

L E T T O P E R V O I

## «From restoration of the Self to the recovery of human mystery...»

*di Sebastian Babu \**

Luca Balugani\*\*

È risaputo che viviamo in un mondo dove le persone con disturbi narcisisti sono in costante aumento, tanto da considerare il narcisismo come la malattia psicologica del nostro tempo. Per definizione, il narcisista è auto-referenziale, centrato su di sé. Di conseguenza, educarlo alla prospettiva della trascendenza teocentrica, dell'amore altruista e del dono di sé (che è tipica del messaggio evangelico) si fa molto problematica, anche nel campo della formazione vocazionale dove persone di questo tipo non mancano, sia fra i candidati che i formatori al sacerdozio e alla vita religiosa.

Che cosa può imparare un formatore cristiano da una teoria psicoanalitica contemporanea (la «Psicologia del Sé») che si occupa delle origini, della fenomenologia e del trattamento dei disturbi narcisisti?

\* Titolo completo: «From restoration of the Self to the recovery of human mystery; an interdisciplinary study on the transformation of narcissism in psychotherapy: Psychoanalytic Self Psychology and a model based on Christian Anthropology in dialogue», Claretian Publications, Bangalore - India 2014 («Dal risanamento del Sé al recupero del mistero umano; uno studio interdisciplinare sulla trasformazione del narcisismo in psicoterapia: dialogo fra Psicologia del Sé e un modello di Antropologia Cristiana», pp. 546 (non tradotto in italiano). L'autore è docente di psicologia presso l'Istituto di Psicologia dell'Università Gregoriana e il Claretianum – Istituto di teologia della vita consacrata dell'Università Lateranense.

\*\* Psicologo e psicoterapeuta, direttore del Collego universitario S. Carlo di Modena e insegnante all'Istituto Superiore per Formatori.

Perché è così difficile avere accesso al mondo interiore di queste persone che con la loro manifesta grandiosità danno per scontato che gli altri siano a loro disposizione, li trattano come un'estensione di se stessi, si chiudono ad ogni minimo affronto, resistono ai tentativi di sondare la loro interiorità e di confrontarsi apertamente con gli altri? Davvero il narcisista è, come comunemente si pensa, egoista, innamorato di se stesso, chiuso alle relazioni? È solo così o si riduce ad essere così? E come aiutarlo affinché l'amore di sé non soffochi l'amore per il fratello e per Dio? Il libro si rivolge a psicoterapeuti ma l'approccio consigliato vale per ogni tipo di formatore che ha a che fare con questo diffuso e moderno disturbo di personalità.

## Due modelli a confronto

L'autore sviluppa il tema mettendo a confronto due modelli teorici e terapeutici. Da una parte la Psicologia del Sé di Heinz Kohut, uno dei grandi studiosi delle origini e delle caratteristiche dei disturbi narcisisti e il suo modello di intervento basato sull'empatia. Dall'altra parte, la teoria dell'antropologia cristiana sviluppata dall'Istituto di Psicologia della Pontificia Università Gregoriana di Roma (I.P.G.), dove la presente ricerca si è svolta, e il suo modello di intervento, cioè i «colloqui di crescita vocazionale» (CCV)<sup>1</sup>. L'autore confronta i loro presupposti antropologici di fondo, i criteri diagnostici, gli obiettivi terapeutici e le loro strategie di intervento. Dalla lettura del libro si evince che, sebbene la Psicologia del Sé non condivida la visione antropologica cristiana, sorprendentemente tra i due modelli ci sono diverse aree di interfaccia concettuale per la comprensione della persona umana e del processo di cambiamento nella terapia. Lo psicoterapeuta cristiano può utilmente adattare le intuizioni derivanti da un tale dialogo, al fine di offrire un intervento pedagogico più efficace senza dover scendere a compromessi sulla visione cristiana della persona.

<sup>1</sup> Sulla natura di questi CCV cf R. Roveran, *Per un'efficace pedagogia: i colloqui di crescita vocazionale*, in «Tredimensioni», 1 (2004), pp. 172-181, A.M. Ravaglioli, *Educare alla relazione interpersonale i futuri presbiteri. Mondo interiore, «ortopatia» e colloquio formativo*, in «Tredimensioni», 10 (2013), pp. 232-239. Cf anche la voce «Accompagnamento e Relazione di Aiuto» dell'indice tematico di questa Rivista, 9 (2012), pp. 324-325, (anche in [www.isfo.it](http://www.isfo.it)).

