

Un raggio luminoso nell'oscurità.

La creatività dalla parte dello psicoterapeuta

Lorenzo Iannotta

«Invece di provare a fornire una brillante, intelligente, ben informata illuminazione per chiarire i problemi oscuri, suggerisco di procurare una diminuzione della 'luce'. Un penetrante raggio di oscurità; un reciproco del faro. La particolarità di questo raggio penetrante è che esso si potrebbe dirigere verso l'oggetto della nostra curiosità che assorbirebbe tutta la luce già esistente, lasciando l'area in esame priva di tutta la luce che possedeva. L'oscurità sarebbe così assoluta che raggiungerebbe un assoluto vuoto luminoso. Cosicché se un qualche oggetto esistesse, per quanto indistinguibile, si mostrerebbe molto chiaramente».

(W. R. Bion, *Il cambiamento catastrofico*, p. 123)

Il tema della creatività è complesso, poliedrico, dal punto di vista psicologico e psicoanalitico è stato affrontato sotto varie angolazioni, con alterna fortuna negli anni. Il mio intento, abbastanza circoscritto, è di riflettere sulla creatività per quanto riguarda lo psicoterapeuta nel suo lavoro quotidiano di consultazione e psicoterapia, la creatività dalla parte dello psicoterapeuta, per dirlo in sintesi.

Infatti in quanto psicoterapeuti ci confrontiamo di continuo con la creatività, perché in generale credo che condividiamo l'idea che la malattia tende a inficiare la funzione creativa della mente e che il processo psicoterapeutico è teso a promuovere la crescita attraverso una riattivazione di questa funzione, necessaria per affrontare le situazioni problematiche e godere della vita. Più l'esistenza viene intaccata e offesa, maggiore sarà la necessità di trovare modi e forze per restaurare e ricostruire, maggiore la necessità di una spinta creativa. Dopo la distruzione e il dolore, deve venire il tempo della ricostruzione.

Interessante che questo concetto è stato espresso citando Hanna Segal nell'appello per il World Trade Center Mural Project¹: "Ogni creazione è realmente la ri-creazione di un oggetto una volta amato e intero, ma adesso perduto e rovinato, un mondo interno e un Sé distrutti. Quando questo mondo dentro di noi è a pezzi, quando è morto e senza amore, quando i nostri cari sono distrutti e noi stessi in una disperazione impotente,

¹ Come noto, il progetto nasce in seguito all'attacco terroristico dell'11 settembre 2001 con l'obiettivo di realizzare un murale sull'Equitable Building di New York come simbolo che la vita possa sopravvivere alla distruzione. Citato nel sito web della British Psychoanalytical Society <https://psychoanalysis.org.uk/our-authors-and-theorists/hanna-segal>

allora dobbiamo ricreare il nostro mondo, rimettere insieme i pezzi, infondere vita ai frammenti morti, ri-creare la vita” (Segal, 1952, p. 241).

Dal mio punto di vista questa potrebbe essere una descrizione puntuale del percorso che facciamo con le persone che si rivolgono a noi con l’implicita richiesta di lavorare insieme per ri-creare e ri-prendere il cammino, quando il normale corso della vita si è interrotto. Ma qui sto già prendendo posizione ed esprimendo il mio modo di dispormi al lavoro analitico perché sto affermando che la creatività è un ‘ingrediente’ necessario per il processo analitico.

Ma è davvero necessario che il terapeuta si disponga alla creatività?

La creatività è sempre auspicabile per lo psicoterapeuta?

Vale la pena che ognuno di noi si ponga questi interrogativi perché la disposizione mentale con cui ci avviciniamo al lavoro influenza la modalità di lavoro².

Sappiamo che le risposte in psicoanalisi sono complesse, ed anche il tema della creatività non sfugge a questa regola. Si possono infatti rintracciare due concezioni (Etchegoyen, 1986) apparentemente opposte rispetto alla creatività in psicoanalisi: da un lato il processo analitico è concepito per definizione *creativo*, originale, irripetibile; secondo l’altro punto di vista la potenzialità a crescere è insita nell’essere umano e il nostro lavoro consiste solo nel togliere gli ostacoli alla crescita.

