

PLINIO KOUZNETZ MONTAGNA*

Psicoanalisi e il concetto di resilienza

TRADUZIONE DI IARA MORATA MARTINES E RENATO DAVI

Abstract. L'autore risale all'origine del termine resilienza e alla sua appropriazione da parte di molte aree della conoscenza, considerando che esso dà risalto a una focalizzazione sulla sanità, non centrata sulla patologia. Ciò è in linea con la psicoanalisi che è rivolta alla crescita e allo sviluppo umani. Il suo uso in psicoanalisi avviene nella considerazione dei processi sia intrapsichici che interpersonali. È importante la distinzione tra resilienza e pseudo-resilienza. L'autore esamina l'analista come il così definito "tutor di resilienza"; riflette su aspetti del trauma e del lutto, anche attraverso brevi illustrazioni cliniche.

Parole chiave: Resilienza, Lutto, Trauma, Capacità dell'Io, Tutor di resilienza

Psychoanalysis and the concept of resilience

Abstract. The author traces the origin of the term resilience and its appropriation by several areas of knowledge, commenting that it brings to the medical literature a focus on health, and not centered on pathology. This is in line with psychoanalysis, which targets human growth and development. Its use by the latter occurs with consideration of both intrapsychic and interpersonal processes. The distinction between resilience and pseudo-resilience is relevant. He observes the analyst as the so-called resilience tutor, discusses aspects of trauma and grief and presents brief clinical illustrations.

Key Words: Resilience, Mourning, Trauma, Egoic capacity, Resilience Tutor

* Già Docente di Psichiatria presso l'Università di San Paolo, Psicoanalista Didatta e Supervisore, Past-President della Società Psicoanalitica Brasiliana di San Paolo, Past-President della Federazione Brasiliana di Psicoanalisi.

Gli Argonauti

*The forces of fate that bear down on man and threaten
to break him also have the capacity to ennoble him.*
Frankl, 1984/1963¹

I

Il termine resilienza nacque in fisica, campo in cui rimase confinato fino a che le scienze sociali se ne appropriarono, lo fecero diventare una metafora e lo estesero ad altre aree del sapere. Oggi occupa un posto in campi come ecologia, biologia, agronomia, organizzazioni, ecc. Per la fisica, resilienza è la capacità di un materiale di tornare al suo stato normale dopo esser stato sottoposto ad una tensione deformante. La gomma è un materiale resiliente per eccellenza. Lo scienziato inglese Thomas Young è stato un pioniere, nel 1807, nella ricerca sulla relazione tra tensione e deformazione di barre metalliche (Timoshebo, 1983).²

Applicata all'ingegneria, resilienza si riferisce all'energia di massima deformazione che un materiale può subire, in una determinata sollecitazione, potendo ritornare allo stato precedente senza deformazioni permanenti (Silva Jr., 1972). Tuttavia, già nel 1893 l'Oxford Dictionnaire riportava il termine in senso figurato («*the resilience and elasticity of spirit that I had even ten years ago...*»)³.

Freud indicò la *plasticità* e l'elasticità mentale come elementi legati al buon funzionamento mentale. Anche se non veniva considerato il termine resilienza, il concetto era già nell'orizzonte della psicoanalisi ai suoi albori.

Egli utilizzò altri termini provenienti dalla fisica e da altre aree del sapere (come impulso, resistenza e il modello idraulico per il funzionamento mentale). Per esempio, la terminologia relativa al Super-io prende ispirazione dal diritto (Montagna, 2015). Ciò nonostante, il termine resilienza non si trova nella sua opera.

In "Analisi terminabile e interminabile" Freud fa riferimento ai casi che presentano una certa *inerzia psichica, una perdita di plasticità e di capacità di cambiamento e ulteriore sviluppo*, inclusi casi di persone molto anziane. Per esse, aggiunge «i processi mentali e la distribuzione delle forze sono immutabili, fissi e rigidi». (Freud, 1937/1975b, p.258). L'area della salute si appropriò del termine, all'inizio connettendolo alla non vulnerabilità e

¹ «Le forze del destino che gravano sull'uomo e minacciano di spezzarlo, hanno anche la facoltà di nobilitarlo.» (Traduzione a cura della redazione).

² Note bibliografiche, citazioni e opere citate in bibliografia corrispondono a quelle usate nel testo originale dell'autore. (N. d. R.)

³ «La resilienza ed elasticità dello spirito che io avevo anche dieci anni fa...». (N. d. R.)

all'affrontare situazioni traumatiche ed esperienze di pericolo, quali abbandono, violenza sessuale, morte o disturbo mentale dei genitori, guerra, ecc. L'impatto di un trauma psicologico può seguire differenti vie psicopatologiche: *ritiro fobico dalle situazioni della vita quotidiana, ruminazioni masochistiche e vittimizzazione, rabbia cronica, desiderio di vendetta, flashback, incubi ed altri sintomi da stress post-traumatico. Ma quando la risposta è resiliente, sfocia in sviluppo (crescita) mentale* (Aktor,2013). Sono in gioco intensità e natura dell'impatto *versus* forza dell'Io e meccanismi di difesa utilizzati.

Successivamente, anche qualora l'individuo sia stato fortemente scioccato dalla situazione traumatizzante, si preferì cercare i fattori di protezione che aiutano nel recupero del benessere e nella evoluzione dopo l'esperienza, piuttosto che la vulnerabilità. A partire da quella situazione, si tratta di recuperare una condizione di benessere e di evoluzione.

In seguito, l'uso del termine si ampliò e dalle situazioni traumatiche si estese alle avversità della vita in generale. Con un significato più ampio, *resilienza* venne ad indicare la capacità dell'organismo di gestire in modo soddisfacente le sfide che incontra nell'affrontare avversità o attacchi. Esso implica "il sostenere lo scontro" e il superamento a favore della preservazione della vita o della specie stessa.

