

Michael Ermann<sup>1</sup>

Ricerca Psicoanalitica, 2002, Anno XIII, n. 2, pp. 159-178.

## Sulla creatività del sogno e il suo fallimento<sup>2</sup>

Traduzione dal tedesco di Marco Conci.

### SOMMARIO

Il lavoro onirico è una delle scoperte più significative descritte da Freud ne *L'interpretazione dei sogni*. In questione sono i processi di trasformazione dei pensieri inconsci nel sogno manifesto. Il sogno è così strutturato come il sintomo nevrotico, ossia una formazione di compromesso tra desideri inconsci infantili e difese. Le teorie psicoanalitiche contemporanee del pensiero e la distinzione tra memoria esplicita ed implicita introdotta dalle neuroscienze ci consentono oggi di pervenire ad una più articolata comprensione del processo onirico. Possiamo di fatto qualificarlo come pensiero del sonno. In altre parole, il lavoro onirico nel senso di Freud é in realtà basato sulla più fondamentale capacità di sognare, che l'autore chiama "lavoro onirico implicito". L'autore ipotizza che quest'ultimo rifletta l'esperienza primigenia della funzione alfa descritta da Bion. L'insufficiente sviluppo della capacità di sognare può causare un "disturbo del sogno", la condizione di cui soffre l'individuo che non sogna.

### SUMMARY

#### **Dream disorder. On the creativity of dreaming and its failure**

Dream work is one of the significant discoveries which Freud describes in his *Dream interpretation*. It contains the processes of transformation of unconscious thoughts into the manifest dream. The dream, thus, is structured like a neurotic symptom as a compromise between unconscious infantile wishes and defense. Contemporary psychoanalytic theories of thinking and the distinction between explicit and implicit memory which was introduced by the neurosciences offer a broader understanding of the process of dreaming. It may be seen as thinking during sleep. Thus it becomes obvious that dream work in the sense of Freud's ideas is based on the more fundamental capacity to dream, which the author calls implicit dream work. He assumes that it reflects the early experience of the alpha function which was described by Bion. Insufficient development of the capacity to dream may cause dream disorder, which becomes manifest by the experience to be an individual that "does not dream".

---

*L'Interpretazione dei sogni* del 1900, l'opera di Freud essenziale sia per la psicoanalisi che per il pensiero occidentale, rimane da più di un punto di vista un punto di riferimento nodale. Uno degli assunti di fondo che Freud vi tematizza è quello della funzione del sogno quale garante del sonno. Questo assunto sta in stretto rapporto con la seconda ipotesi di fondo del libro, quella per cui il sogno ha un suo significato psicologico individuale in termini del nascosto desiderio che lo muove, ovvero nella misura in cui esso contiene una comunicazione in codice relativa all'universo rimosso dei desideri e alla biografia del sognatore. Tutto questo a sua volta conduce ad una terza ipotesi, ovvero all'individuazione della funzione

---

<sup>1</sup> Michael Ermann è docente ordinario di psicoterapia e psicosomatica alla *Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie* dell'Università di Monaco di Baviera.

<sup>2</sup> Questo articolo è originariamente comparso nella rivista *Forum der Psychoanalyse*, vol. 16 (2000), pp. 358-71.

difensiva che va sotto il nome di “lavoro onirico”, da cui dipende, attraverso la produzione del sogno, il mantenimento del sonno.

Su questi concetti, cui Freud stesso ha sempre tenuto fede, si basa la sua teoria onirica e la sua concezione psicoanalitica dell'interpretazione dei sogni come strumento e via della psicoanalisi e della psicoterapia psicoanalitica. Tali concetti sono andati talora incontro, nel corso del successivo sviluppo, ad una forte opposizione. Il primo di essi, ovvero la funzione protettiva esercitata dal sogno nei confronti del sonno, è stato addirittura capovolto nel suo contrario, come hanno fatto i neuroscienziati Crick e Michison (1983), che nel sogno vedono un meccanismo che, eliminando le informazioni superflue, alleggerisce il carico di lavoro del cervello. Ad essere protetto non sarebbe dunque il sonno, quanto le *quotidiane* funzioni cerebrali. La seconda ipotesi, il significato individuale dei sogni, è stata criticata con forza in particolare dai neurobiologi. È così che sia McCarley e Hoffmann (1981) che Hobson (1988) concepiscono il sogno come un processo neurobiologico del tutto autonomo e i sogni in termini del senso che il cervello a posteriori assegna a processi cerebrali autonomi.

