

**Ferruccio Vigna**

**26 marzo 2010**

## **La ricerca del rischio nella cultura del narcisismo**

### **Considerazioni introduttive**

I meno giovani tra di voi ricorderanno che in passato il servizio militare obbligatorio rappresentava una brusca separazione dall'abituale contesto familiare; anche perché, intenzionalmente, le giovani reclute venivano spedite lontano dal luogo di residenza.

Di quando in quando i giornali raccontavano di ragazzi che non avevano retto alla separazione e avevano dovuto essere ricoverati.

Il servizio militare -così come altre separazioni significative, quali l'uscita dalla casa paterna e lo stesso matrimonio- rappresentava quello che, con riferimento alle società tradizionali, viene definito un rito di passaggio. Il rito di passaggio è una procedura istituzionalizzata che marca una transizione, un passaggio appunto, a una condizione nuova e diversa da quella precedente: in questo caso il passaggio da una condizione protetta all'età adulta.

Nella società attuale, che viene chiamata post-moderna, i riti di passaggio sono scomparsi.

Quella che noi chiamiamo adolescenza è divenuta un lungo periodo di transizione, dai confini temporali incerti. Nessuno di noi la circoscrive più in quell'intervallo di tempo, dai dieci ai venti anni circa, che è caratterizzato dai cambiamenti fisici che accompagnano la pubertà e la maturità sessuale. Oggi tendiamo ad ampliare la definizione di adolescenza a tutto il periodo in cui l'identità è in formazione, si è ancora studenti, non ci si è ancora formati una famiglia, si vive in casa dei genitori e non si è ancora raggiunta l'indipendenza economica.

Superare l'adolescenza significa acquisire un'identità sufficientemente solida e divenire capaci di fronteggiare i compiti e i ruoli sociali dell'adulto. E' un compito difficile, che talvolta qualcuno elude aggrappandosi ad una fantasia di "eterna giovinezza".

Per questo i termini cronologici dell'adolescenza oggi vengono prolungati fino ad età inverosimili. Non so se colpisca anche voi il fatto che nel gruppo di coetanei, magari cinquantenni, sia normale definire se stessi e gli altri "ragazzi".

Cercherò perciò, nella mia relazione, di attenermi a una definizione dell'adolescenza non troppo allargata.

E' un dato di fatto che nel periodo adolescenziale si verifica un aumento delle condotte che vanno contro le norme, i valori ed i principi della comunità sociale di appartenenza.

A ben vedere, fino a qui mi pare non ci sia nulla di strano. In fondo, il superamento dell'infanzia e la differenziazione dal mondo adulto si accompagnano, direi necessariamente, ad una messa in discussione dei valori fino a quel momento condivisi, e questo può comprendere anche comportamenti trasgressivi ed oppositivi. Al contrario dell'adulto, vissuto come oramai privo di fantasie e capacità progettuali, l'adolescente si sente un soggetto in cerca di qualcosa di nuovo, inquieto ma vitale.

In passato, anche solo qualche decennio addietro, questa fase della vita trovava una legittimazione nel sistema di valori sociali condivisi. Oggi non è così. L'adolescenza è divenuta una specie di parcheggio, in attesa di un futuro che non arriva, o arriva pieno di

incertezza; il mondo che ci circonda è un contesto urbano depersonalizzante e caotico, e il mondo interno dell'adolescente è fatto soprattutto di incertezze circa le proprie risorse.

Mi accorgo che ho pronunciato troppe volte la parola "oggi". Ma non sono così sicuro che i problemi di questa generazione differiscano nettamente da quelli delle precedenti. In fondo, quando ero ragazzo, trovavo sempre qualche adulto che mi redarguiva con frasi che iniziavano sempre allo stesso modo: "Ai miei tempi... invece oggi..." Per rimediare, cedo la parola a Shakespeare, che scrive: "Vorrei che non ci fosse l'età che va dai sedici ai ventitre; o che per tutto questo tempo la gioventù che è in noi dormisse sempre. Perché in tutto quell'intervallo non si fa che mettere incinte ragazze, maltrattare gli anziani, rubar la roba e menar cazzotti".

Però, se quanto affermo vale per le condotte trasgressive, può essere valido anche per le condotte a rischio?

Innanzitutto, è necessaria una grande prudenza nel valutare i comportamenti a rischio degli adolescenti: di per sé non sono necessariamente irrazionali, perversi o malati. Possono essere semplicemente funzionali allo sviluppo psicosociale dell'adolescente. L'adolescenza non è una malattia da guarire, e l'adolescente non è un soggetto da normalizzare.

La categoria del rischio, fisiologico o meno, è una categoria tipica dell'universo giovanile, perché la separazione dal mondo dell'infanzia, vissuta come cacciata dal paradiso terrestre ma anche come conquista dell'autonomia, richiede l'attivazione di una grande energia, sotto forma di rabbia, sfida, svalutazione, aggressività. Un po' come quando finisce una relazione sentimentale importante: è normale che in fase di separazione i partners sottolineino oltre il necessario i vissuti negativi e mobilitino la rabbia per trovare il coraggio di separarsi.

Il rischio, se inteso come ricerca di emozioni intense quali forti esperienze che favoriscono l'unità del sé, può anche essere un comportamento sano, un rischio calcolato in funzione del raggiungimento di obiettivi specifici. E' evidente, per fortuna, che molti ragazzi riescono tranquillamente a superare l'infanzia attraverso strade adattive, senza mettere a repentaglio il loro benessere fisico e psicologico.

Solo quando diventa espressione di comportamenti non finalizzati, e quindi caratterizzati da agiti fini a se stessi, distruttività e disperazione, il rischio rientra nella psicopatologia. Per esempio, in tutti i disturbi psichici caratterizzati da impulsività, e in particolare nei disturbi di personalità, la ricerca del rischio è una costante, prodotto di una riduzione dell'ansia anticipatoria e di un'incapacità di evitamento del pericolo.

In ogni caso, tra normalità e trasgressione, disagio e devianza, i confini sono labili. Dovremmo perciò saper distinguere tra condotte a rischio inconsapevoli (behaviour risk), quali certe manifestazioni fisiologiche dell'adolescenza, e ricerca del rischio attiva (risk-taking), che spesso si accompagna a una psicopatologia, per esempio a quelle che oggi vengono definite *dipendenze comportamentali*.