Quando le ricerche si spostarono dall'invulnerabilità allo studio dei fattori individuali o psicosociali che favoriscono la risposta resiliente, autori come Cyrulnik (2002), considerato il padre della resilienza, la intesero come un *processo* di costruzione dinamica e permanente. Cyrulnik indicò che per la sua strutturazione era necessaria l'esistenza di ciò che lui ha chiamato *tutore di resilienza*.

Cyrulnik osserva la «resilienza come processo, un insieme di fenomeni armonizzati in un contesto affettivo, sociale e culturale. La resilienza è l'arte di navigare nelle correnti impetuose». (Cyrulnik, 2002). Il processo psicoanalitico promuove la resilienza, come abbiamo proposto nel lavoro del nostro gruppo di studio presentato al Congresso della *International Psychoanalytical Association* nel 2005 (Montagna,2005). Il carattere essenziale di processo della resilienza e della psicoanalisi si intrecciano.

Anche Yates, Egeland e Sroufe (2003) considerano la resilienza un processo continuo di acquisizione di risorse che permettono all'individuo di negoziare nei problemi attuali in modo adattivo e gli offrono una base affinché si riprenda.

In una ricerca del 1982 alle Haway, Werner e Smith monitorarono 505 individui, dal periodo prenatale per 32 anni, cercando di identificare nel gruppo, i cui componenti vivevano in condizioni avverse (povertà, ecc.), coloro che si adattavano positivamente e quali fattori avessero influito su

tale risposta. Le autrici osservarono che nei casi positivi «*c'era sempre un appoggio incondizionato di una figura significativa con un'influenza importante nella loro vita*»

La resilienza ha portato la letteratura medica a *focalizzarsi sulla salute*, modificando il modello tradizionale centrato invece sulla patologia. Il vertice di osservazione diventò il superamento del trauma e l'individuazione delle risorse, potenziali o attuali, che lo favoriscono.

Si passò così ad identificare le risorse, innate o sviluppatasi nella relazione con l'ambiente, produttrici di salute intesa come benessere bio-psicosociale, nel modello della O.M.S. Non è sufficiente l'assenza di malattia e si fa riferimento ad una condizione dinamica.

Questo si concilia con la psicoanalisi, i cui processi teorici e tecnici hanno come obbiettivo, da sempre, la crescita e lo sviluppo umano, non limitandosi al lavoro sulla patologia. La capacità di sublimare, l'utilizzo di meccanismi di difesa salutari, il rinforzo dell'Io, la capacità di mentalizzazione, di simbolizzazione, l'ampliamento della capacità di pensiero, sono prospettive teleologiche dell'atto analitico. La maturazione del potenziale individuale è sempre l'obbiettivo nel processo psicoanalitico. Ossia, la resilienza si trova, in un'altra ottica, nel nucleo del pensiero psicoanalitico, il cui modello fa riferimento al mondo intrapsichico.

Alcuni psicoanalisti hanno criticato i lavori iniziali sulla resilienza perché privilegiavano il *comportamento* ed elementi esterni allo psichismo anziché quelli intrapsichici (Cyrulnik, 2006). Un'altra critica era rivolta all'ideologia adattativa di alcuni lavori.

Nel 1993 uno psicoanalista di Boston, George Vaillant, correlò la maturità dei *meccanismi di difesa* utilizzati da un individuo al successo dello sviluppo di un adulto. Entra in campo la prospettiva intrapsichica. Vaillant analizza come l'intrapsichico può influenzare la possibilità di utilizzare l'ambiente esterno e ne descrive quattro processi: la capacità di interiorizzare il supporto sociale ricevuto precedentemente; la maturità sociale, rappresentata dalla capacità di considerare la relatività delle situazioni; l'adozione di un punto di vista storico e la tolleranza ai paradossi; la speranza che si incontrerà l'amore in futuro.

Nella sua tesi di dottorato in California, Jennifer Guittard (1996) esplorò la resilienza e la pseudo resilienza, dimostrando che «i comportamenti resilienti hanno la loro contropartita intrapsichica» differente dai falsi resilienti. I due concetti (resilienza e pseudo resilienza) si applicano a persone che «si comportano in modo competente» e nonostante abbiano vissuto situazioni traumatiche, ma nella vera resilienza il funzionamento psichico rivela flessibilità, integrazione e maturità, mentre la falsa manifesta una organizzazione rigida della personalità.

Gli Argonauti

L'autrice evidenzia le seguenti caratteristiche per i resilienti:

- capacità di entrare in relazione intima sessuale e sociale; uso flessibile delle difese e accesso a difese mature (altruismo, umorismo, repressione, anticipazione e sublimazione);
- gestione del conflitto interno a livello simbolico verbale;
- capacità di tollerare ed integrare una vasta gamma di affetti;
- elevato livello di tolleranza alla frustrazione e di trovarsi a proprio agio con le necessità della dipendenza.

E per gli pseudo resilienti:

- la dissociazione è il processo psichico dominante;
- sintomi somatici e disturbi fisici occupano un ruolo importante essendo il corpo utilizzato come sostituto dei processi psichici superiori;
- l'esistenza di una relazione paradossale verso l'aggressività: gli pseudo resilienti devono usare in forma costruttiva l'aggressività nelle situazioni socioprofessionali, mentre l'aggressività costituisce una minaccia significativa per il proprio equilibrio psichico.

I parametri della Guittard sono evidentemente legati all'universo psicoanalitico. Proseguendo nello scenario intra e interpsichico (il campo della psicoanalisi), la questione del mero adattamento all'ambiente è stato superato. Ossia, i parametri si riferiscono al mondo intrapsichico, andando perciò oltre il livello comportamentale adattivo.