Anche se molto è stato scritto circa il contributo di Heinz Kohut alla comprensione del narcisismo e il suo trattamento, il suo lavoro è ancora poco conosciuto e meno applicato nel contesto della psicoterapia e pedagogia ad orientamento cristiano. Sebastian Babu riporta gli studi, fatti soprattutto in ambiente anglofono, che hanno tentato di applicare i principi della Psicologia del Sé allo studio della religione, alla cura pastorale e all'esperienza religiosa. Ma la novità di questo libro sta nell'esplorare, in dettaglio, il potenziale arricchimento reciproco fra il contributo di Kohut e il nucleo specifico della pedagogia cristiana che ruota intorno al concetto della vita come dono di sé a Dio e agli altri. È, questa, una libertà che il narcisista può darsi?

Il *risanamento del Sé* che soffre di vulnerabilità narcisista è l'obiettivo terapeutico della Psicologia del Sé. Il termine risanamento del Sé indica il processo di ripristino della sua coesione e della sua struttura, attraverso la riattivazione terapeutica del «transfert di oggetto-Sé» e attraverso l'esperienza del Sé della reattività empatica e dei fallimenti empatici da parte del terapeuta. Dall'altra parte, i CCV propongono un metodo di intervento terapeutico/pedagogico che mira a *recuperare la dimensione del mistero* presente in ogni persona al di là e nonostante le sue disfunzioni. L'espressione recupero del mistero indica il processo pedagogico per un'autentica «spiritualizzazione» della lotta umana/psicologica della persona, individuando le domande e le sfide nascoste dietro ai problemi immediati che vengono presentati, facilitando in tal modo un maggiore apprezzamento delle dimensioni trascendenti e del mistero all'interno della psiche senza emarginare o condannare la dimensione umana/psicologica<sup>2</sup>.

## Le tesi di fondo

Sono sostanzialmente due:

1. Fare esperienza del terapeuta/guida come un «oggetto-Sé empatico reattivo» può aiutare sia il processo di risanamento del Sé, sia il recupero del mistero umano in persone con disturbi narcisisti.

<sup>2</sup> L'autore usa le opere di H. Kohut come fonti primarie e i contributi di altri psicologi del Sé come fonti secondarie. Per l'analisi del modello I.P.G. usa come fonti primarie le ricerche dei suoi fondatori (L.M. Rulla e F. Imoda) e come fonti secondarie gli scritti degli ex-allievi dell'Istituto di Psicologia che hanno ulteriormente esteso la discussione sull'applicazione terapeutica del modello attingendo dalla vasta tradizione psicodinamica.

Il termine oggetto-Sé empaticamente reattivo sta ad indicare quel particolare modo con cui bisogna relazionarsi con una persona narcisisticamente vulnerabile; un modo che la aiuti ad avanzare oltre il suo auto-centrismo *proprio mentre* si risponde empaticamente alle sue legittime esigenze di rispecchiarsi, idealizzare e gemellare.

2. Applicare questa modalità relazionale e i principi della Psicologia del Sé al metodo dei CCV può essere di grande aiuto per la formazione di sacerdoti e religiosi che presentano disturbi narcisisti. Senza una possibile trasformazione del loro narcisismo, la loro eccessiva ricerca di esperienze di oggetto-Sé empatici li lascia con pochissima capacità di azione libera e responsabile e di trascendere se stessi sinceramente verso gli altri e verso Dio.

### Lo svolgimento dell'argomento

Lo studio è organizzato in tre parti.

La parte I (capitoli 1-5) esamina in dettaglio il modello della Psicologia del Sé. Il capitolo 1 ne ripercorre le origini e lo sviluppo. Il capitolo 2 fornisce una visione sintetica dei principali concetti nel modello. Il capitolo 3 esplora la visione antropologica di fondo nella Psicologia del Sé esemplificata nell'immagine dell'«uomo tragico» i cui sforzi di attualizzare il disegno interiore del Sé falliscono a causa di ambienti non empatici e della finitudine dell'esistenza. Il capitolo 4 studia da vicino come la Psicologia del Sé vede il processo di cambiamento terapeutico nei suoi aspetti tecnici e non tecnici ed esplora il ruolo dell'analista come oggetto-Sé empatico che facilita il processo di cambiamento. Fornisce anche una recensione dei risultati della ricerca che sembrano confermare alcune delle affermazioni della Psicologia del Sé. Il capitolo 5 presenta i punti forza e i limiti di questo modello.