E' importante inoltre non trascurare di cogliere anche nei comportamenti di ricerca del rischio gli aspetti positivi, quando ve ne sono. In riferimento al risk taking, alcuni autori francesi utilizzano la definizione di "condotta ordalica", che suggerisce una relazione con l'ordalia, o "giudizio di Dio". Molto presente nelle culture antiche, l'ordalia affidava al caso (o al destino, o a Dio, se preferite) il giudizio di colpevolezza o meno di un imputato. Consisteva nel superare una prova dolorosa, generalmente sostenere il contatto con il fuoco, o l'acqua bollente, senza perire o subire danni gravi. A me pare una metafora preziosa per cogliere alcuni aspetti del risk taking. Il giudizio divino corrisponde psicologicamente a un valore assoluto, estraneo alla coscienza individuale: in termini junghiani rappresenta un archetipo del sé, vale a dire un pattern trasformativo, un atto di rinnovamento della nostra identità. Come ci indica il rito ordalico, nelle culture arcaiche

questo rinnovamento veniva ottenuto attraverso un passaggio iniziatico e catartico che comportava vissuti estremi.

La moderna definizione di Sensation Seeking applicata ai nostri pazienti a rischio connota lo stesso passaggio potenzialmente trasformativo del giudizio di Dio, anche se purtroppo presenta una differenza fondamentale: nell'adolescente che rischia il rito ordalico è prevalentemente inconsapevole, manca il coinvolgimento dell'io e pertanto è scarso o nullo il significato iniziatico. E' essenzialmente per questo motivo che si innesta nelle condotte a rischio un processo di ripetizione e una progressiva dipendenza da esse.

## **Edipo e Narciso**

Vorrei ora dire qualche parola a proposito di un importante cambiamento nelle strutture simboliche che reggono i nostri atteggiamenti di fondo.

Si sente spesso dire che è morto Edipo, ovvero che è morto il modello educativo della colpa e del castigo. Nel vissuto di Edipo ogni istanza pulsionale si accompagna al sentimento di colpa, e deve quindi sottomettersi al filtro della sublimazione.

In effetti, l'adolescente di oggi non ha più, giustificatamente, una chiara consapevolezza dei ruoli paterno e materno, né dei valori proposti da questi ruoli archetipici. Ne è disorientato, e fatica a ricrearsi una identità.

Quali sono le origini di un simile cambiamento culturale rispetto al passato? In fondo, non sono passati molti anni da quando Freud definiva il bambino un "perverso polimorfo", e per i genitori un figlio era un piccolo selvaggio da civilizzare, attraverso l'imposizione di regole severe.

E' difficile rispondere. Volendo inserire queste dinamiche trasformative in un contesto storico, vi cito due frasi a mio avviso davvero pesanti, pronunciate negli anni ottanta. La prima afferma: "La società non esiste". E la seconda recita: "Mai più la redenzione attraverso la società". Se pensate che siano il parto di un adolescente problematico, di un borderline asociale o di un fricchettone stile new age vi sbagliate: sono di Margaret Thatcher. Esprimono il riconoscimento implicito di una separazione del concetto di società da quello di Stato o Nazione, e l'affermazione esplicita dell'impotenza di queste strutture collettive. Gli anni ottanta erano anni in cui le leggi di mercato iniziavano ad affermarsi come sostituto dello Stato e a dimostrarsi oggettivamente un modello stabile e vincente; e si cominciava a sostenere, senza indurre particolari indignazioni, il diritto dell'individuo di immaginare per i problemi soluzioni private: in parole povere di pensare al proprio tornaconto, là dove prima ci si affidava ai valori collettivi riconosciuti.

Da allora è passato un quarto di secolo. La mancanza di valori forti è ancora la stessa, e continua a essere impossibile per tutti noi immaginarsi la società come rifugio sicuro. Non potendo trovare rifugio in alto, le nuove generazioni lo hanno perciò costruito dal basso: il *gruppo di coetanei*, organizzazione fragile ma essenziale nella socializzazione adolescenziale, su cui vorrei più avanti spendere due parole.

All'interno della famiglia, dicevo, si coglie una crisi profonda del *mandato culturale* che definisce il ruolo del padre. E come conseguenza della scomparsa del padre, sopravvive e diventa centrale la figura materna, unica presenza certa, che svolge solitaria sia la funzione di contenitore affettivo sia quella di contenitore normativo.

La famiglia contemporanea non è più triangolare: ci sono solo madre e figlio. Ma in queste condizioni anche la funzione materna va in crisi. Non più supportata dal ruolo normativo e strutturato del padre, la madre fatica a garantire al figlio quel contenimento emozionale adeguato di cui parlano Bowlby e Fonagy nelle loro proposte teoriche. Un attaccamento insicuro, nell'ottica di Bowlby, può essere la conseguenza di una relazione materna insufficiente o inadeguata o di una carenza nei supporti pedagogici e ambientali.

Vale la pena, credo, di citare alcune considerazioni di tipo clinico-pratico di Chasseguet-Smirgel: "...all'inizio è soprattutto alla madre che incombe il compito di confermare narcisisticamente il bambino. Se egli sente di essere amato dalla madre (ma non sedotto da lei) per il semplice fatto di *esistere*, potrà interiorizzare, in una certa misura, una facoltà di autovalutazione che lo renderà meno dipendente dall'ambiente nella regolazione della stima di sé... Quando... la madre non ama il bambino per quello che è, ma solo per quello che *fa*, la valutazione dell'io, il rafforzamento dell'autostima, potrà compiersi solo attraverso degli atti...". Questo è lo snodo fondamentale in cui si innestano tutte quelle evoluzioni di personalità caratterizzate da un'instabilità della struttura di base -Bergeret parlerebbe di organizzazioni invece che di strutture- che si declinano in un continuum che va dall'eccesso di egocentrismo socialmente accettato al narcisismo, fino al grave disturbo borderline o asociale. Di qui in avanti, per evitare di etichettare a priori come patologico ciò che non comprendiamo a sufficienza, né forse condividiamo, ma che secondo alcuni rappresenta ormai la norma statistica, definirò questo mondo variegato come il mondo di Narciso.

Tornando a Edipo, il conflitto tra gli istinti e le istanze morali introiettate, tra le gratificazioni clandestine e il sottomettersi alla legge del padre, offriva al soggetto due sbocchi possibili: la scelta, con tutto il suo carico di responsabilità, o la nevrosi.

Se sceglieva di rispettare i propri istinti e valori, Edipo era costretto a sopportare conflitti in famiglia. Questi però Narciso non se li può permettere, perché ha bisogno di sentirsi rispecchiato e appoggiato. Quindi Narciso di solito segue pragmaticamente le regole, anche se non c'è mai un'adesione sul piano morale. Se Edipo usciva di casa definitivamente a un'età precoce, per Narciso ciò è impensabile, anzi, solitamente egli coabita a lungo con i genitori, privilegiando il benessere e la sicurezza alla libertà.

Poiché l'adolescente di oggi risponde a categorie di valori non collettivamente riconosciuti, rispetto a Edipo gode di maggiore autonomia nei confronti degli adulti, perché non concepisce il sentimento di colpa rispetto ai valori codificati. Nel suo comportamento c'è, se vogliamo, un lato positivo: investe su se stesso, non su quanto gli altri si aspettano da lui. Spesso non ci riesce, purtroppo.