Dunque, c’è chi sostiene che la comprensione, l’autenticità e originalità, lo strumento della crescita risiede nella creatività che è insita nel processo analitico. In questo modello si sottolinea che il problema cruciale nell’approccio psicoanalitico non è la mera raccolta dei dati e solo “se la psicoanalisi può affrontare il problema della capacità creativa, allora mentre rimarrà nell’ambito artigianale, si manterrà come strumento che produce crescita della persona” (Di Chiara, 1975, p. 176). Il riferimento all’artigianalità del lavoro psicoanalitico implica rinunciare a forme di intervento codificate e stabili, “una vera comprensione è basata sull’intuizione e non su una semplice decodificazione” (Meltzer, 1977, p. 161). Bon de Matte (1984) ha sostenuto che le interpretazioni dell’analista costituiscono l’espressione massima della sua attività creativa e Ogden ritiene che altrimenti il rischio è di finire negli stereotipi: “Le verità umane debbono ogni volta essere riscoperte in forme nuove, altrimenti queste verità diventano cliché che arrestano il flusso del pensiero genuino e della creatività” (2012, p. 9). Anche Ferro individua nella creatività la forza e la ‘bellezza’ dell’analisi e indica

² “Dal momento che arriviamo a vedere la mente di un’altra persona attraverso la mediazione della nostra mente, è evidente che molto, se non tutto, dipende dalla disposizione mentale con cui ci disponiamo al lavoro” (Klein, 1936 (2017), p. 33).

un motivo di resistenza a questo modello della creatività come elemento del processo analitico: “è la creatività il motore, il «bello» dell’analisi. Non pochi hanno paura della creatività in psicoanalisi perché essa sradica continuamente il noto” (Ferro, 2016).

Effettivamente il problema della creatività in psicoanalisi e nei training di stampo psicoanalitico è stato un tema molto discusso, si è temuto che la creatività fosse carente o non sostenuta da parte delle istituzioni psicoanalitiche. Molti ricorderanno lo scritto, in forma provocatoria, di Kernberg (1996) “Trenta metodi per distruggere la creatività dei candidati”, un articolo che ha avuto il merito di suscitare un acceso dibattito.

Già trenta anni prima era stato istituito un comitato ad hoc nella Società psicoanalitica americana, presieduto da Heinz Kohut, che nel suo Report ufficiale pubblicato nel 1967 riteneva che “sono scarse le ricerche creative nelle aree centrali della psicoanalisi; se non vi si pone rimedio, questo potrebbe costituire, a lungo andare, una minaccia alla sopravvivenza della psicoanalisi come scienza” (citato in Anna Freud, 1968). Il Comitato avanzava proposte per promuovere la ricerca creativa e si interrogava sulle cause di questo fenomeno: dovuto ai metodi di selezione dei candidati? dovuto ai metodi di training istituzionalizzati e, alla fin fine, circoscritti a questioni di tecnica e di terapia? oppure all’atmosfera generale nelle comunità psicoanalitiche?

Anna Freud, pur dicendosi totalmente identificata con le mete e gli obiettivi di questo Comitato, esprime disaccordo: “Compito dell’analista non è quello di creare, cioè d’inventare qualcosa, ma di osservare, esplorare, capire e spiegare” (1968, pag. 1061). È l’altro punto di vista, quello di chi focalizza il lavoro psicoanalitico nel togliere gli ostacoli perché la vita continui nel suo cammino.

Due posizioni, apparentemente contrapposte e inconciliabili.

Tuttavia se riflettiamo su quanto avviene quotidianamente nella stanza d’analisi possiamo convenire che la materia con cui veniamo in contatto è viva e perciò stesso difficilmente catalogabile: transfert e controtransfert, identificazione proiettiva, reverie, empatia inducono e sostengono forze diverse, dando al processo psicoanalitico un andamento altalenante: si va dalla routine all’ispirazione, direbbe Meltzer (1977).

