservare fonti sicure di percezione. Cito direttamente: "Sembrava che egli fosse in grado di muoversi solo dopo aver fatto consciamente mente locale a una serie di immagini mentali del proprio corpo" e gli autori così proseguono: "L'esecuzione di qualsiasi movimento che avvenisse senza concentrare in questo modo l'attenzione sull'atto motorio, suscitava nel paziente intensa paura." Altri autori hanno descritto reazioni simili in pazienti catatonici; sembrerebbe pertanto plausibile concludere che il deficit essenziale dell'Io, in questi pazienti, consista in un'alterazione della capacità di organizzare in percelli l'esperienza sensoriale in modo efficiente e automatico.

Vorrei a questo punto brevemente e come ipotesi suggerire che in tutto ciò è possibile riconoscere l'intervento di quello che si potrebbe chiamare un *principio di sicurezza*. Con questo termine vogliamo semplicemente evidenziare il fatto che l'Io compie ogni sforzo per mantenere un minimo livello di sentimento di sicurezza, di tono dell'Io, come l'ho chiamato, mediante lo sviluppo e il controllo dei suoi processi integrativi, fra cui il più importante è la percezione. Si potrebbe arrivare a dire che in questo senso la percezione è al servizio del principio di sicurezza. Oggetti familiari e costanti dell'ambiente del bambino possono quindi essere carichi di uno speciale valore affettivo in quanto sono più facilmente percepiti: nel linguaggio corrente diciamo che sono noti, riconoscibili o abituali per il bambino. La presenza costante di oggetti familiari rende più facile al bambino mantenere il livello minimo di sentimento di sicurezza. Tale processo non è necessariamente identico all'investimento libidico degli oggetti in quanto fonte di gratificazione pulsionale, anche se spesso non è facile distinguere in pratica un fenomeno dall'altro. I moti pulsionali rimarranno sempre i motivatori più importanti del comportamento: anche se ho descritto una piccola parte del cavaliere, per usare l'analogia di Freud, non voglio con questo dire che il cavallo non esista.