Dal punto di vista degli adulti, scrive Pietropolli-Charmet, la colpa principale degli adolescenti è quella di godere di una serie infinita di privilegi, non comparabili con quelli di cui hanno potuto disporre le generazioni precedenti: beni di consumo, denaro, libertà di movimento, libertà sessuale. Che essi non sappiano bene cosa fare, o che si annoino, per gli adulti è uno scandalo. Gli adolescenti delle precedenti generazioni vivevano in condizioni in cui tutto era proibito, soprattutto avere tempo libero. Non conoscevano quasi il problema della noia. Al contrario, oggi sembra che gli adolescenti siano incapaci di progettare autonomamente il da farsi, e siano perciò costretti a delegare al gruppo le decisioni su come proteggersi dalla noia. Ed è quasi sempre il gruppo ad alzare il tiro, suggerendo azioni pericolose, utilizzo di stupefacenti o quant'altro possa suscitare emozioni forti; nello specifico, abitualmente è il gruppo ad arruolare il singolo nell'azione rischiosa e proibita.

Pietropolli suggerisce che proprio il tentativo di risolvere la noia sia all'origine di una serie preoccupante di azioni individuali o di gruppo che lambiscono l'area delle condotte a rischio, fino a sconfinare in azioni direttamente scellerate. Ma da dove origina la noia? In chiave psicodinamica, credo si possa affermare che la noia è l'espressione di uno scarso contatto con il proprio inconscio. E non c'è dubbio che, nelle condotte a rischio, agisca un inconscio non contenuto dall'io.

Ma negli adolescenti c'è di più della noia. Intanto, essi manifestano scarso coinvolgimento nelle vicende sociali e si concentrano su se stessi, perché sono portatori di un giudizio negativo e di un pessimismo cosmico rivolti al mondo degli adulti. Non appaiono perciò

interessati alle azioni trasformatrici, ma solo a soffrire il meno possibile, e quindi si costruiscono, all'interno del gruppo di coetanei, un mondo parallelo a quello reale.

Probabilmente questa è la caratteristica più irritante degli adolescenti, dal nostro punto di vista: il loro egoismo, la convinzione che occuparsi del proprio sé sia più importante che non sottomettere le proprie pulsioni al filtro delle regole collettive della società. D'altra parte questa cultura adolescenziale è un prodotto autentico del nostro modello sociale più diffuso; una sorta di nichilismo autoreferenziale che coinvolge, non dimentichiamolo, le maggioranze silenziose di ogni età.

Cosa ne deriva sul piano individuale? Vorrei rispondere citando Jung, il quale sostiene che il ritiro delle proiezioni e -aggiungo io- la rinuncia agli ideali collettivi, produce una "conseguenza inattesa...viene conferito al mondo un aspetto così brutto che nessuno riesce più ad amarlo e nemmeno possiamo più amarci, tanto che nulla resta al di fuori che possa distoglierci dalla nostra propria vita interiore".

E' fuorviante, dicevo prima, mettere delle etichette nosologiche a tutto ciò. Altrettanto fuorviante sarebbe contrapporre, seguendo Bergeret, la normalità statistica di questo stile adolescenziale a una normalità idealistica. Possiamo tutt'al più definirlo pragmaticamente egocentrismo, e se vogliamo anche narcisismo, a patto però di ripulire il termine dai suoi significati psicopatologici, e di utilizzarlo solo come confronto rispetto alla sottomissione al padre di Edipo, rinunciataria e masochistica.

Per tentare di comprendere Narciso, scrive Lasch, autore del libro a cui ho rubato il titolo della mia relazione, è importante "operare connessioni tra la tipica personalità narcisistica e certe costanti caratteristiche della cultura contemporanea, quali il terrore della vecchiaia e della morte, l'alterazione del senso del tempo, il fascino della celebrità, il declino dello spirito ludico, il deterioramento dei rapporti tra uomo e donna...".

Se a questo si aggiunge la percezione del mondo come di un luogo pericoloso e inaccessibile, sia per la reale precarietà di molti aspetti della vita contemporanea, sia, paradossalmente, per la moderna rimozione di questo fatto, dovuta ai progressi della tecnica e del welfare, allora si può concludere, con Lasch, che "il narcisismo sembra rappresentare realisticamente il modo migliore di tenere testa alle tensioni e alle ansie della vita moderna." Esso incarna in sintesi, a parere di Lasch, l'etica dell'autoconservazione e della sopravvivenza psichica. Ci piaccia o meno.

Se c'è uno scopo nell'esistenza di Narciso, questo è lo sviluppo della propria persona, il riconoscimento del proprio intrinseco valore, in parole povere il successo. Purtroppo Narciso deve fare i conti con una grande fragilità intrinseca: poiché non accoglie in sé valori ideali, identifica il successo unicamente nel riconoscimento da parte degli altri, e in particolare del suo mondo relazionale: il gruppo di coetanei.

Bauman, che ha coniato il concetto di "modernità liquida", descrive la frammentarietà, la casualità e la fragilità dei legami che si formano all'interno di un gruppo di questo tipo. Mentre le comunità "tradizionali" si fondano sulla fedeltà a valori condivisi, e quindi impongono obblighi e diritti, ma godono in cambio di una certa stabilità, queste comunità non richiedono obblighi, fedeltà né impegno; si creano e si smantellano velocemente. Sono fondate principalmente sulla base dell'interesse personale, definito dall'esigenza di maggiore sicurezza a scapito della libertà personale, e dall'esigenza di riconoscimento di un diritto alla autonomia a scapito dell'ideale di condivisione. L'esplosione di internet, e in particolare delle comunità virtuali in rete, risponde alle medesime aspettative: facile accesso, facile distacco.

A proposito del gruppo di pari, Chasseguet Smirgel sostiene una tesi interessante. "I nostri simili -afferma- svolgono per noi il ruolo dello specchio... noi siamo indotti a misurare il nostro Io nello specchio che ci tendono i nostri simili a causa di una difficoltà intrinseca a valutarlo diversamente... Noi non abbiamo praticamente nessun mezzo per effettuare la prova di realtà per quanto riguarda il nostro Io psichico, poiché alla sua rappresentazione

interna non corrisponde nessun oggetto esterno. Siamo così costretti a trovare degli specchi in cui scorgere il nostro lo psichico, analoghi agli specchi in cui si riflette il nostro lo corporeo...". Il narcisista tende perciò ad oscillare tra un'incessante richiesta di questo rispecchiamento, mai soddisfatta, e il desiderio di dimostrare, fundamentalmente a se stesso, di non averne minimamente bisogno.

Il gruppo dei pari viene definito dalla Chasseguet "quel luogo favoloso dove tutti i desideri sarebbero soddisfatti...". In definitiva -scrive- il gruppo "funziona naturalmente nel registro dell'illusione". Citando ancora Chasseguet: "La folla ha meno sete di un padrone che di illusioni".