Nella “routine” l’interpretazione è perlopiù una descrizione e spiegazione del transfert infantile, cerchiamo “di introdurre l’ordine, restaurare i legami, sbrogliare le confusioni e trovare una notazione che fissi l’esperienza inconscia alla coscienza perché possa essere ricordata”. La “routine” si appoggia sulle esperienze passate; anche se rischia di

essere non proprio vivace è un processo che prosegue nel quotidiano; nella stanza si può avvertire intimità e un clima di reciproca idealizzazione.

Il problema si pone quando e se l'obiettivo diventa quello di andare oltre e cogliere aspetti impliciti o quando, in una analisi, si intende perseguire l'obiettivo di dare all'analizzando "i mezzi necessari per effettuare un'autoanalisi creativa con cui continuare il proprio sviluppo dopo la fine dell'analisi formale" (Meltzer, 1977). In questo caso è necessario, sostiene Meltzer, avere il coraggio di accedere ad un clima di 'cameratismo' con l'analizzando. È solo a questo livello che è possibile l'emersione dell'interpretazione "ispirata", intesa come un momento altamente creativo che presuppone intensità, intimità, ed il coraggio di innescare e affrontare il nuovo, lo sconosciuto.

Certo, Meltzer non tace la possibilità che "la creatività può scadere nella megalomania e nell'analisi selvaggia"; anche Britton invita a distinguere l'intuizione dell'analista come 'fatto scelto' (Bion, 1967) dalla 'idea sopravvalutata' (Britton, 1998). Qui ritorna in campo la capacità di giudizio dell'analista che permette di distinguere il vero dal posticcio, di rimanere aderenti al senso di realtà, pur non rinunciando a librarsi anche sulle alte vette dell'ispirazione.

Ritirarsi da queste rare occasioni 'ispirate' ha conseguenze nefaste per entrambi i membri della coppia analitica: "Io credo che noi deludiamo i pazienti con cui si presentano queste occasioni e diamo loro una esperienza meno ricca, un esito della cura meno compatto e indipendente, una minore possibilità di essere in grado di continuare, dopo, a svolgere il tipo di autoanalisi che può promettere di favorire una migliore integrazione. Per l'analista la conseguenza sarà un'analogia limitazione nello sviluppo della sua indipendenza nel metodo e nel pensiero psicoanalitico, una riduzione delle scoperte e una riluttanza a rivelare ad altri il proprio lavoro" (Meltzer, 1977).

A questi livelli se l'inibizione e la repressione prendono il sopravvento risulterà amputato quel germoglio vitale che avrebbe contribuito alla ri-creazione dopo la distruzione.

Come si raggiunge lo stato mentale che permette un atto creativo in seduta?

Freud in una lettera del 1916 a Lou Andreas-Salomé ha utilizzato la metafora dell'oscurità per descrivere il suo metodo di scrittura: " So che, mentre lavoravo, mi sono artificialmente accecato per raccogliere tutta la luce su di un punto oscuro, rinunciando alla connessione, all'armonia, all'edificazione e a tutto ciò che Lei chiama simbolico, spaventato dall'esperienza che ognuna di queste esigenze, ogni aspettativa, comporta il pericolo di veder deformato, sebbene abbellito, ciò che deve essere conosciuto" (1916, pag. 285).

Un paradosso che ha ispirato Bion, il quale più volte è tornato su questa metafora riportandola nel lavoro analitico: «Mi ci è voluto molto tempo per convincermi che era necessario spogliarmi di memoria e di desiderio e più ancora ce ne volle per cogliere il vizioso effetto che ha sull'osservazione il bisogno di capire a tutti i costi. [...] Man mano che divenni più capace di far tacere i miei pregiudizi, mi accorsi che riuscivo a cogliere l'evidenza che c'era, piuttosto che lamentarmi dell'evidenza che non c'era. Quando le mie orecchie divennero più abituate al silenzio, piccoli suoni divennero più facili da udire. Mi ricordai di un'analogia che Freud usò, quando scrisse che doveva artificialmente accecarsi per poter dirigere il più debole barlume di luce in una situazione molto oscura. Imparai a considerare l'importanza del silenzio per ascoltare i più "deboli suoni". Ciò funzionò. E cominciai ad ascoltare suoni che un tempo non sarebbero stati avvertiti» (Bion, 1981, pp. 55, 65).