Da ultimo la terza ipotesi, quella della funzione difensiva dei sogni, è andata incontro - perlomeno nell'esclusività con cui Freud la espresse - ad un'intensa critica all'interno della stessa comunità psicoanalitica, dal momento che non assegna sufficiente peso né al contenuto onirico manifesto né all'aspetto progressivo e prospettico dei sogni. Le divergenze che Freud e Jung ebbero a livello di struttura e significato dei sogni contribuirono alla rottura tra loro, tanto fu densa di conseguenze (cfr. Strunz, 1995). Per Jung (1925, 1944) i sogni erano una diretta espressione immaginifica dell'anima nonché una rappresentazione simbolica della situazione psicologica contingente del paziente, insieme al loro ancoraggio all'inconscio collettivo e ai suoi aspetti prospettici. Comunque, con lo sviluppo della psicologia dell'io, delle teorie delle relazioni oggettuali e della teoria del narcisismo, anche gli analisti freudiani pervennero ad una valutazione totalmente nuova della dimensione onirica, che ne rese gradualmente sempre più critica la posizione di *via regia* dell'inconscio.

A cento anni di distanza dalla pubblicazione de *L'Interpretazione dei sogni* la vivacità di questi dibattiti ha ceduto il posto ad un clima più sereno. Ad una tale distanza e in considerazione dell'ampia revisione della teoria e della prassi psicoanalitiche verificatesi a partire dalla metà del secolo XX sorgono oggi nuovi interrogativi. Quelli di cui mi occupo nel corso di questo lavoro hanno a che fare più col sogno come processo che non col sogno come prodotto. Come è possibile che ci siano esseri umani che non sognano affatto in una maniera soggettivamente significativa?

In queste persone l'attività del sognare è di fatto limitata, oppure non perviene ad una funzione soggettivamente significativa? Quello che in questa sede mi interessa è dunque l'attività onirica disturbata. Come si configura un tale disturbo e che cosa ci rivela a proposito della vita psichica della persona che ne soffre? Non è forse più importante, per la comprensione di tali persone, sviluppare delle ipotesi relative al perché esse “non sognino” (non credono di sognare), piuttosto che aspettare che abbiano finalmente un sogno, per poi indagarne il contenuto? Riflettendo su questi interrogativi sono pervenuto all'opinione che in questi casi la comprensione del disturbo del processo del sogno è più importante della decodificazione del significato del singolo sogno.

### **Disturbo del sogno: due vignette cliniche**

Parecchi anni or sono ho trattato per un certo periodo di tempo una bella signora di mezza età. Si era rivolta a me perché la sua vita era priva di senso, le sue relazioni umane vuote di significato e per la sensazione di non vivere in contatto con se stessa. Soffriva di profondi stati di vuoto e depersonalizzazione ed era affetta da una bulimia a carattere intermittente. Disegnatrice di moda in una boutique, per non essere negli ultimi mesi riuscita a portare più a termine alcun progetto creativo, la paziente aveva

sviluppato una grave situazione di tensione. Era diventata sempre più depressa ed era alla fine arrivata al punto da pensare al suicidio.

In effetti, la paziente odiava la sua attività lavorativa, non avendola scelta di sua spontanea volontà, ma essendovi stata spinta ad esercitarla dalla madre - di cui rappresentava il sogno. In essa la paziente non si era mai sentita creativa. I suoi bozzetti li aveva più che altro copiati, più o meno rubati che non realmente ideati da sé. Guardava piena di invidia tutti coloro che riteneva persone creative. Tra le altre cose di cui mi parlava c'era poi il fatto che non riuscisse a sognare.

Il suo trattamento prese un corso sfortunato. Le sedute erano dominate dai problemi della vita quotidiana e non conseguivano nessuna profondità. Evidentemente non riusciva ad avere nessuna fiducia in me, né a ricevere da me qualcosa, mentre a me non riusciva di trovare accesso al suo mondo interno. La sua mancanza di creatività era ora dunque diventata evidente anche nella nostra relazione. Quando cercai di parlarne con lei, mi subissò di rimproveri e di critiche. Mi trovai a pensare ripetutamente all'invidia, di cui aveva fatto menzione, e cercai di collegare ad essa la sua scarsa stima di sé. Dopo una di queste sedute la paziente fu presa sul vivo a rubare in un grande magazzino, cosa che rese evidente la cleptomania di cui anche soffriva e che mi aveva sottaciuto. Poco tempo dopo interruppe il trattamento e se ne andò senza essersi mai ricordata di un sogno.