L'ideologia egualitaristica del gruppo difende il singolo dall'angoscia superegoica, e il risultato è che la figura paterna è scacciata. "I membri del gruppo -continuo la citazione di Chasseguet- perdono la loro individualità e cominciano ad assomigliare a delle formiche o a delle termiti... ". Dovremmo pensare che il fatto di rappresentare solo un minuscolo frammento del gruppo determini nel singolo una ferita narcisistica, ma non è così: inconsciamente, l'lo psichico di ciascuno si è esteso all'intera massa dei componenti. Ogni partecipante si sente, per così dire, non una formica, ma il formicaio. Jung descriverebbe questa situazione come un essere inflazionati dal conscio collettivo.

Per quanto riguarda il tema del gruppo, Cabibbe ci ricorda che sia Freud sia Jung manifestano in numerose occasioni la loro drastica sfiducia nelle masse. Tra i numerosi esempi che si potrebbero fare, mi limito a ricordare che Jung sosteneva che "la moralità di una società nel suo complesso è inversamente proporzionale alla sua ampiezza".

In vari scritti inoltre, e in particolare nel saggio su Wotan che si riferisce al nazismo, Jung ci mette in guardia dal rischio di un'inflazione dell'io da parte dell'incoscio collettivo del gruppo, una sorta di possessione che autorizza il singolo a comportamenti pericolosi o immorali, che autonomamente non compirebbe: per non scivolare su temi più pesanti vi suggerisco come esempio la folla di uno stadio.

Proprio perchè aspira molto più di Edipo al successo sociale, Narciso è anche più a rischio di umiliazioni. Di provare vergogna per il proprio fallimento. Di subire ferite all'immagine di sé. Questa è una delle situazioni in cui tipicamente può scattare una condotta impulsiva, o peggio una condotta a rischio.

Infatti lo strumento più potente a disposizione di Narciso per restaurare il sé ferito è la vendetta, rappresentata da un gesto o un'azione impulsiva che condensi simbolicamente sia la propria rabbia sia il desiderio di riscatto. Ma non raramente l'oggetto della vendetta di Narciso è il proprio corpo, manipolato con violenza e distruttività. La fantasia sottostante è quella di morire, per mettersi in salvo dall'orrore della perdita della bellezza, sinonimo di successo.

Narciso sottomette senza freni il proprio corpo alle esigenze dell'estetica, alla comunicazione interpersonale erotizzata; lo sottopone a diete, a droghe, a piercing, a rischi di malattie: basti pensare ai rapporti sessuali non protetti e alla diffusione dell'AIDS. Sono tutte sovrastimolazioni sensoriali non frenate dall'attenzione alla propria incolumità, che evidentemente non coincide con quella del corpo.

Questo è il punto fondamentale del mio ragionamento. Il corpo di Narciso non viene accettato come proprio, ma solo come schermo su cui proiettare le ferite narcisistiche. Il sentimento di vergogna che le accompagna rappresenta infatti una ferita del sé, non dell'io, che è piuttosto caratterizzato dal sentimento di colpa, quasi inesistente in queste personalità. L'io, estremamente fragile, non si estende al corpo e non lo protegge. I comuni istinti di sopravvivenza sono allentati, e anche la possibilità di morire diventa realistica quando vi sono gravi ferite narcisistiche.

La morte di Narciso può essere definita una fantasia di potere, di dominio del sé sul mondo che sta intorno: per mezzo del suicidio si può infliggere dolore e

contemporaneamente negare importanza alle persone con le quali l'adolescente ha una relazione significativa.

Se estendiamo queste riflessioni alle condotte a rischio, possiamo dire che esse rivelano forse il desiderio di uccidersi, ma non quello di morire. Inoltre rappresentano non solo uno strumento di controllo del corpo e delle sue emozioni, ma anche probabilmente una reazione all'incapacità di mentalizzare la propria morte, trasportandola dall'ambito simbolico a quello concreto.

Riassumendo quanto ho finora affermato, ritengo si possano individuare diversi significati nelle condotte a rischio: dal morire per evitare la perdita della perfezione al vivere una fantasia di potere, accettandone le sue conseguenze; dall'essere incapaci di mentalizzare la propria morte all'esprimere l'assenza di responsabilità verso il proprio corpo.

E se ci focalizziamo sulle premesse delle condotte a rischio, riscontriamo in primo luogo tre aspetti fondamentali: l'assenza di una istanza paterna interiore, la dissoluzione di un sistema di regole condivise e la delega di sé al gruppo. Il loro prodotto, in sintesi, è la fragilità dell'io, che porta a vivere nell'illusione.

## **Sport estremi**

Vorrei fare un accenno agli sport estremi, perché spesso veicolano, con un'operazione di ambigua normalizzazione culturale, la ricerca del rischio fine a se stesso.

Se, storicamente, l'affermazione dello sport a livello sociale ha coinciso con il modello agonistico-disciplinare, incarnato da un lato dall'atletismo, dall'altro dagli sport di squadra, negli ultimi trenta anni si è diffusa una nuova cultura sportiva che privilegia componenti ludiche, trasgressive ed espressive, mentre minimizza la disciplina e gli aspetti prestazionali. Si basa sulla sfida verso se stessi e verso le condizioni esterne. Un esempio per tutti è il free climbing: non si vuole più arrivare sulla vetta, ma valorizzare il contatto con la natura e l'estetica del gesto di arrampicata. Superare goffamente un passo difficile non ha nessun valore, quello che conta è l'estetica del gesto. E a volte il free climber, terminata la salita, invece di scendere lungo le corde, si lancia -ben assicurato- nel vuoto, come se giocasse con la vertigine.

Roger Caillois, nel suo libro "I giochi e gli uomini", definisce infatti questi sports come "giochi di vertigine" o *ilinx* (dal greco vortice, vertigine), e ne sottolinea i forti rituali iniziatici e l'attrazione per il rischio.

Egli individua le origini psicologiche di tali attività in una sorta di regressione a piaceri infantili, collegandole con le reazioni dei bambini che strillano di gioia quando sperimentano il piacere psicofisico della vertigine sull'altalena o nei tanti giochi analoghi.

Dal mio punto di vista i giochi di vertigine sottolineano la leggerezza e l'instabilità, e valorizzano l'individualizzazione della pratica sportiva. E' significativo che, anche quando si svolgono in ambienti naturali, la natura in sé non venga valorizzata, tanto che spesso vengono preferite strutture artificiali cittadine che tentano di ricreare condizioni naturali (pareti da arrampicata nelle grandi città, piscine con onde artificiali nei luoghi di villeggiatura marini, eccetera).

L'epoca degli esploratori e dell'alpinismo di conquista è tramontata.