Accecarsi per vedere meglio, tacere per meglio comprendere, sussurrare per farsi intendere.

Credo che ognuno può a questo punto ripensare alla complessità dei passaggi creativi nella propria stanza d'analisi, a tutto quello che li hanno preceduti, allo sforzo per affrontarli e non rinunciare, all'incertezza del risultato. L'aspetto disturbante della creatività sembra risiedere nell'incertezza che comporta: si basa sul passato e risponde ad una sollecitazione attuale, presente, eppure è tutta rivolta al futuro, si apre all'ignoto. Si tratta, appunto, della sensazione di stare imboccando una strada oscura. Freud avverte: "Quando il viandante canta nell'oscurità, rinnega la propria apprensione, ma non per questo vede più chiaro" (Freud, 1925, p. 246). Un monito che induce a riflettere bene, echeggia quello che poi con Bion abbiamo conosciuto come "capacità negativa" e "fatto scelto". Quando c'è questa sensazione di oscurità è molto probabile che il

contatto con l'analizzando avvenga sul filo ambiguo e/o ambivalente dell'estremo bisogno, ma anche della forte tentazione a rinunciare, evitare l'incertezza.

Utile ricordare qui Elliott Jaques (1965) che distingue la creatività vulcanica da quella scultorea. La creatività vulcanica è intensa e spontanea, viene fuori già "bell'e fatta". Gran parte del lavoro sembra svolgersi inconsciamente, la produzione cosciente è rapida. La creatività scultorea è caratterizzata da un grande intervallo tra la prima esplosione dell'ispirazione e il prodotto creativo finito³.

Mi sento in sintonia con il contributo di Antonio Di Benedetto dal titolo "Sperimentare un pensiero che verrà" (1998). Nello scritto si prende in considerazione la soggettività dell'analista⁴ per evidenziare quanto l'esperienza è essenziale per il legame e il cambiamento nella coppia analitica. Lo 'sperimentare' dell'analista ha sia un carattere anticipatorio, in quanto permette appunto di individuare e partecipare ad esperienze germinali, sia un aspetto estesico-estetico⁵ che consiste nel condividere l'esperienza sensoriale. È citato Borgogno che afferma: "i nostri pazienti necessitano non solo di contenimento d'angoscia [...] ma dell'apprezzamento [...] dei loro abbozzi di creatività" (1992, 1067-1069). Oltre a guardare al passato e fare un lavoro di "ricostruzione", l'indicazione è di guardare con un occhio alla "costruzione" del domani.

Concludo riportando per esteso un passo molto significativo di Di Benedetto riferito all'analista, il quale "deve in una certa misura rinunciare a vedere ciò che è stato in favore di una *invenzione del futuro*, nel senso del verbo latino "invenire", che condensa due significati: scoprire e inventare. Scoprire qual è il futuro abbozzato nell'animo del suo analizzando e inventare insieme con lui i modi per costruirlo. Un lavoro psichico di tal fatta implica un certo esercizio immaginativo e creativo, col quale le comunicazioni dell'analizzando vengono accolte più come *materia ispirativa*, da *riplasmare*, per dar forma a cose indefinite e impensabili, che non come informazioni da assumere passivamente. I segni di un'autentica e profonda comprensione l'analizzando li trae dal carattere ispirato e personale delle interpretazioni e dal fatto che l'analista lo

³ Secondo Elliott Jaques (1965) nella creatività scultorea l'ispirazione può essere infuocata e intensa. Il lavoro inconscio non è inferiore alla creatività vulcanica. L'ispirazione stessa può venire più lentamente. Anche se ci sono improvvisi scoppi di ispirazione, essi rappresentano solo l'inizio del processo creativo. L'ispirazione iniziale deve essere prima esteriorizzata nel suo stato elementare. Poi comincia il processo di formazione che plasma il prodotto esterno, mediante l'elaborazione e la rielaborazione del materiale esteriorizzato.