Altre tre caratteristiche sono evidenti nella resilienza: l'accettazione non passiva della realtà, il credere nel valore e nel significato della vita e l'abilità ad improvvisare. Questa ultima si avvicina a ciò che l'antropologo francese Claude Levi-Strauss definisce abilità di *bricolage*, che è una capacità inventiva, una capacità di improvvisare una soluzione ad un problema senza avere gli strumenti appropriati. I *bricoleurs* manipolano continuamente le cose in forma ludica.

Inventiva e creatività sono elementi di un processo che trascende l'adattamento. In esse c'è una riconfigurazione di sé stessi, una modificazione dell'atteggiamento di fronte all'avversità. La creatività introduce un elemento ludico che permette un distanziamento dal reale. Inoltre, manifesta un Sé attivo sovrapponendosi alla eventuale passività patita durante il trauma. È esemplare l'*insight* di Freud (1937/1975b) di fronte al curioso gioco realizzato da suo nipote di un anno e mezzo che gettava lontano un rocchetto, ma lo teneva con una cordicella e tirandolo in seguito a sé, accompagnava il movimento pronunciando le parole *fort* (via) e *da* (qui). Il gioco, frutto della sua esperienza emozionale per l'assenza della madre, venne conosciuto come il "gioco del rocchetto" e mostra un comportamento attivo del bambino per gestire l'angoscia provocata dall'ambiente. Trasformare il segno in simbolo

non si riferisce al semplice adattamento, ma anche ad una trasformazione. È un atteggiamento di superamento del conflitto⁴

II

Cyrulnik (2004) afferma che la risposta resiliente contiene:

- legame
- senso
- punto di flessione (momento assiale)

Perché ci sia resilienza, si deve avere un *vincolo* significativo preliminare, un oggetto buono interiorizzato per l'esistenza di un oggetto buono reale. Dopo il trauma o l'avversità, c'è la necessità di un *tutor* di resilienza. Ciò dipende non solamente dall'evento esterno, ma dalla interpretazione che si dà all'evento. Il *significato* che si dà a un evento è importante tanto quanto l'evento stesso. Già il *punto di flessione*, o momento assiale, è un imponderabile momento di svolta, in cui l'individuo modifica il suo stato passivo di fronte ad un evento e passa attivamente ad assumere il comando del suo destino. È il movimento nel quale l'Io prende il controllo del suo destino nel contesto dell'avversità, in linea con quanto descritto nel gioco del rochetto sopra menzionato.

Ludwig von Beethoven, percependo l'aggravamento della sua sordità, scrisse un testamento in cui esprimeva la voglia di morire e che nulla aveva più senso, poiché non poteva sentire né il cinguettio degli uccelli, né il rumore del vento tra le foglie, né la musica, i beni più preziosi per lui e senza questo non valeva la pena di vivere. Si ritirò in solitudine e, dopo un certo tempo, si ripresentò con la composizione della *Sinfonia n.3, L'eroica*. Fu un punto misterioso di svolta, che cambiò completamente e per sempre il suo destino (Pearsall, 2003). Il momento assiale, quindi, rappresenta un momento critico, nel quale avviene un tipo di cambiamento psichico, con la coscienza di potere ed avere una scelta personale di fronte a qualcosa. Il soggetto si riconfigura internamente; disperazione, depressione e immobilismo cedono il passo al nuovo, alla lotta. Si tratta di un cambiamento resiliente.

Considerando la resilienza in senso lato, Grotberg (2002, p.20) la descrive come «la capacità umana di affrontare, superare, essere rafforzato o trasformato da esperienze avverse». Mentre per Rozenfeld (2012) la resilienza manifesta un processo psichico che ci rivela una singolare modalità di affrontare

⁴ Possiamo comparare questo uso della cordicella con l'esempio che Winnicott fa di un bimbo ossessionato dalla cordicella che utilizzava legando il tavolo alla sedia, il cuscino al camino, tavoli, sedie o ciò che incontrava, fino a legare il collo della sorella minore, e che sarà interpretato dall'autore come il risultato di una esperienza traumatica di separazione dalla madre (Winnicott, 1971).

le avversità, prodotto di un atteggiamento soggettivo dell'individuo di fronte al trauma subito (p. 23). La resilienza si situa ad un livello processuale tra l'interno e l'esterno, secondo Gutton (2006), in sintonia con la psicoanalisi.

L'individuo è stato di fatto colpito, modificato, da un trauma o da un'avversità, una condizione stressante; si piega ma non soffre un vero e proprio *breakdown*, modifica la situazione e la supera. Nella nostra esperienza clinica, può anche avvenire un *breakdown*, ma la trasformazione avviene con una *restitutio ad integrum* e l'esperienza produce apprendimento e cambiamento con maturazione e sviluppo emozionale.

È questa la forma antinomica, la condizione di ossimoro⁵, che porta Cyrulnik a parlare di una meravigliosa disavventura (*un merveilleux malheur*) (Cyrulnik, 2002). I termini antinomici si associano – secondo lui – opponendosi come due travi del tetto, che si sostengono poiché posizionate una opposta all'altra.

Qui si iscrive la frase di Viktor Frankl (1984/1963), presentata nella nostra epigrafe: «le forze del destino che minacciano di spezzare un individuo possono anche fargli acquisire una abilità»⁶. Assume esattamente questo senso la nota questione di Bion su «*come rendere proficuo un cattivo evento*» che, per Grotstein (2007, p.128-129), trae origine dalle esperienze traumatiche della vita dello stesso Bion. Grotstein afferma che Bion deve aver sofferto di stress post-traumatico, e lo vede «che tenta di sperimentare la speranza sull'ombra minacciosa del terrore e cerca di fare uso della propria angoscia sublimata utilizzandola come strumento analitico». (p.129).