L'attenzione si è spostata, potremmo dire, dall'esterno all'interno, dall'esplorazione del territorio all'introspezione. Viene sempre sottolineata, da chi cerca l'*ilinx*, la sperimentazione di sensazioni inusuali e la messa in prova del proprio corpo, vissuto come un contenitore del Sé, nella ricerca di una identità.

Vi cito un dato che non cessa di stupirmi. Solo nell'anno 2000 in Italia oltre 20000 persone hanno effettuato un bungee – jumping.

Ho prima affermato che gli sport estremi sono, su un piano psicologico, un'amplificazione dei giochi di vertigine. La loro componente fondamentale è l'esperienza del limite, che parte dalla comprensione dell'assoluta inutilità, nel gestire la prova, delle comuni capacità fisiche o esperienziali di cui l'individuo è dotato. Ma raggiungere il limite innesca "una risposta del corpo, che attiva risorse inattese... una sorta di stato di grazia in cui il corpo, come se fosse illuminato, trova da solo le soluzioni migliori".

Ecco come Reinhold Messner racconta il proprio rapporto con il limite: "Quando raggiungo il limite vedo anche ciò che si trova al di là. E' questo l'aspetto affascinante. Non vado al limite per sapere ciò che mi è possibile. Vado al limite per fare esperienza di ciò che non mi è possibile. [...] Messo con le spalle al muro, spesso sono obbligato a tirar fuori capacità che trascendono l'immaginabile. Nelle mie avventure di frontiera ho visto che il subconscio trova soluzioni imprevedibili". Come vedete, viene chiaramente concettualizzato il rapporto tra l'esperienza del limite e la comparsa di un fattore trascendente. Siamo qui di fronte a una prova iniziatica, che in Messner è probabilmente adeguatamente elaborata dalla coscienza, tanto che le sue affermazioni raggiungono un tono che definirei mistico. Più comunemente però, chi fa esperienza del limite si limita a sottolinearne le emozioni inusuali provate. Se è vero, come credo, che l'esperienza del limite come strumento di trascendenza è l'elemento fondamentale dei riti di passaggio dall'adolescenza all'età adulta, torno a segnalare che questo vale solo quando essa viene affrontata consapevolmente.

Al di là del livello di consapevolezza, c'è poi una seconda differenza essenziale tra i riti di passaggio e lo sport estremo: quest'ultimo si configura sempre in termini strettamente individuali, come potenziamento del sé, e mai collettivi, vale a dire che non ha significati simbolici che possano essere colti e condivisi da tutti i membri della comunità.

Mi è difficile perciò concordare con l'idea, che alcuni hanno proposto, che negli sport estremi si esprima un "fattore Ulisse", vale a dire una curiosità innata, un andare oltre, perché "fatti non foste a viver come bruti". Ulisse vuole conquistare la natura, sottometterla alla sua volontà; al contrario il moderno esploratore, e come lui il free climber, la vuole assumere a modello di perfezione, in un certo senso assolutizzare, e da essa farsi accogliere e guidare come da una madre. Si ricalcano in fondo temi appartenenti al romanticismo ottocentesco. E' una visione agli antipodi da quella che dà inizio all'avventura rinascimentale -penso a Marsilio Ficino quando afferma: "quod natura relinquit imperfectum, arte perficitur" (ciò che la natura non perfeziona, può essere migliorato dall'uomo)- ma soprattutto è una visione che sembra negare la presenza dell'ombra, del male, della morte. La natura diventa solo madre, non più matrigna.

Tocchiamo così un altro tema importante e misconosciuto della cultura moderna... la morte di dio, del complesso del padre, di Edipo, e della cultura del sacrificio finalizzato a un ideale, corrispondono, in termini junghiani, a una mastodontica negazione dell'Ombra.

Un esempio ineffabile di quanto affermo si poteva leggere negli anni scorsi nel sito della Adidas, nell'ambito di una campagna pubblicitaria dal titolo "Impossible is nothing". Il testo recita:

*"Impossible è solo una parola pronunciata da piccoli uomini che trovano più facile vivere nel mondo che gli è stato dato piuttosto che cercare di cambiarlo.*

*Impossible non è un dato di fatto. E' un'opinione.*

*Impossible non è una regola. E' una sfida.*

*Impossible non è uguale per tutti.*

*Impossible non è per sempre".*

## Alexitimia

Vorrei proporvi ora un diverso angolo di lettura del disagio giovanile, utilizzando un concetto oggi relativamente tornato di moda: quello di *alexitimia*, proposto da Sifneos e Nemiah nel 1970. Con tale definizione si sottolinea, in pazienti affetti da disturbi psicosomatici, la presenza di una incapacità nel riconoscere il valore cognitivo delle emozioni.

In genere si tratta di pazienti particolarmente ben adattati a livello del comportamento, che non mostrano un'organizzazione di personalità nevrotica né psicotica, ma solo sintomi psicosomatici.

Viene descritta una povertà del pensiero fantastico e una incapacità nell'usare il linguaggio per esprimere le emozioni e nel differenziare emozioni e sentimenti.

Si osserva inoltre una grave mancanza di simbolizzazione, una tendenza ad agire impulsivamente, ad assumere posture rigide e vivere relazioni interpersonali povere.

Peraltro queste caratteristiche sono identificabili non solo nei pazienti psicosomatici, ma anche nei difetti autistici, in tutti i disturbi di personalità, di dipendenza da sostanze e, in misura variabile, in una buona percentuale di cosiddetti "normali".

Il difetto fondamentale dell'alexitimico consiste principalmente nell'incapacità di individuare in sé il manifestarsi delle emozioni e nella incapacità di verbalizzarle. Pertanto esse vengono avvertite dal soggetto solo nel loro aspetto fisiologico e somatico, come una sorta di generica tensione.

Se esaminiamo l'alexitimia dal punto di vista psicodinamico, dobbiamo partire dalla relazione tra pensiero ed emozioni, che viene teorizzata in modo radicalmente opposto nel pensiero di Freud e in quello di Jung.

Come ci ricorda Marozza, la concezione freudiana individua destini e percorsi differenziati per la rappresentazione e per l'affetto. Fin dall'originaria descrizione delle psiconevrosi da difesa, il pensiero freudiano sull'affetto è infatti attraversato da una scissura fondamentale, legata alla *rimozione*, il meccanismo di difesa che sancisce l'effettiva separazione della componente ideativa (la rappresentazione incompatibile su cui si esercita propriamente la rimozione) dall'ammontare affettivo, che segue percorsi differenziati nei vari quadri psicopatologici. La rimozione -radicalizzata fino a divenire rappresentativa di una vera nascita psichica della specie umana con il concetto di rimozione originaria- costituisce il principio di un autentico *dualismo funzionale* tra affetti e rappresentazioni, dal quale dipende l'intero gioco evolutivo della vita pulsionale, attraverso la possibilità di rompere e creare nuovi legami. Mentre dà origine per un verso alla formazione dell'inconscio rappresentativo, la rimozione costituisce d'altro canto un crinale di discriminazione nell'ambito affettivo, ricacciando l'affetto che a essa non ha avuto accesso nell'ambito del *somatico non rappresentabile*. La stessa possibilità di un accesso terapeutico alle psiconevrosi è da Freud legata agli esiti della rimozione: di fatto la prima classificazione delle nevrosi in *attuali*, non analizzabili, e *da difesa*, analizzabili, è fondata sull'osservazione che solo nelle seconde sarebbe riscontrabile il lavoro psichico legato alla rimozione.