⁴ "Parliamo ovviamente di una soggettività *filtrata*, non grezza ed ingenua, che dinamizzi il rapporto, inserendovi un pizzico di originalità e imprevedibilità" (Di Benedetto, 1998).

⁵ "Considero "sensibilità estetica" la capacità di sintonizzarsi con i segnali del corpo e di organizzarli in maniera tale che acquistino il senso di informazione su qualcosa che non è ancora dicibile" (Di Benedetto, 1998).

accompagna con intuizioni anticipatorie nella creazione-scoperta di nuove parti di sé, impegnandosi a costruire con lui un futuro, in sintonia con le valenze inconsce del suo potenziale sviluppo” (Di Benedetto, 1998, pag. 10).

Credo che queste considerazioni siano particolarmente ispirate se abbiamo in mente il lavoro con gli adolescenti e i giovani adulti.

Bibliografia

- Bion W.R. (1967). *Riflettendoci meglio*. Trad. it., Roma, Astrolabio, 2016.
- Bion W.R. (1981). *Il cambiamento catastrofico*. Trad. it., Torino, Loescher, 1981.
- Bon de Matte L. (1984). “La creatività nelle relazioni interpersonali”. In Ciocca A., Ginzburg A., Cataldi D., Chiarelli M.P. (2016), *Per una relazione analitica a misura del paziente*, Milano, FrancoAngeli.
- Borgogno F. (1992). “Evoluzione della tecnica psicoanalitica. Un omaggio a Paula Heimann”. *Rivista di Psicoanalisi*, 38: 1046-1071.
- Britton R. (1998). “L’intuizione dell’analista: un fatto scelto o un’idea sopravvalutata?”. In *Credenza e immaginazione. Ricerche psicoanalitiche*. Trad. It., Roma, Borla, 2006.
- Di Benedetto A. (1998). “Sperimentare un pensiero che verrà”. *Rivista di Psicoanalisi*, 44 (1): 5-22.
- Di Chiara G. (1975). “Narcisismo, Onnipotenza, Creatività”. *Rivista di Psicoanalisi*, 21: 161-178.
- Etchegoyen R.H. (1986). *I fondamenti della tecnica psicoanalitica*. Trad. it., Roma, Astrolabio, 1990.
- Ferro A. (2016). “Il piacere dell’ora di analisi”. *Rivista di Psicoanalisi* 62: 933-945.
- Freud A. (1968). “Difficoltà della psicoanalisi: confronto fra punti di vista passati e presenti”. In *Opere, 1965-1975*, vol. terzo, Torino, Boringhieri, 1979.
- Freud S. (1916). Lettera 25 maggio a Lou Andreas-Salomé. In Freud, Salomé (1963), *Eros e conoscenza*. Torino: Boringhieri, 1983.
- Freud S. (1925). *Inibizione, sintomo e angoscia*. O.S.F. 10, Torino, Boringhieri, 1978.
- Jaques E. (1965). “Morte e crisi mezza età”. In Spillius E.B. (1988), *Melanie Klein e il suo impatto sulla psicoanalisi oggi. Vol. 2 La pratica*. Trad. it., Roma, Astrolabio, 1995.
- Kernberg O.F. (1996). “Trenta metodi per distruggere la creatività dei candidati”. Trad. It. In Kernberg OF, *Psicoanalisi e formazione*, Milano, FrancoAngeli, 2018.
- Klein M. (1936). “Le lezioni sulla tecnica”. In Klein M. (2017). *Lezioni sulla tecnica*. Trad. it., Milano, Raffaello Cortina, 2020.

- Meltzer D. (1977). “Interpretazione di routine e interpretazione ispirata”. Trad. it., In *La comprensione della bellezza ed altri saggi*, Torino, Loescher, 1981.
- Ogden T.H. (2012). *Il leggere creativo*. Trad. it., Milano, CIS, 2012.
- Segal H. (1952). “Un approccio psicoanalitico all’estetica”. In Klein M., Heimann P., Money-Kyrle R. (a cura di), (1955), *Nuove vie della psicoanalisi*. Trad. it., Milano, Il Saggiatore, 1966.