Questo ci riporta al suo concetto di *cambiamento catastrofico* (Bion, 1967), che mette in evidenza una turbolenza emozionale legata ad un processo di cambiamento sentito come catastrofico. Si tratta di un cambiamento che minaccia lo psichismo, una valutazione che la persona fa di sé stessa, che «oltraggia il suo sistema morale» (Armstrong, 1992). Il concetto è collegato, nella pratica, con il momento assiale degli studi sulla resilienza, considerando la questione in un'ottica profonda del funzionamento intrapsichico.

Le crisi sono, molte volte, l'unico accesso per la comprensione della realtà psichica, e questo concetto di Bion «formalizza una conoscenza antica» (Ahumada, 1989). La parola catastrofe, in Bion, appare con il suo significato

⁵ L'ossimoro è una figura retorica che unisce due contrari, come "silenzio eloquente", "dolore attraente", ecc. Allude al concetto di diniego o di scissione di Freud. Appartiene alla logica dell'inconscio, dove i contrari coesistono. Zukerfeld e Zukerfeld (2006, p.25) scrivono: "la ricchezza di questa figura retorica sta nel fatto che ha un uso abituale nella poesia, e allude ad una condizione strutturale umana, implicita a come consideriamo la scissione, non solo come un meccanismo, ma anche una condizione dell'essere umano. Vuol dire che siamo tutti feticisti e poeti"

⁶ Libera traduzione dell'autore

primitivo di cambiamento evolutivo, così come fattore di disastro. Perché avvenga un cambiamento catastrofico, è necessaria l'uso della capacità negativa che è la forza necessaria per tollerare la turbolenza emozionale del non sapere, delle incertezze⁷.

Ricordiamoci che nel suo impiego iniziale, nel teatro greco, la catastrofe veniva dopo la *peripateia*, che è il momento della svolta nel dramma tragico classico e «*si riferisce essenzialmente ad un cambiamento totale della visione, come quando gli abitanti della caverna in Platone erano trascinati fuori alla luce del sole. La luce è così forte da accecare e disorientare*». L'individuo lo sente come “*la morte*” di uno stato mentale esistente, ma, invece, è la verità che alimenta la mente e ne promuove il suo sviluppo (Williams, 2010, p.44).

L'esperienza mostra che affrontare le situazioni crea nell'individuo un incremento di empatia, altruismo, compassione per gli altri, e anche interesse a conoscere di più di sé stesso, degli altri e del mondo (Grotberg, 2002). O, come sostiene Bion, modifica l'orientamento dell'individuo dal narcisismo al socialismo (Bion, 1971). Avviene una maturazione dell'Io, una ristrutturazione della personalità.

In questo senso, nella resilienza avviene la creazione di un circolo virtuoso, visto che per la sua esistenza è necessario mobilitare risorse che, una volta messe in azione nel comportamento resiliente, stimolano elementi che favoriscono la resilienza. Il processo è dinamico. Le situazioni modificano e richiedono ogni volta risposte nuove. Avviene una congiunzione tra fattori di rischio e di superamento dell'avversità.

III

In una prospettiva psicoanalitica, la resilienza può essere correlata alla capacità dell'Io, in questo caso, *capacità di metabolizzare il trauma psicologico*.

L'analista sarà il tutor di resilienza per eccellenza, la cui funzione primaria è offrire *contenimento* alle angosce del paziente attraverso la sua *rêverie*, che ripropone la capacità materna di sognare, trasformare, metabolizzare le produzioni psichiche del neonato, rendendogliene utilizzabili (Bion, 1970). Il suo apparato di produrre i pensieri è prestato al paziente, affinché trasformi i suoi elementi beta in elementi alfa, verso un auto-contenimento. In un certo modo, a volte, presta il suo Io al paziente.

Il contenimento dell'analista, del suo repertorio onirico, disintossica, favorendo la risignificazione di una narrativa viziata, normalmente lineare.

⁷ Per Meltzer, cambiamento catastrofico e trasformazione in O sono la stessa cosa, si tratta solo di una terminologia differente (1978, vol. III, p. 87).

Questa risignificazione produce un senso (o un nuovo senso) di fronte al caos, costituendo un importante vettore di resilienza.

La forza dell'Io e la creatività derivano dalla possibilità di stabilire legami tra gli elementi interni, relazioni tra gli oggetti interni tramite nuovi elementi introiettati e la capacità amorevole di questi oggetti in combinazione.

Come la funzione metabolizzante della mente della madre, contenendo e restituendo le ansie di annichilimento del neonato, in modo da rendere possibile la ristrutturazione dello spazio psichico interno, l'analista si confronta con la scarica di elementi beta, in eventuale relazione con situazioni traumatiche, e offre spazio di accoglienza per le identificazioni proiettive del paziente.

Secondo Meltzer e Williams (1994), «lo sviluppo che si verifica durante un ciclo di vita tenta di ricostruire ciò che è stato spezzato perché non è stato sostenuto dal fragile Io infantile». (p.25). Questo ruolo di ricostruzione è fondamentale in qualunque analisi, avendo come funzione principale lo sviluppo della resilienza. Ogden (1995), con il quale concordo, enfatizza che la misura più importante del processo analitico è la vitalità del vincolo analitico, che renderà possibile l'elaborazione di introiezione e proiezione, di manifestazioni esplosive eventualmente psicotiche, ecc.

Symington (1983) sottolinea l'importanza della "realtà" dell'analista, della sua spontaneità e libertà, e la necessità di non lasciarsi stritolare dalle «caricature della neutralità analitica». L'evoluzione dell'intimità non intrusiva con l'analista favorisce l'ampliamento dell'intimità del soggetto con sé stesso, permettendo il contatto con risorse personali da utilizzare nella vita. L'interazione delle emozioni nel rapporto transfert-controtransfert necessita della presenza viva, reale, dell'analista, incluse le sue proprie vulnerabilità.