La seconda paziente arrivò da me col problema di essere venuta al mondo per sostituire la sorella. Era stata generata - mi raccontò con molta emozione - nel momento in cui alla sorella era stata diagnosticata una malattia incurabile ed era nata in coincidenza con la grave depressione insorta nella madre a seguito della sua morte. Soffriva di senso di estraneità, dismorfofobia - voleva farsi amputare il seno - e crisi di angoscia. Anche questa paziente riferiva di non essere in grado di ricordarsi i sogni e riteneva di non riuscire a sognare affatto.

Il suo fu un trattamento emozionante. Nonostante un atteggiamento di fondo improntato alla negazione e agli scrupoli eccessivi, che le resero a lungo impossibile utilizzare in maniera costruttiva i colloqui che aveva con me, un po' alla volta si creò tra noi uno spazio comune. All'inizio in questione era solo il breve momento del commiato, ma poi anche gli ultimi minuti della seduta ne furono informati, finché, alla fine, tale spazio comune non riempì la maggior parte delle sedute, dominate dunque da un clima di lavoro analitico. Alla fine arrivò anche la seduta in cui portò il suo primo sogno. Un terribile sogno d'angoscia, del quale aveva una pallida memoria. Si trovava sulla tomba della sorella e nel sogno era sicura di essere lei stessa anche la morta.

Come può essere che ci siano persone che non vivono, ovvero che non si ricordano dei loro sogni e che quindi, in questo senso, sognano poco o addirittura per niente? E come si può spiegare il fatto che l'una paziente non pervenne a tanto pur nell'ambito di una terapia analitica, che anzi interruppe, mentre per l'altra si sviluppò un processo per cui, pur dopo un tempo non breve, il sognare acquisì un'importanza crescente?

### **A proposito di esperienza creativa**

I miei pensieri sui disturbi del sogno riguardano il sognare come processo creativo. Ad essi premetto alcune riflessioni di fondo sull'esperienza creativa, stimulate in me dalle idee di Winnicott (1971)<sup>1</sup>, cui rinvio il lettore.

In questo senso la creatività mi appare come una funzione intesa a dare forma alle cose: noi colleghiamo, frammentiamo, modifichiamo le cose che ci troviamo in mano e da esse creiamo qualcosa di nuovo, che investiamo di significato. Nell'atto creativo l'inconscio trova un'espressione percettivamente concreta. Creare vuol dire dunque dare forma a qualcosa che ne è privo e che carichiamo di significato nuovo.

Questo succede sia nel sonno che nella veglia. Per quanto riguarda la vita di veglia, non sono solo le opere d'arte ad avere questo carattere di creatività e ad essere ammirate come produzioni culturali. Anche molte delle soluzioni che adottiamo nella nostra vita quotidiana si rivelano quali creative manipolazioni dell'ambiente in cui viviamo. Come trascorriamo le nostre giornate, diamo forma alle nostre relazioni, ovvero andiamo incontro alle sfide della nostra professione: quando le nostre soluzioni rappresentano una giocosa utilizzazione del materiale grezzo a nostra disposizione, allora possiamo con Winnicott sottolinearne il carattere creativo.

Un carattere della creatività è la particolare condizione spirituale in cui essa ha luogo. Si tratta di una condizione di assorbimento in se stessi, in cui lasciamo succedere più cose di quelle cui diamo attivamente forma. L'attività in senso creativo ha qualcosa in comune con i sogni ad occhi aperti. L'uomo creativo si rende forse conto di entrare in rapporto con qualcosa dentro di sé, senza sapere che cosa. Si rende conto soltanto che lo fa. Freud (1914) ha parlato del coraggio di permettere al nostro inconscio di parlare ad alta voce. Winnicott (1971) paragona una tale condizione con il gioco dei bambini, la cui localizzazione psichica si situa al confine tra mondo esterno ed interno. Bion (1962) parla di *rêverie* e si riferisce ad una particolare condizione di pensiero in stretto rapporto con le fantasie inconse. L'uomo creativo proietta tali fantasie su un oggetto, al quale dà così un nuovo significato. La trasformazione della fantasia proiettata in una forma percepibile coi sensi fa del pensiero un atto creativo.