Se applichiamo questi concetti all'alexitimia, essa assume un valore *categoriale*, perché va intesa come un quantum affettivo non rappresentabile e quindi somatizzato, un prodotto della rimozione delle rappresentazioni; e, così intesa, costituirebbe il nucleo psicopatologico di qualunque disturbo psichico.

Per quanto riguarda la proposta junghiana, lo spunto più originale nel costituire una base teorica sul rapporto tra affetti e rappresentazioni è la *teoria del complesso a tonalità affettiva*. Questa teoria propone una concezione dell'affetto come *nucleo centrale* dell'unità complessuale, *inscindibilmente* connesso a sensazioni e rappresentazioni. Per Jung non si può mai parlare di un'affettività arappresentazionale, né di una rappresentationalità anaffettiva, ma di una qualità differenziata che definisce l'unità complessuale in funzione

del suo livello di coscienza, cioè di un progressivo *oscuramento*, della rappresentazione nella tonalità affettiva, tanto maggiore quanto più si procede verso l'inconscietà più radicale. Il dualismo tra affetto e pensiero viene risolto nell'individuazione di dimensioni *qualitativamente* diverse nell'espressione di aspetti sensoriali, cognitivi e affettivi in funzione della gradualità della coscienza.

Applicata all'alexitimia la teoria junghiana ne sottolinea un carattere *dimensionale*: essere più alexitimici corrisponde in sostanza a essere meno consapevoli dei propri nuclei complessuali.

Continuando a ragionare di alexitimia, a me pare che questo concetto abbia molti punti di sovrapposizione con quello che, sul piano sociologico, viene definito negli adolescenti contemporanei come "analfabetismo" emotivo-affettivo. Basti pensare alla povertà della loro vita relazionale, spesso totalmente filtrata dalla comunicazione *virtuale*, dalle chat o da un face book che consente di connettersi mantenendo le distanze.

A.A. Semi giunge anzi a descrivere negli adolescenti una sorta di *agnosia emotivo-affettiva*, nella quale il disordine nei codici per riconoscere la "presenza dell'altro" e gestire le emozioni/affetti espone al rischio di *deumanizzazione* dell'universo relazionale.

Credo che il collegamento tra alexitimia e analfabetismo emozionale degli adolescenti sia supportato anche da alcune evidenze cliniche. Rispetto al passato, nei disturbi psicopatologici degli adolescenti non si manifesta più, infatti, un conflitto tra i desideri e le proibizioni, ma piuttosto un attacco al *legame affettivo*. E i sintomi del disagio, - autodistruttività verso il corpo come nei disturbi di personalità, nell'anoressia e nella bulimia, o disturbi dell'attaccamento come nelle forme di depressione più o meno mascherate e negli attacchi di panico- denunciano specificamente la disorganizzazione delle emozioni e degli affetti e l'incapacità a dar loro un significato.

Trascurando le situazioni rare in cui l'alexitimia è secondaria a patologie biologiche (la cosiddetta alexitimia primaria o strutturale, caratterizzata da un difetto organico nel substrato neuroanatomico dei centri preposti alla attivazione e alla elaborazione delle emozioni: il sistema limbico e le connessioni limbico-corticali), si possono individuare nella letteratura specialistica psichiatrica due formulazioni teoriche idonee a contribuire alla comprensione di tutti gli aspetti impliciti nell'alexitimia.

La prima è rappresentata dal *modello del diniego*, che intende l'alexitimia come difesa estrema contro gli affetti e le fantasie, applicata in modo indiscriminato a ogni fenomeno affettivo. Questo modello suggerisce in sintesi che l'alexitimia rappresenti una strutturazione di personalità difensiva, nella quale i meccanismi della scissione e della identificazione proiettiva sono prevalenti rispetto ai meccanismi di difesa più evoluti presenti nelle nevrosi, e determinano la perdita della consapevolezza di emozioni e fantasie.

Il secondo modello teorico è quello del *deficit*, che concettualizza una grave debolezza dell'io, cui consegue l'incapacità di elaborazione psichica della componente istintuale e di simbolizzazione.

Vorrei però spostare in secondo piano il modello del deficit, perchè a mio avviso è adeguato a spiegare solo le sindromi più gravi, e perchè ha il limite di proporre una patogenesi dell'alexitimia individuale ma non collettiva, ed è perciò inadatto a supportare la mia proposta di spiegazione teorica del disagio adolescenziale.

Seguendo quindi il modello del diniego, l'alexitimia può allora essere considerata non più come una categoria nosologica -categoria a mio avviso pressochè inutile, trattandosi di un sintomo diffuso trasversalmente a tutte le patologie in cui agiscono dei meccanismi di scissione- ma come una *caratteristica dimensionale* della personalità, anzi come una particolare caratteristica della personalità, che ritengo esprima aspetti adattativi al

malessere sociale odierno. L'alexitimia sarebbe quindi presente in tutti gli individui di una determinata popolazione, seppure in misura molto variabile. In altre parole, tutti siamo un po' alexitimici, ma solo chi è molto alexitimico può essere considerato patologico.

Se mi permettete un esempio certamente riduttivo, a proposito di ridotta espressione e consapevolezza delle emozioni ai fini adattativi, è quasi superfluo ricordare la differenza tra lo scoppio emozionale determinato dall'assistere di persona a un atto di violenza e la tranquilla indifferenza con la quale ascoltiamo un telegiornale che quotidianamente fa l'elenco di morti e tragedie; o la facilità con la quale mangiamo una bistecca paragonata con la dimenticanza dei mezzi con i quali il nostro macellaio se la è procurata. Il distacco emozionale in questi casi è certamente vissuto da noi come adattativo e nessuno si pone il dubbio che sia patologico, anche se non tendiamo probabilmente a gloriarcene.