Caratteristica del vissuto traumatico è la sensazione di solitudine, sensazione angosciante di non potersi sentire sostenuto nemmeno da sé stesso. Se il paziente può "sentirsi con", nella relazione analitica, e sentirsi "compreso", rispecchiato nel suo mondo interno, questo lo aiuta nella trasformazione di questa condizione. Esistere nel mondo interno dell'altro, essere riconosciuto, è elemento centrale nella funzione di tutoraggio della resilienza.

Per alcuni pazienti con funzionamento mentale meno integrato, a volte è più importante il fatto di essere compreso piuttosto che il contenuto della comprensione che l'analista offre, è più importante il sentirsi compreso in sé (Steiner,1992). Sottoscrivo anche il concetto di Meltzer secondo il quale è più importante nutrire i germogli del pensiero che strapparne le erbe infestanti (in Nemas, 2008).

Lo sviluppo mentale è generato dall'introiezione di un oggetto buono, ma non esclude la presenza di frustrazioni e vuoti, come già proponevano Freud

in *Precisazione sui due principi dell'accadere psichico* (1911/1975c), Bion (1970) con la capacità negativa, Dolto (1984/2001) con la castrazione simbolizzata.

IV

Winnicott indicava come base per il lavoro analitico la capacità di credere (coscientemente o inconsciamente) nella possibilità di ottenere aiuto e di confidare in chi lo offre (1968/1989, p.299), anche per le persone che avevano sofferto carenze e malattie psicosomatiche (Adams,2007, p.331). Questo è fondamentale nell'analisi e nello sviluppo delle condizioni resilienti.

Gutton (2006, p. 237) in un interessante studio, ricorda lavori in cui si indica che «tra il pensiero di una cosa che esiste e l'esistenza di quella cosa c'è un mondo che non è quello della rappresentazione bensì un *link* che si chiama fede», che è un atto di pensiero sul quale si costruisce il sentimento di esistere. La funzione analitica è facilitata se l'analista è investito di fiducia, se è oggetto di fede da parte del paziente, che è differente dalla idealizzazione. Uno sciamano indigeno, descrittoci da Levi-Strauss (1949/1973), per esercitare effettivamente il suo ruolo, deve essere oggetto di fede da parte della comunità a cui appartiene.

La fede implica legame tra sé e un altro. È un movimento nella direzione inversa alla solitudine che si instaura nella condizione traumatica. Il primo prodotto di una relazione significativa e di intimità, come la situazione analitica, è disporsi all'opposto della solitudine del trauma. La percezione che il paziente ha dell'analista è plasmata dalla situazione transferale, ma questa non la esaurisce, ossia, la persona reale dell'analista sarà inevitabilmente presente nella relazione (Montagna, 2001).

L'aspetto rilevante di un'analisi è la stabilità del *setting*, che conferisce una esperienza positiva, nel caso la persona abbia avuto una base insicura. Cyrulnik (2004), in *Os patinhos feios* (I brutti anatroccoli), insiste che gli individui meno resilienti hanno avuto una base di *attaccamento* più insicura, secondo la concezione di Bowlby, di quelli più resilienti.

Un reale coinvolgimento nel processo analitico, come qualcosa di significativo per sé, è anche un fattore importante. Inoltre, il coinvolgimento in attività di gruppo, in un inserimento solidale, è un altro fattore positivo che si incontra frequentemente negli individui resilienti. Altro importante fattore resiliente, che normalmente si manifesta subito al primo colloquio, è la capacità a indurre la volontà di aiutarlo⁸. È una attitudine significativa, accompagnata dalla capacità di usufruire di una interpretazione. Altro fattore che si presenta spesso in analisi, negli individui resilienti, è lo *humor*.

⁸ Vedi la prima illustrazione clinica

Gli Argonauti

In genere si tratta di trovare un senso nelle situazioni di caos, o meglio liberarsi di determinate narrazioni e costruirne di alternative.

Vorrei considerare le correlazioni tra *lutto* e resilienza che implicano questioni rilevanti per la pratica analitica. Freud, in *Lutto e melanconia*, insegna che entrambe sono risposte alla perdita e implicano «grave ritiro dal normale comportamento quotidiano» (1914/1975d, p. 243). Ogden, nella sua ingegnosa rilettura del saggio, sottolinea l'idea di Freud dell'esistenza di una ambivalenza, lo scontro tra il desiderio di continuare a vivere e quello di incontrarsi con il morto. «Odio e amore competono tra loro (nella melanconia), il primo cerca di separare la libido dall'oggetto (permettendo così all'oggetto di morire), l'altro tenta di mantenere la posizione della propria libido (che è legata alla versione interna immortale dell'oggetto)». (2012, p.256). Egli argomenta che ciò porta con sé l'idea che le relazioni d'oggetto interne inconse possono «avere tanto un attributo di vita e vitalizzante quanto di morte e mortifero» (2012, p.58), *o la loro combinazione*. Segnala inoltre il pionierismo di Winnicott (1971) e Green (1988) nel trattare con la vitalità e la devitalizzazione del mondo interno dell'analista e riferisce ancora una volta l'estrema importanza della vitalità nella relazione analitica per valutarne il processo in ogni momento. *Aggiunge:*

Il mondo solipsista di uno psicoanalista teorico, che non è saldamente ancorato alla realtà della sua esperienza viva con i suoi pazienti, assomiglia molto a quello del malinconico, auto imprigionato, che sopravvive in un mondo oggettuale interno atemporale e immortale, ancorché attutito e moribondo. (Green,1988, p.59)

Resilienza e lutto hanno una relazione stretta. L'elaborazione stessa del lutto che ci porta a superare il trauma di una perdita può essere vista come una forma di resilienza. Entrambi i processi sono dinamici, influenzati dalle relazioni precedenti e dal significato conferito alla perdita o al trauma. L'individuo può sopportare comportamenti aggressivi o anche crudeli se pensa (o sa) che l'altra persona è malata e se lui ha il sostegno di una figura amica.