Poniamo ad esempio il caso di lavorare con l'argilla. Prendiamo la sua massa umida e bruna e la facciamo rotolare su e giù tra le mani. Ed è proprio da questo tipo di contatto che si delinea una prima forma. All'inizio è semplicemente il negativo delle nostre mani a prendere forma nell'argilla. Se lasciamo fluire il movimento delle nostre mani, un po' alla volta prende forma una qualche idea. Un'idea che reca sempre meno traccia delle nostre mani e consegue un carattere proprio. È così che guardando la forma finita noi stessi ci stupiamo di essere gli autori di una tale creazione.

La creatività è dunque un avvenimento situato in un ambito tra attività e passività, tra la nostra volontà e la nostra capacità di resa, in ultima analisi tra lo spazio psichico interno e il mondo esterno. Nel nostro lavoro analitico questo spazio di transizione creativo lo incontriamo costantemente nel nostro lavoro quotidiano. È lo spazio che si apre in una riuscita seduta analitica, ovvero in una seduta altamente creativa.

La creatività ha luogo allorché qualcosa di privo di forma assume una configurazione che rispecchia le indicazioni delle nostre fantasie inconse. Nell'atto del dare forma alla cosa trova espressione, senza che ce ne rendiamo conto, un'idea proveniente direttamente dall'inconscio. Da questo punto di vista il prodotto, la creazione esprimono qualcosa di essenziale della natura del relativo autore, che all'autore stesso sfugge sul piano cosciente.

Tutto ciò chiarisce anche la differenza tra creazione e allusione. L'allusione riflette una rappresentazione conscia e dà luogo ad un segno: la corona è un segno del potere. La creazione contiene un'intenzione inconscia e si materializza nel simbolo: il crocefisso simbolizza l'anelito alla vita eterna.

### **Sognare: pensare in maniera creativa nel sonno**

Nel sonno s'instaura una speciale relazione nei confronti delle fantasie inconse. Chi sogna le percepisce come la realtà fondamentale della condizione onirica, alla stessa maniera in cui coglie l'ambiente, il suo corpo e la sua vita spirituale come le realtà della condizione di veglia. Noi viviamo dunque in due mondi: nel mondo della veglia e in quello del sonno; conviviamo con oggetti esterni ed interni, con un sé esterno ed uno interno e con relazioni esterne ed interne. Ovvero viviamo sia nel mondo cosciente che in quello inconscio - laddove il modo in cui qui utilizzo il concetto di "inconscio" ha bisogno di una spiegazione. In questione è qui il punto di vista della psicologia della percezione e non quello dei significati impliciti inconsci: su esso si basa la distinzione tra coscienza e vita di veglia. Da questo punto di vista gli oggetti

interni sono inconsci, in quanto non percepibili nell'ambito della pura e semplice vita di veglia. Altrettanto inconscio è per la condizione psichica del sonno il mondo esterno.

Nel sonno hanno luogo i più svariati processi di elaborazione delle informazioni. I loro correlati elettrofisiologici sono ben documentabili in forma delle diverse fasi del sonno dell'EEG. Da questo punto di vista il cervello si trova, per tutta la durata del sonno, in stato di attività, per quanto in diversi stati funzionali (Koukkou-Lehmann 1995). Su tutto ciò che in questa condizione viene percepito non ne sappiamo di più di quello che il sognatore ricorda in stato di veglia, per esempio al risveglio in un laboratorio del sonno. Su quali percezioni possano venire catalogate come sogni ancora si discute. Nella ricerca empirica sul sogno vengono per questo utilizzati criteri formali, come ad esempio il ricordo di un'attività, soggetto od oggetto di un qualche tipo (Foulkes 1978). Dal punto di vista della psicoanalisi si può invece qualificare come sogni quei processi aventi luogo nel sonno che rappresentano un significativo processo di riflessione soggettivo ovvero rispecchiano la vita mentale del sognatore. Sogni sono dunque i prodotti di tali processi che entrano a far parte della vita di veglia.