La parte II (capp. 6-8) esamina il modello dell'Istituto di Psicologia della Gregoriana (I.P.G.). Il capitolo 6 ne esplora la visione antropologica cristiana, le fonti a cui attinge e i postulati teologici, filosofici e psicologici che arricchiscono la sua visione interdisciplinare. Il capitolo 7 studia, relativamente allo strumento terapeutico/pedagogico dei CCV, il processo di cambiamento e il recupero del mistero umano. Il capitolo 8 valuta l'originalità e i limiti di questo modello e conclude indicando le prospettive di un dialogo potenzialmente arricchente tra i due modelli.

La parte III (capp. 9-10) mette in dialogo i due modelli fin qui considerati sulla base dei seguenti criteri: 1) gli orizzonti, 2) la visione antropologica di fondo presente nella teoria che guida il modello terapeutico proposto, 3) l'obiettivo dell'intervento terapeutico, 4) la rilevanza della teoria per la descrizione del comportamento patologico e per la terapia, 5) la relazione della teoria con i fenomeni empirici, 6) la chiarezza e la definizione dei concetti e delle ipotesi implicite presenti nella teoria, 7) l'aggancio interdisciplinare presente nella teoria, 8) l'importanza data all'inconscio, 9) i tipi di clienti previsti.

In base a questi criteri il capitolo 9 presenta il potenziale interfacciamento e le divergenze tra i due modelli. Con un tentativo originale il capitolo 10 esplora le potenzialità che possono derivare dall'applicare i principi della Psicologia del Sé al processo di formazione dei sacerdoti e dei religiosi con vulnerabilità narcisista: mostra come, nei candidati, nei formatori e nella comunità di formazione agiscono i disturbi narcisisti manifesti sotto forma di bisogni arcaici di oggetto-Sé, quali sono le dinamiche relazionali di stampo narcisista e cosa si potrebbe fare perché una trasformazione di forme arcaiche di narcisismo possa diventare possibile per queste persone.

## I risultati

Non essendoci la traduzione italiana del libro, riportiamo in dettaglio i risultati dello studio:

1. Nell'accezione popolare il narcisismo è associato con l'egoismo, la mancanza di relazionalità, la superbia, l'innamoramento di se stessi... Invece queste nozioni sono molto limitate nel descrivere l'interiorità narcisista. La Psicologia del Sé rivela che i narcisisti, il cui apparente egoismo e senso di grandiosità induce negli altri rabbia, paura, frustrazione o antipatia, hanno essi stessi un disperato bisogno di risposte empaticamente in sintonia per superare l'esperienza di frammentazione dei loro Sé feriti.

2. Per Kohut il problema fondamentale del narcisista è dato dalle prime lesioni ricevute, già nell'infanzia, a causa di fallimenti empatici nel rispondere alle sue legittime esigenze da parte di chi si prendeva cura di lui e che si traducono in deficit di struttura autoportante del Sé. Per Kohut sotto tutte le richieste narcisiste c'è un Sé triste, so-

litario e molto fragile, che cerca disperatamente di far sì che un'altra persona faccia le funzioni di oggetto-Sé per lui, poiché la sua capacità per tali funzioni auto-lenitive è significativamente compromessa. Kohut ha tentato di mostrare come le pulsioni relative all'aggressività e alla sessualità potrebbero essere meglio comprese come escrescenze delle prime lesioni del Sé a causa di fallimenti empatici traumatici. Nella sua prospettiva *i danni psicologici al Sé precedono la distruttività umana*. Questo potrebbe ampliare la nostra comprensione dei fattori attenuanti il grado di colpevolezza degli atti considerati peccaminosi. L'ansia di auto-frammentazione conseguente ai fallimenti empatici può essere considerata come il terreno di coltura del peccato. I peccati relativi alla lussuria, alla gola, all'avarizia, all'accidia, all'ingordigia, all'ira, all'invidia, come anche l'odio e la vendetta, possono essere compresi, almeno in parte, come tentativi sbagliati di auto-riparazione e di lenire il Sé ferito. Ciò che in questi peccati si cerca diventa per la persona un sostituto di un oggetto-Sé che ha fallito. I comportamenti peccaminosi sembrano, dunque, condividere una dimensione di disperato tentativo da parte del Sé ferito di tenere insieme un senso fragile del Sé.