V

Presento due esempi (Riferisco due esempi clinici). Il primo mostra una persona resiliente subito dopo aver ricevuto il mio aiuto. Espongo elementi della sua personalità resiliente. Non discuto ora il lavoro che abbiamo realizzato.

Il secondo è una piccola vignetta che esemplifica il fare analitico che favorisce la resilienza.

Noel

Un amico coinvolto in attività filantropiche mi telefonò chiedendo se mi potessi occupare di un'emergenza per una persona che lui cercava di aiutare. Mi informò che, data la situazione, avrebbe provveduto lui alla parcella per la cura.

Il paziente, Noel, era nato e cresciuto in una favela di una città brasiliana, epicentro di violenza, traffico di droga e poca cura degli abitanti per loro stessi ed il loro ambiente. Trascuratezza, immondizia sparsa dappertutto, topi, violenza facevano parte dello scenario quotidiano.

Grazie ai suoi meriti personali ed a una buona struttura familiare, Noel aveva potuto studiare e diventare un bravo musicista. Aveva lavorato nel settore artistico, ma il suo interesse per la comunità andava oltre le aspirazioni individuali. Tramite il suo impegno in una organizzazione non governativa, ottenne significativi cambiamenti relativi al suo territorio e al coinvolgimento degli abitanti sull'*habitat* collettivo. Fu presidente, amato, dell'associazione creata nel rione. Creazione di aree verdi, azioni educative, lavori collettivi diedero impensabile dignità e bellezza al luogo, entusiasmando il gruppo.

Tutto procedeva bene, fin quando i trafficanti di droga, che si erano allontanati per necessità, si ripresero lo spazio e si reinsediarono nel luogo. Cominciarono a far pressione su Noel, esigendo che compilasse, come associazione, certificati di lavoro falsi per eventuali controlli di polizia. Nonostante le minacce, Noel non cedette. Intimidazioni e tensione aumentarono finché fu sequestrato, portato in un luogo conosciuto come "mattatoio", aggredito e, con una pistola alla testa, gli fu comunicato che aveva tempo 3 giorni per consegnare i certificati per il gruppo o sarebbe stato ucciso.

Non si trattava di un sogno, ma di una realtà atroce e violenta. Decise di non tradire sé stesso né i suoi ideali. Fuggì. Visse intense angosce paranoide, ansia grave, insonnia, incubi e, all'inizio, alcuni *flashbacks* e ideazioni paranoide. Due settimane dopo, arrivò al mio consultorio.

Una storia come questa è rarissima in un consultorio psicoanalitico, anche se non tanto nel lavoro sociale o istituzionale. Un uomo agile, di quasi sessant'anni, apparentemente pacato, mi racconta questa storia altamente sconvolgente. Le mie reazioni emotive sono varie. Predomina la volontà di aiutarlo, non tanto per la storia, ma per la persona che si presenta davanti a me (questo è frequente nel contatto con un paziente resiliente).

Richiama l'attenzione il fatto che, subito dopo aver "rovesciato" la sua storia con intensità, Noel manifestò, nel colloquio, un certo distacco per quanto accaduto. Osservai che manteneva la sua lucidità e capacità di riflettere. Il mio lavoro iniziale si incentrò nell'offrirgli un contenitore competente e uno spazio che consentisse la possibilità di pensare la sua vita.

In nessun momento tentò di vittimizarsi. Il secondo colloquio lo portò a chiedersi a cosa sarebbe servita, nella sua vita, l'esperienza che aveva avuto e a dichiarare che per vie contorte gli si era aperto un nuovo orizzonte, benché la sua vita fino ad allora fosse stata soddisfacente. Intravedeva la possibilità di conoscere cose nuove nella vita. Le sue risposte erano resilienti. L'importante è valorizzare il contenuto di una eventuale razionalizzazione piuttosto che squalificarla.

Quali fattori hanno favorito la sua resistenza tanto dignitosa per la situazione? Risultò chiaro che, nella sua integrità, gli parve fondamentale mantenere la coerenza che aveva da sempre apprezzato nella vita, ossia tenersi fedele ai suoi principi, alla sua storia, ai suoi valori e, in un certo modo, conservarli per la sua famiglia.

Phillips (2008) propone l'esistenza di un nucleo in ogni persona che contiene «*le cose che non sono passibili di essere cambiate, intorno alle quali non dobbiamo negoziare*». Sono prodotti delle nostre credenze, fondamentali ai quali non abdichiamo. In funzione di questi, Noel abbandona la vita passata, difendendo la sua dignità, integrità, proponendosi un cammino di libertà. La sua disposizione a continuare ad agire a favore della comunità non si era affievolita. Al contrario, si chiedeva come utilizzare la sua esperienza per questo.

Nel corso del lavoro avemmo chiara l'esistenza di un mondo interno popolato in modo consistente di oggetti buoni, in particolare la fiducia- non idealizzazione ma fiducia- che è riuscito a depositare in me nello stabilire l'alleanza terapeutica. L'esperienza con questo paziente riaffermò qualcosa che nella mia esperienza di vita e di consultorio si propone, in condizioni meno estreme, ogni giorno: le situazioni traumatiche o traumatizzanti (in questo caso ad altissimo potenziale traumatizzante), sono bifronte. A seconda di come le si guarda, permettono di chiudere con il passato e di aprire porte verso il futuro, o viceversa.

Jonas

Jonas ha una storia di privazioni importanti in una vita di contrasti, varie aggressioni e un rapporto altamente conflittuale con la madre, i cui maltrattamenti gli avevano procurato segni profondi. In analisi, i riferimenti a lei erano rari, di solito legati a privazioni o sollecitazioni esasperate.