Tenendo sullo sfondo il disagio dei nostri panorami urbani, vorrei proporvi un paragone ardito, descrivendovi un classico esperimento dell'etologia pionieristica. Se in una gabbia di dimensioni standard si inserisce in numero crescente una popolazione di ratti, cresce progressivamente il livello di aggressività dei singoli, fino a che, giunti a un certo numero di inquilini, si scatenano comportamenti violenti e uccisioni, che riportano la popolazione a una certa quota, alla quale i ratti tornano docili. Ogni volta che si prova a incrementare nuovamente la popolazione della gabbia oltre a quella quota, si reinnesca la stessa reazione violenta e il numero di ratti torna a decrescere. Forse, oserei dire, in quella gabbia potrebbero sopravvivere più facilmente ratti molto alexitimici.

Sappiamo dalla neurobiologia che i circuiti che regolano l'ansia sono mediati dalle monoamine, in particolare dalla serotonina. Semplificando moltissimo, più serotonina c'è, più si attivano comportamenti tolleranti. Le situazioni contingenti stressanti -per i ratti in questione, la sovrappopolazione- determinano un calo della concentrazione di serotonina liquorale.

E per gli umani? In una popolazione come quella giapponese, caratterizzata dal sovraffollamento e da stili di vita formali e rispettosi della privacy, ma dal nostro punto di vista un po' opprimenti (pensate alle pareti di carta delle abitazioni tradizionali e alla relativa mancanza di intimità), non mi sembra strano che vengano segnalate in alta percentuale forme geneticamente determinate del recettore serotoninergico più attive di quelle di altre popolazioni.

Da un lato, per alcune malattie ad altissima componente alexitimica, come ad esempio l'autismo, è dimostrata una forte componente genetica. Dall'altro, esistono dati epidemiologici probanti sulla relazione tra certi tipi di educazione (quelli, per sintetizzare, caratterizzati da stili di attaccamento insicuro) e una evoluzione del carattere con forte presenza di aspetti alexitimici.

Questi dati vanno interpretati sulla base della profonda interrelazione tra la genetica e la cultura. Sappiamo che il patrimonio genetico influenza l'espressione culturale, ma anche che l'educazione influenza l'espressione fenotipica del patrimonio genetico. Vivere in una città sovraffollata ci obbliga, per sopravvivere, a tollerare situazioni stressanti che Narciso, se immaginato allo stato brado (*overt*, se preferite) -e in questa definizione includo i modelli ideali proposti dalla società alla cultura adolescenziale, come i cow boys, o gli eroi di guerra e d'avventura cinematografici- non riuscirebbe a gestire.

Io credo perciò si possa sostenere che in una società nella cui evoluzione incidono sempre più, con la scomparsa della famiglia tradizionale, gli stili di attaccamento insicuro, in un contesto politico e culturale assai meno stabile che in passato, dove il lavoro, quando c'è, è provvisorio e raramente capace di gratificare perché spersonalizzante, quando il contesto abitativo tipico è sempre più quello dell'alveare, la fobia prevalente è quella del supermercato affollato, e i valori collettivi -la legge di mercato- edonistici ed egoistici,

l'essere umano subisca una forte pressione a valorizzare difese dalle inflazioni emozionali, volte a salvaguardare l'identità.

Non c'è dubbio però che il porre un filtro generalizzato alle componenti emozionali possa determinare nel singolo una sorta di povertà del mondo interno emozionale e apra le porte a un successivo intervento compensatorio dell'inconscio a mezzo di "sovrastimolazioni" sensoriali.

Non saprei definire altrimenti l'innocente ascolto di musica a tutto volume, i meno innocenti videogiochi che consentono di rappresentare comportamenti violenti e invitano a identificarsi con l'eroe sterminatore, l'assunzione di sostanze eccitanti o dopanti e, last not least, i comportamenti di ricerca del rischio.

Partendo da un altro punto di vista, Zuckerman propone conclusioni a mio giudizio simili. Il tratto di personalità "sensation-seeking" è interpretabile a suo avviso in termini di differenze individuali nel funzionamento del sistema di arousal, in particolare del suo livello basale di attività e del suo livello di reattività. Esisterebbe un livello ottimale di arousal corrispondente a un livello ottimale di gratificazione "tonica", sotto il quale nascerebbe il comportamento sensation-seeking, quale risposta adattativa del soggetto alla perdita del tono gratificante; una risposta funzionale alla riconquista di tale tono.

Zuckerman precisa che l'evento fondamentale della dinamica sensation-seeking è l'intensità dello stimolo ricercato. L'intensità rappresenta il negativo della vera e propria base del "sensation-seeking behaviour", cioè l'intensità della carenza di gratificazione.

Alla povertà emozionale del nostro mondo interno alexitimico si accompagna sempre più spesso, con gradi di intensità estremamente variabili, la depressione, il disturbo mentale più diffuso nel mondo. In anni più recenti essa ha raggiunto una diffusione tale che la si ritiene responsabile della maggior parte delle difficoltà che incontriamo nella vita quotidiana: stanchezza, inibizione, insonnia, ansia. Perché la depressione ha oggi una tale diffusione? Credo sia pertinente, in questo contesto, aggiungere alle tante risposte possibili anche un commento sul piano sociologico. Nella società contemporanea le norme della convivenza civile non sono più fondate sui concetti di assunzione di responsabilità e disciplina, ma sullo spirito d'iniziativa. L'individuo ha la necessità di mostrarsi sempre all'altezza, e la sua depressione è la conseguenza dell'eccesso di energia che ciascuno di noi deve spendere per diventare adeguato.

In sintesi, i nostri adolescenti, e del resto noi con loro, hanno il dubbio privilegio di tentare di essere adeguati alle aspettative del mondo, correndo il rischio di terminare anzitempo il carburante e scivolare nella depressione, o al contrario staccare la spina delle emozioni e assestarsi in una posizione alexitimica.

Scusate se torno un'ultima volta sul tema del mio timore riguardante la tendenza a "patologizzare" gli elementi di cambiamento delle nuove soggettività. Non posso dimenticare che la psichiatria in passato si è prestata a operazioni di patologizzazione della devianza sociale. E prendo atto con piacere del dibattito in corso sulla eccessiva diffusione delle diagnosi di *personalità borderline*, e sulla necessità di non leggerle come "disturbo mentale" in senso stretto, ma come variabili in qualche modo adattative -in senso darwiniano- alle modificazioni dell'ambiente sociale-affettivo delle istituzioni, quali la famiglia e la società.

Secondo molti autori diventa allora possibile interpretare una certa percentuale dei cosiddetti disturbi di personalità -certo non le situazioni gravi- come evoluzioni -o involuzioni, se preferite- culturali e non come patologie. Semi, a questo proposito, sottolineando un'idea di normalità ad essa sottostante, propone il concetto di *normosi*, entità nosografica intermedia tra le nevrosi e le psicosi che, seppur connotata da elementi di sofferenza e di incapacità a gestire la relazione con il mondo circostante, è coerente con

le attese dell'ambiente sociale stesso. I gruppi adolescenziali che ho descritto sono, anche dal mio punto di vista, probabilmente affetti da normosi.