3. Sebbene la Psicologia del Sé non abbracci l'orizzonte antropologico più ampio del modello I.P.G. e con quello abbia alcune aree di divergenza concettuale, può tuttavia fornire concetti che possono arricchire ulteriormente la comprensione della persona umana presente nel modello I.P.G. Ad esempio: relazionalità Sé/oggetto-Sé per tutta la vita, bisogni dell'oggetto-Sé, necessità vitale per lo sviluppo del Sé di avere risposte empatiche da parte di persone significative, la linea evolutiva separata tra narcisismo e strutture narcisiste, le dinamiche dei bisogni narcisisti nel rapporto con Dio. Inversamente, la terapia basata sulla Psicologia del Sé può diventare più efficace nel facilitare una maggiore esperienza di coesione di Sé se il soggetto è aiutato anche a comprendere e apprezzare meglio la dimensione di mistero che lo avvolge.

4. Di particolare utilità sono le indicazioni che la Psicologia del Sé offre circa il modo di relazionarsi con il narcisista: un modo che aiuti queste persone a rendere i loro Sé grandiosi più realistici e a raggiungere una maggiore maturità sul piano degli ideali e dei valori. Il confronto dei due modelli ha evidenziato che l'esperienza che il soggetto narcisisticamente vulnerabile fa del terapeuta/guida come di un

oggetto-Sé empatico reattivo può aiutare il processo di risanamento del suo Sé fragile ma anche il recupero della dimensione di mistero della vita. Il fattore centrale in tutto questo processo è che a tale soggetto venga data l'opportunità di essere empaticamente compreso nel suo stato del Sé vulnerabile. Ciò faciliterà l'emergere, nel transfert, dei bisogni profondi e assetati di *rispecchiarsi, di idealizzazione e di gemellaggio*. Determinante sarà la loro «gratificazione ottimale» in una risposta empatica da parte del terapeuta, e anche la frustrazione per i fallimenti empatici da parte del terapeuta che poi viene interpretata al soggetto. In altre parole, il terapeuta offre risposte al Sé grandioso del soggetto per rispecchiarsi (risposta empatica al bisogno di rispecchiarsi), si lascia idealizzare come fonte di conforto e rassicurazione (risposta empatica al bisogno di idealizzazione) e si offre come compagno di viaggio che conferisce all'esperienza del soggetto un'essenziale somiglianza e accettabilità con lui (risposta empatica al bisogno di gemellaggio). Poiché nessun terapeuta sarà in grado di offrire la perfetta risposta ai bisogni del soggetto, inevitabilmente nel loro rapporto si realizzeranno delle interruzioni e incomprensioni. Ma anche ogni reiterata esperienza di fallimento empatico ottimale sarà occasione per aiutare a costruire le strutture psichiche invisibili nel soggetto, per cui anche lui diventa capace di svolgere una funzione auto-tranquillizzante verso se stesso, funzione che in precedenza era stata svolta dal terapeuta. Questo processo, combinato con l'obiettivo di facilitare il recupero del mistero umano, può portare al raggiungimento di auto-coesione e di un maggiore apprezzamento della dimensione di mistero. Pur con modalità diverse, questi preziosi suggerimenti relazionali valgono anche per chi non è terapeuta del narcisista ma suo amico, maestro, compagno di vita.

5. Questo studio evidenzia che la persona del terapeuta occupa una posizione innegabilmente importante. Il terapeuta che si presenta come un oggetto-Sé empatico può anche esercitare una funzione di insegnamento. Grazie al transfert idealizzante può aiutare il soggetto ad identificarsi con il sistema di valori e la visione del mondo del terapeuta (nel caso in cui già li condivideva), ad interiorizzarli al fine di formarsi una base più matura di ideali. Questo, evidentemente, se il terapeuta/guida ha una umanità evangelizzata e una più stretta identificazione con l'*imago Dei* in lui. Ciò sottolinea anche la necessità della formazione integrata del terapeuta stesso che inevitabilmente

influenza i valori e la visione del mondo del soggetto a causa del transfert dell'oggetto-Sé.