Inizia un colloquio parlando di un reflusso gastroesofageo di cui soffre da tempo, aggravatosi recentemente. Non ne aveva parlato fino ad allora. Racconta che ha un gusto amaro in bocca ed afferma che l'indagine endoscopica fatta la settimana precedente non aveva evidenziato alcuna alterazione anatomica, e che ciò gli ha dato, senza dubbio, un certo conforto emotivo. Senza

contestargli il fatto che non aveva mai accennato a questo sintomo, forse psicosomatico, attendo.

In seguito, una serie di racconti insoliti, legati a situazioni potenzialmente molto traumatizzanti del comportamento della madre, vennero a galla con un *getto* di parole che sembrava dovessero essere dette da molto tempo ma che solo ora potevano trovare una via di sfogo.

L'associazione tra i due racconti fu per me spontanea ed immediata. La sequenza degli sfoghi si presentava, uno raccontato, somatico, e l'altro percepito come getto di parole. Considerai un avanzamento, un progresso, la possibilità che aveva di "rigurgitare" verbalmente le situazioni "incistate" che si riferivano ai traumi nei confronti della madre. Si trattava di un effettivo rigurgito mentale di elementi psichicamente indigesti, da molto tempo soffocati.

Si tenevano insieme elementi psicofisici o psicosomatici, il rigurgito verbale e il racconto, all'inizio del colloquio, dell'effettivo rigurgito organico. Nulla di questo era stato verbalizzato in precedenza. Il confronto tra i due "rigurgiti" rese possibili riflessioni con varie sfumature sul destino interno dei suoi vissuti traumatici. Il lavoro su quanto rigurgitato permise una ricomposizione che portava ad una introiezione di nutrienti non tossici. Un elemento resiliente del paziente è stato tenere dentro di sé questa massa tossica senza disintegrarsi. Questo lavoro, che continuò nelle sedute successive, favorì la riorganizzazione dei suoi vissuti, permettendo uno sviluppo innegabile della sua relazione con sé stesso.

Il vertice psicoanalitico è tale da permettere che una apparente contraddizione tra conoscenza e pratica terapeutica si sciogla, nella misura in cui la terapeutica psicoanalitica si realizza attraverso l'uso dello stesso strumento che amplia il campo della conoscenza, cioè *l'insight*.

Bibliografia

- Adams, J. (2007). *The language of Winnicott*. London: Karnac.
- Ahumada, J. (1989). On the Limitations and the Infiniteness of Analysis. *International Review of Psychoanalysis*, 16, 297-304
- Aktar, S. (2013). Resilience. In Aktar, S., *GoodStuff* (pp. 31-52). New York: Jason Aronson.
- Armstrong, D. (1992). Names, thoughts and lies: the relevance of Bion's later writings for understanding experiences in groups. *Free Associations*, 3 (2) 261-282.

Gli Argonauti

- Barach, L. (2005). O que é resiliência humana? Uma contribuição ao estudo do conceito. Dissertação de mestrado apresentada à Universidade de São Paulo.
- Bion, W.R. (1967). *Transformations*. London: Heinemann.
- Bion, W. R. (1970). *Attention and Interpretation* (Cap. 12). Londres: Karnac.
- Bion, W. R. (1971). *Cogitations*. Londres: Karnac.
- Bion, W. R. (1991). *A Memoir of the Future*. London: Karnac. Parens, H. Blum, H. P. e Aktar, D. (2008). *The Unbroken Soul. Tragedy, Trauma and Human Resilience*. Plymouth, UK: Jason Aronson.
- Coutu, D. (2002). How resilience Works. *Harvard Business Review*, May.
- Cyrulnik, B. (2002). *Un merveilleux malheur*. Paris: Odile Jacob.
- Cyrulnik, B. (2004). *Os patinhos feios*. São Paulo: Martins Fontes.
- Cyrulnik, B. (2006). Introduction. In Cyrulnik, B. e Duval, P., (Eds.), *Psychanalyse et Résilience* Paris: Odile Jacob.
- Eigen, M. (1999). *Toxic Nourishment* (pp. 1-12). London: Karnac.
- Dolto, F. (2001). *A imagem inconsciente do corpo*. São Paulo: Perspectiva. (Trabalho original publicado em 1984)
- Green, A. (1972). Notas sobre processos terciários. In A. Green, *La Metapsicologia revisitada*. Buenos Aires: Eudeba.
- Grotstein, J. (2007). *Um facho de intensa escuridão*. Porto Alegre: Artmed.
- Frankl, V. (1984). *Resilience*. In S. M. Southwick e D. Charney (Eds.), *Resilience*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Freud, S. (1975a). Beyond the Pleasure Principle. In S. Freud, The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud (Vol. 18, pp. 3-66). London, The Hogarth Press. (Trabalho original publicado em 1920)
- Freud, S. (1975b). Analysis, Terminable and interminable. In S. Freud, The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud (Vol. 23, pp. 20 -254). London, Hogarth Press. (Trabalho original publicado em 1937)
- Freud, S. (1975c). Formulations on the Two Principles of Mental Functioning. In S. Freud, The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud (Vol. 12, pp 213-226. London, Hogarth Press (Trabalho original publicado em 1911)
- Freud, S. (1975d). Mourning and Melancholia. In S. Freud, The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud (Vol.