Dal punto di vista delle neuroscienze si può quindi comprendere i sogni come la percezione soggettiva dei processi di elaborazione delle informazioni che hanno luogo nel sonno, dal punto di vista della psicoanalisi come un significativo processo di riflessione mentale che caratterizza la condizione del sonno. L'uomo riflette tramite il sogno in termini delle categorie della sua esperienza - inconscia, dal punto di vista della sua coscienza di veglia. È così che le rozze impressioni della vita di veglia, coniugate coi ricordi, danno luogo a nuove soluzioni. L'aspetto creativo di questo processo consiste nel fatto che a partire dalle diverse informazioni, contenute nei resti diurni e nei ricordi, viene creato un nuovo ordine, che rappresenta nella sua forma qualcosa di nuovo: il sogno. Si tratta del prodotto creativo derivante dai processi di elaborazione delle informazioni che hanno luogo nel sonno. Nella sua qualità di evento unico, che prende forma in un determinato momento della vita del sognatore, a partire da materiale recante traccia della sua vita individuale, il sogno ci dice qualcosa di irripetibile sul sognatore, ovvero contiene un messaggio che lo riguarda.

I sogni sono dunque produzioni inconscie dal punto di vista della condizione di veglia e consce da quello dello stato onirico. È così che Meltzer (1988) della vita onirica ha scritto: "Queste transazioni possiamo chiamarle 'sogni' quando dormiamo e 'fantasie inconscie quando siamo svegli".

### **Lavoro onirico esplicito e disturbo del sonno**

Quando Freud scrisse la sua *Interpretazione dei sogni*, questo processo lo trattò, come è noto, sotto l'aspetto dell'elaborazione inconscia del conflitto. Con la sua tesi sopra citata del sogno come protettore del sonno creò un concetto neuropsicologico dell'attività onirica. In questo modo la verità veniva nascosta nel lavoro onirico e il desiderio infantile rimosso trovava realizzazione allucinatoria negli aspetti oscuri del sogno. Questa era una geniale soluzione del problema, dal punto di vista di come avvicinarsi al rimosso e di come rendere conscia l'amnesia infantile, ciò che peraltro rappresentava lo scopo da Freud stesso perseguito nell'elaborazione del metodo psicoanalitico.

In un recente scritto basato sull'attività di ricerca del nostro laboratorio (Ermann 1995) riferivamo come, avendo cercato di verificare la tesi freudiana della funzione difensiva, di protezione del sonno, svolta dall'attività onirica, avevamo di fatto trovato che soggetti nevrotici con disturbi del sonno sono in grado di riportare, risvegliati dal tipico sonno REM, molti meno sogni dei soggetti di controllo, laddove entrambi hanno altrimenti ricordi onirici del tutto sovrapponibili. All'epoca interpretammo questo dato nel senso che il materiale mnestico utilizzato dai soggetti nevrotici per la produzione dei sogni ha più spesso, ovvero in maniera più accentuata, carattere conflittuale che nei soggetti di controllo. È per questo che una formazione di compromesso a carattere neutralizzante può in costoro facilmente fallire, al punto da

svegliarli dal sonno. Questa conflittualità del materiale grezzo dei sogni sembra anche poter spiegare, proprio nel senso di Freud, le molte omissioni nei sogni dei nevrotici, omissioni coincidenti coi momenti di particolare movimento emotivo e che abbiamo concettualizzato col termine di “negativo del sogno”.

Per i tipici nevrotici questa spiegazione suona, ora come prima, plausibile. È così che nel lavoro analitico noi stessi possiamo sperimentare come l’elaborazione dei conflitti inconsci fondamentali dei pazienti e l’aumento delle possibilità di soluzione dei conflitti stimoli la funzione protettrice dei sogni. Ho spesso avuto analizzandi che si svegliavano regolarmente pieni di ansia dai loro sogni ripetitivi, invece che “sognarli fino in fondo”, per poi, presto o tardi, portarmi in seduta la “soluzione” che aveva permesso loro di non svegliarsi.

“Oggi ho avuto di nuovo il mio sogno dell’automobile, ma questa volta l’ho sognato fino in fondo”, mi disse una volta una paziente. La macchina che in questo suo sogno ripetitivo si dirigeva ad alta velocità verso di lei aveva in esso un altro colore. Andava anche molto più lentamente. Quando poi si trovò nel punto in cui in genere si svegliava nel panico, fuggiva e si metteva al sicuro, riconobbe al volante della macchina il padre, che le sorrideva e passava oltre. Questo sogno rappresentò un punto di svolta nello sviluppo di una donna, che aveva avuto una relazione molto seduttiva col proprio padre, rispetto alla quale l’analisi le permise finalmente di conseguire una distanza realistica.