6. Il concetto di «esperienza di oggetto-Sé empatico» può raffinare anche la comprensione delle dinamiche motivazionali che coinvolgono il rapporto del narcisista con Dio. La trasformazione del narcisismo arcaico può cambiare il modo in cui il narcisista si rapporta a Dio: è un cambiamento dalla percezione di un Dio come un oggetto-Sé empatico arcaico che cede senza discutere alle richieste del Sé grandioso e che offre il necessario rispecchiarsi al suo senso di essere speciale, ad un vero e proprio riconoscimento dell'alterità di Dio e all'amorosa sottomissione al suo appello alla vita e alla vocazione di ciascuno.

7. Gli approfondimenti della Psicologia del Sé suggeriscono che, senza un ragionevole grado di auto-coesione, può essere difficile trascendersi verso l'altro e verso Dio, poiché il modo di cercare l'altro è finalizzato al mantenimento della coesione del Sé. In tal caso, per una persona con disturbi del Sé, perché sia in grado di apprezzare la dimensione del mistero della sua esistenza e di trascendere se stesso nell'amore, è essenziale che abbia prima risolte le legittime preoccupazioni circa il suo Sé. La progressiva maturazione del narcisismo arcaico può aiutare il soggetto a cercare gli altri e Dio con modalità che apprezzino la loro alterità e non solo li usi per soddisfare i propri bisogni insoddisfatti. Lo può fare quando trova – nella situazione terapeutica e nella vita – il contatto con oggetti-Sé maturi che empaticamente capiscano e rispondano alle sue legittime esigenze di oggetto-Sé. Ampliando questo punto di vista si può anche ipotizzare che chi soffre di bassi livelli di autostima potrebbe diventare capace di una migliore auto-donazione e auto-trascendenza se il contatto con oggetti-Sé empatici lo aiuta a raggiungere e a rafforzare livelli realistici di autostima e di coesione dell'esperienza di Sé.

8. La terapia basata sulla Psicologia del Sé inizia con un Sé che ha disturbi e finisce con lo stesso Sé che è ripristinato ad un senso di coesione: non invita la persona ad andare oltre se stessa verso una qualsiasi realtà più grande di lei. Il modello I.P.G. fa un passo avanti, in quanto apre a quella persona la possibilità di scoprire la sua profonda identità spirituale come *imago Dei* e di scoprire che ella stessa, nella sua esistenza concreta, condivide una dimensione di mistero. Punta verso il supremo ambiente empatico: Dio. È in Dio che i desideri più



profondi sono soddisfatti e trovano un'accettazione ontologica e la conferma divina di essere un'*imago Dei*. In contrasto con l'immagine dell'*uomo tragico* propria della Psicologia del Sé, il modello I.P.G. propone l'immagine dell'*uomo fiducioso* che vive di fede, che è peccatore ma redento, maestoso ma fragile, auto-trascendente ed egocentrico allo stesso tempo, portando l'immagine di Dio in Sé, ed essendo un mistero non possiede in Sé la ragione della propria esistenza e gode di una libertà condizionata per trascendere se stesso.

9. Questo studio evidenzia anche la necessità di integrare i temi della tragedia, presenti nella psicoanalisi e nella Psicologia del Sé psicoanalitica, con i temi della speranza, del mistero, della libertà, della vita, della risurrezione e dell'auto-trascendenza teocentrica offerti dall'antropologia cristiana. Il linguaggio della psicoanalisi è ricco di temi tragici tratti dalla mitologia greca che si concentrano sul lato oscuro dello spettro della vita umana. L'antropologia cristiana completa il quadro, offrendo anche l'altra parte, che è più positiva e piena di vita e di speranza.

10. Applicata al contesto della formazione, la trasformazione del narcisismo arcaico può cambiare il modo di percepire la propria vocazione. Invece di manipolare la vocazione per il rispecchiamento della propria grandiosità e il senso di essere speciali o per la ricerca di esperienze di gemellaggio, si comincia a vedere la vocazione come oblazione d'amore della propria vita al servizio di Dio e degli altri. La trasformazione del narcisismo arcaico può anche favorire la crescita di empatia all'interno del soggetto in modo che cominci a vedere se stesso e gli altri con empatia, riconoscendo che ognuno sta combattendo una dura battaglia interna, proprio come lui.