- 14, pp. 239- 260). London, Hogarth Press. (Trabalho original publicado em 1914)
- Green, A. (1988). A mãe morta. In A. Green, *Narcisismo_de_vida, narcisismo de morte*. São Paulo: Escuta.
- Grotberg, E. (2002). Nuevas tendencias em resiliencia. In A. Melillo (Org.), *Resiliencia*. Buenos Aires: Paidós.
- Guittard, J. (1996). True versus Pseudoresilience: a theoretical explanation. Tese de doutoramento à California School of Professional Psychology.
- Gutton, P. (2006). Croyons quand même. In Cyrulnik, B. e Duval, P., (Eds.), *Psychanalyse et Résilience* (pp. 235-245). Paris: Odile Jacob.
- Hanus, M. (2006). Freud et Prométhée, un abord psychanalytique de la resilience. In Cyrulnik, B. e Duval, P., (Eds.), *Psychanalyse et Résilience* (pp. 187-203). Paris: Odile Jacob.
- Hartman, D. e Zimberof, D. (2005). Trauma, transitions and thriving. *Journal of Heart-Centered Therapies*, 8, 1, 3-86.
- Infante, F. (2002). La resiliência como processo: uma revision de la literatura reciente. In Mellilo, A. (Ed.), *Resiliencia*. Buenos Aires: Paidós.
- Kogan, I. (2007). *The Struggle Against Mourning*. Plymouth, UK: Jason Aronson.
- Ionescu, S. (2006). Pour un approche integrative de la résilience. In Cyrulnik, B. e Duval, P., (Eds.), *Psychanalyse et Résilience*. Paris: Odile Jacob.
- Lévi-Strauss, C. (1973). O feiticeiro e sua magia. In C. Lévi-Strauss, *Antropologia estrutural*. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro. (Trabalho original publicado em 1949)
- Melillo, A., Estamatti, M., Cuestas, A. (2002). Algunos fundamentos psicológicos de la resiliencia. In Melillo, A. (Ed.), *Resiliencia*. Buenos Aires: Paidós.
- Meltzer, D. (1978). *The Kleinian Development* (3 Vols.). StethTay, Perthshire: Clunie Press.
- Meltzer, D. e Williams, M.H. (1994). *A apreensão do belo: o papel do conflito estético no desenvolvimento, na violência e na arte*. Rio de Janeiro: Imago.
- Montagna, P. (2001). O encontro, além da transferência e da contratransferência. *Revista Brasileira de Psicanálise*, 35 (3), 531-542.
- Montagna, P. (2005). O processo analítico como propiciador de resiliência e a resiliência como balizadora do processo psicanalítico. In Andreucci P. Gomes, M.C, Gerber, I., Czerny, J., Della Nina, M. Kehdy, R. Ramos, H.M., Oucugne, E., Montagna, P., Souza Dias, T., Haudenschild, T.

Gli Argonauti

- (Orgs), Trauma e Resiliência no Processo Analítico. Painel apresentado ao Congresso da Associação Psicanalítica Internacional, Rio de Janeiro.
- Montagna, P. (2012). Níveis de mutualidade. In Sucar, I. (Org.), *Winnicott – Ressonâncias* (pp. 153- 166). São Paulo: Primavera.
- Montagna, P. (2015). Psychoanalysis and Law. Trabalho apresentado ao Congresso da International Psychoanalytical Association, Boston.
- Nemas, C. (2008). A respeito de um ditado de Donald Meltzer: nutrir os brotos do pensamento mais do que arrancar ervas daninhas. Trabalho apresentado ao Encontro Internacional sobre o Pensamento Vivo de Donald Meltzer. São Paulo: SBPSP.
- Parens, H. (2009). Resilience. In Aktar, S. (Ed.), *Good Feelings* (pp. 329-369). London: Karnac.
- Ogden, T. (1995). Analisando formas de vitalidade e desvitalização da transferência-contratransferência. *Livro Anual de Psicanálise*, XI, 175-188.
- Ogden, T. (2012). “Luto e melancolia” de Freud e a origem da teoria de relações de objeto. In T. Ogden, *Leituras Criativas*. São Paulo: Escuta.
- Phillips, A. (2008). Sobre o fundamental. *Ide*, 47, 16-23.
- Rozenfeld, A. (2012). La resiliência: esa posición subjetiva ante la adversidade. Buenos Aires: Letra Viva.
- Pearsall, P. (2003). *The Beethoven Factor*. Charlottesville, VA: Hampton Road Publishing.
- Silva Jr., J. F. (1972). *Resistência dos materiais*. São Paulo: Ao Livro Técnico.
- Steiner, J. (1992). Interpretações centradas no ambiente e centradas no analista. Algumas implicações de continência e de contratransferência. Trabalho apresentado à Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo.
- Symington, N. (1983). The Analyst’s Act of Freedom as Agent of Therapeutic Change. *International Review of Psychoanalysis*, 10, 283-29
- Timosheibo, S.P. (1983). *History of strength of materials*. Stanford: Stanford University Press.
- Vaillant, G. (1993). The wisdom of the ego. Cambridge (MA): Harvard University Press.
- Werner, E. e Smith, R. (1982). *Vulnerable but invincible. A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw Hill Books.
- Williams, M. H. (2010). *The Aesthetic Development. The Poetic Spirit of Psychoanalysis*. London: Karnac.

Gli Argonauti

- Winnicott, D. W. (1989). Squiggle game. In C. Winnicott, R. Shepherd e M. Davis (Eds.), *Psychoanalytical explorations*. Cambridge, MA: Harvard University Press. (Trabalho original publicado em 1968)
- Winnicott, D.W. (1971). *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago.
- Yates, T. M., Egeland, B., Sroufe, L.A. (2003). Rethinking resilience. In Luthar, S.S. (Eds.). *Resilience and vulnerability; adaptation to the context of childhood adversities*. New York: Cambridge University Press.
- Yunes, M. A. M. & Szymanski, H. (2001). Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. In J. Tavares (Org.), *Resiliência e educação* (pp. 13-42). São Paulo: Cortez.
- Zukerfeld, R. e Zukerfeld, R. Z. (2005). *Processos terciários*. Buenos Aires: Lugar.