La funzione protettrice del sonno esercitata dai sogni presuppone comunque che in questione siano esseri umani che dispongano di esperienze simbolizzate, ossia linguisticamente codificate nella memoria. Questo vale per i contenuti della nostra memoria esplicita, ossia per la nostra “memoria simbolica”. Il lavoro nevrotico del sogno nel senso di Freud è dunque una funzione della memoria esplicita, da cui deriva la grezza sceneggiatura per la generazione del sogno, ossia per quello che possiamo chiamare “lavoro onirico esplicito”. Quando esso fallisce a causa di un conflitto, il risveglio del sognatore assume il significato di sintomo nevrotico. È così che insorge il disturbo del sonno.

### **I sogni come spazio di sviluppo**

Senza voler diminuire l’importanza fondamentale della concettualizzazione per la comprensione delle nevrosi e dei sogni nevrotici<sup>2</sup> elaborata da Freud ne *L’Interpretazione dei sogni*, non posso condividere l’esclusività della sua ipotesi della realizzazione del desiderio latentemente presente nei sogni. Essa ridurrebbe in ultima analisi la funzione dei sogni ad una funzione difensiva. L’essenza dei sogni rimarrebbe rimossa e potrebbe trovare eventualmente espressione in una forma come-se. Dagli elementi elaborati nel sogno prenderebbe regolarmente forma una entità nuova di ordine *inferiore*, dal momento in cui il carattere fondamentale della difesa consiste proprio nel celare l’essenza dei fenomeni.

L’esperienza clinica si contrappone però all’esclusività di questo concetto. Essa ci porta ad attribuire ai sogni il loro statuto speciale e il loro potenziale creativo proprio per il fatto che dagli elementi psichici grezzi prende forma un materiale di ordine *superiore*. Possiamo affermare che i sogni rappresentano una condizione psichica in cui tendenze di sviluppo a carattere progressivo non solo si mostrano, ma addirittura prendono forma. I sogni sono un luogo di crescita psichica e di nuovo inizio.

Questo punto di vista lo troviamo confermato esaminando ad esempio i sogni che offrono soluzioni ai nostri problemi. Uno dei miei analizzandi aveva da bambino vissuto grosse angosce rispetto all’imparare a nuotare. Una notte sognò che era in grado di nuotare. Fu così che il giorno successivo si recò in piscina e, convinto di riuscire a nuotare, si immerse nell’acqua profonda e nuotò!

Nel trattamento delle persone con “disturbi del sogno” si apre uno spazio di creatività particolare, nel momento in cui costoro, che non hanno mai sognato, portano un primo sogno in seduta. Nel caso della seconda delle pazienti ricordate all’inizio di questo scritto, che aveva vissuto tutta una vita sostituendo la sorella morta, questo fenomeno ebbe luogo dopo una lunga ricerca di uno spazio analitico. Lei stessa

sembrò rendersi spontaneamente conto che in questione era l'apertura di uno spazio essenziale di vita.

Alla fine riuscì a conseguire - *dapprincipio nel sonno* - l'angosciante percezione che l'identificazione con la sorella morta l'avesse condotta fuori strada nella sua vita. Ciò diede vita al suo primo sogno ricordato. Sognò se stessa - come sopra accennato - sulla tomba della sorella, se stessa che sapeva di essere la sorella morta. Nel momento in cui riuscì a prodursi in questo sogno, la paziente fu in grado di pervenire ad una distanza adeguata sui due versanti della sognatrice e della protagonista del sogno. L'osservatore artefice del sogno ed il Sé inconscio sognato svelarono il segreto della sua vita fallita. È del tutto probabile che questa scena celasse anche il desiderio inconscio di uccidere la sorella, e forse addirittura quello di liberarsi attraverso la morte della propria vita, date le tendenze suicide da me rilevate all'epoca di questo sogno. La configurazione del sogno celava anche - insieme alla percezione dell'identificazione con la sorella morta e alla scissione tra un Sé morto ed un Sé vivente - qualcosa di sostanzialmente nuovo: il desiderio di vivere.