## **Conclusioni**

Come proteggere gli adolescenti dalla ricerca di sovrastimolazioni? Dalla ricerca del rischio? Si potrebbero dire moltissime cose al proposito. Ma quando si possono dire molte cose, significa che nessuna di esse è conclusiva. Mi limito perciò a suggerire pochi e dubbiosi spunti di lettura.

Dovremmo ridefinire il ruolo paterno sul piano pedagogico e soprattutto formativo, tenendo presente l'inefficienza appurata dei modelli opposti di padre portatore dei valori assoluti (la riedizione del padre-padrone) e di padre fratello maggiore (la deresponsabilizzazione sul piano normativo).

Dovremmo vigilare perché nel mondo materno i valori normativi e superegoici non entrino in conflitto con l'accoglienza acritica e affettiva che è l'archetipo del materno.

Dovremmo non farci troppe illusioni sull'utilità di un supporto psicoterapeutico, e non solo perché i soggetti risk seeking non si ritengono, in genere giustamente, malati e quindi non accetterebbero una cura, ma anche perché l'analisi diviene impossibile se lo scarto tra l'io e l'ideale non è mantenuto entro una certa distanza: è impossibile, cioè, se il soggetto ritiene che il suo ideale non possa oltrepassare il valore dei beni di consumo da lui agognati.

Dovremmo infine, ma non credo ci sia rimedio, non vivere come in una gabbia di ratti.

Il problema psicologico fondamentale, in ultima analisi, è quello dell'inflazione dell'io o dell'inflazione del Sé, cioè della consapevolezza dei propri limiti. Un io idealizzato può avere senso come stimolo a migliorarsi e come antidoto alla disperazione solo se non diventa una negazione nevrotica delle fragilità umane.

Abbandonare le illusioni e i grandi privilegi dell'infanzia oggi più che in passato non è facile. Gli adolescenti debbono fare uno sforzo particolare per creare nuove relazioni che garantiscano lo strepitoso successo ottenuto in famiglia da bambini. Nel contempo debbono esercitare una certa violenza su se stessi e sul mondo familiare per riuscire a trasformare il bambino-figlio in adolescente-soggetto sociale e sessuato. Nel contesto attuale il processo di separazione dall'infanzia non ha più i connotati della contestazione e del conflitto fra due generazioni, né in famiglia, né a scuola, né nella società, perché ci troviamo, come in tanti hanno detto, di fronte a una generazione in cui Narciso ha sostituito Edipo, per cui gli adolescenti coltivano le apparenze e la bellezza della propria persona più di quanto non siano occupati a destituire l'autorità dei genitori al fine di costruire la propria identità.

Tuttavia, l'io, smarrito tra mille frammenti, non riuscirà mai a ritrovarsi se continua a lasciarsi plasmare dalla logica di Narciso, perché essa mortifica la differenziazione, che è invece fondamentale per uno sviluppo armonico della personalità.

Narciso deve compiere un percorso più faticoso di Edipo, perché esso implica il recupero dell'autostima e soprattutto la ricerca di un modo autentico per far emergere la propria individualità.

Come può allora Narciso trovare un rimedio alla sua vergogna e trovare la propria identità vera e profonda, non un'identità di facciata da esibire in pubblico? Intanto, dovrebbe meditare seriamente su ciò che davvero sente essere la sua verità e la sua missione, rifiutando le aspettative che si sono insediate nella sua mente, ma che provengono dall'esterno. L'importante è portare avanti un proprio progetto originale.

Narciso deve uscire da sé se vuole trovare se stesso, ma deve uscire da sé mantenendo il contatto con le proprie emozioni, non alienandosi (cioè non uscendo da sé senza ritorno).

Deve trovare la sua identità nel rapporto dinamico tra le emozioni che sono in lui e ciò che gli chiede il mondo esterno. L'identità, infatti, non è né solo dentro, né solo fuori, ma è nell'infinito passaggio tra le due sfere.

Ma per non sembrare eccessivamente pessimista, anche se mi identifico più in quel polo, concludo citandovi un'ultima volta Chasseguet Smirgel: " Il narcisismo strappato all'lo primitivo potrebbe, se si vuole, essere paragonato all'idea platonica che cerca di incarnarsi.... Si potrebbe concepire un ideale dell'lo trascendente in rapporto a ideali temporanei e indefinitamente rinnovabili...

Se guadagnar denaro (o disprezzarlo), possedere un appartamento lussuoso ( o ostentare una vita da freak), vestirsi in maniera sobria o anticonformista, avere dei bei bambini, praticare una religione, darsi al bere, aderire a un'ideologia, amare ed essere amati, scrivere un libro intelligente, realizzare un'opera d'arte e così via sono altrettanti tentativi di ridurre lo scarto tra l'lo e il suo ideale, non è meno vero che, al di là della ricerca di questi soddisfacimenti stessi, l'uomo è guidato da qualcosa di più profondo, di più assoluto e di permanente, che oltrepassa i *contenuti* diversi e le apparenze molteplici e momentanee che egli darà al suo desiderio di ritrovare la perfezione perduta."

## Bibliografia

Albus, M.; Messner, R.  
*Non troverai i confini dell'anima*  
Mondadori, Milano, 1996

Bergeret, J.  
*La personalità normale e patologica*  
Raffaello Cortina, Milano, 2002

Cabibbe, F.  
*Seminario su "La cultura del narcisismo"*  
tenuto presso ARPA nel 2006

Caillois, R.  
*I giochi e gli uomini. La maschera e la vertigine*  
Bompiani, Milano, 2000

Chasseguet-Smirgel, J.  
*L' ideale dell'io. Saggio psicoanalitico sulla «Malattia d'idealità»*  
Raffaello Cortina, Milano, 1991

Ferrero Camoletto, R.  
*Oltre il limite*  
Il Mulino, Bologna, 2005

Carbone, P.  
*Le ali di Icaro.*  
*Capire e prevenire gli incidenti nei giovani*  
Bollati Boringhieri, Torino, 2009

Lasch, C.

*La cultura del narcisismo*  
Bompiani, Milano, 1981

Lipovetsky, G.  
*L'era del vuoto. Saggi sull'individualismo contemporaneo*  
Milano, Luni

Marozza M.I.  
*Lo sfondo affettivo della comprensione*, relazione tenuta nel XII° Convegno CIPA  
"Psicologia analitica e teorie della mente. Complessi, affetti, neuroscienze". Roma, 14,15 e  
16 Novembre 2003

Pietropolli Charmet, G.  
*Fragile e spavaldo. Ritratto dell'adolescente di oggi*  
Laterza, Bari, 2008

Semi, A. A.  
*Il narcisismo*  
Il Mulino, Bologna, 2007

Zuckerman, M.  
*Behavioral Expression and Biosocial Bases of Sensation Seeking.*  
New York: Cambridge University Press, 1994.