### **Il retroterra neuroscientifico**

I reperti e le ipotesi delle neuroscienze sembrano confermare il punto di vista della funzione creativa dei sogni. In base allo stato attuale di questa disciplina <sup>3</sup> l'elaborazione delle informazioni che ha luogo nel sonno rappresenta un continuo processo di riorganizzazione dell'informazione in rapporto ai mutevoli contenuti della memoria. Il risultato che ne consegue è un'integrazione a livello superiore di nuovi e vecchi contenuti della memoria. La base biologica di un tale processo è rappresentata da onde elettrofisiologiche che si muovono da una regione cerebrale all'altra, con particolare riferimento per il tronco encefalico, il cervello medio e la neocorteccia. Esse rappresentano il substrato delle diverse funzioni relative all'elaborazione delle informazioni, ossia percezione, valutazione, visualizzazione e simbolizzazione. Inoltre esse stabiliscono i collegamenti tra i diversi piani della percezione e della memoria e collegano soprattutto le informazioni quotidiane non elaborate, i ricordi simbolizzati e il sapere processuale. Nell'ambito dell'elaborazione delle informazioni non ancora elaborate viene fatto ricorso ad esperienze analoghe e dato vita a nuove soluzioni. In questo modo si formano circuiti neuronali complessi. Si tratta di sistemi di potenziali elettrici collocati negli spazi intermedi tra le fibre nervose del sistema nervoso centrale, che stanno in un rapporto di interazione reciproca e che sono suscettibili di modificazione permanente. È in questo modo che le vecchie esperienze possono essere prese a modello per l'elaborazione delle nuove informazioni e, a loro volta, venire modificate attraverso le informazioni più recenti. Sul piano psicologico tutto ciò significa apprendimento e crescita psichica. Come già accennato, l'esperienza di sognare corrisponde alla percezione soggettiva di questi processi di elaborazione delle informazioni che hanno luogo nel sonno. Ciò che poi ricordiamo in forma di sogno è il ricordo allo stato di veglia del prodotto di questi processi.

In psicoanalisi partiamo con Freud (1900) dal presupposto che siano i resti diurni a spingerci a sognare, ovvero impressioni psicologicamente particolarmente significative non ancora elaborate. Dal punto di vista delle neuroscienze ciò non è del tutto giusto. L'attività del sognare riposa su attivazioni della sostanza cerebrale biologicamente predeterminate, che periodicamente si dipartono dal tronco cerebrale (Hobson, 1988). Ma fintantoché nel sonno può essere registrata dell'attività psichica - e questo succede in tutte le fasi del sonno - vengono parallelamente elaborate anche le informazioni che il sognatore ha raccolto su di sé e sul proprio ambiente durante lo stato di veglia. Esse vengono confrontate con le vecchie informazioni, coi loro contesti e valutazioni, depositate in forma di potenziali nei sistemi neuronali. Da questo punto di vista è la fase del sonno, ossia lo stato funzionale del tessuto cerebrale, a determinare quali sistemi accumulatori di memoria e quale sapere utilizzare al fine dell'elaborazione delle informazioni (Koukkou-Lehmann 1995).

Sul piano metaforico possiamo dunque dire che gli esseri umani utilizzano tutto il tempo che passano a

dormire a riflettere, per potersi meglio capire in rapporto al loro ambiente. A quali risultati essi pervengano dipende però dalla fase del sonno in cui si trovano. Gli esseri umani utilizzano dunque lo stato di attivazione del proprio cervello nel sonno per riuscire ad orientarsi meglio in termini della realtà esterna, del proprio Sé e delle proprie relazioni interpersonali. Nella misura in cui collegano le nuove esperienze con le vecchie, ne vengono anche a capo.

I resti diurni possono fornire lo stimolo affinché un qualche problema che ad essi si accompagna possa venire ulteriormente elaborato nel sonno. Moser e von Zeppelin (1996) sono dell'opinione che proprio in questo modo i sogni vengono generati: quando un determinato vissuto non può venire integrato nella continuità della memoria affettiva, quand'ora attivato da un resto diurno che ad esso si richiama, viene a fare parte dello stato di coscienza del sonno. Nello stesso senso sono io stesso dell'opinione che è proprio la differenza tra la nuova informazione ed i ricordi a mettere in moto il processo onirico in direzione della creazione di qualcosa di nuovo.

Quando le nuove informazioni non possono più venire comprese nel contesto delle vecchie esperienze, si rende necessaria una nuova soluzione. Allora si realizza un sogno, che media tra i due ambiti. Ciò che dal punto di vista delle neuroscienze appare come una nuova combinazione di contenuti mnestici, rappresenta dal punto di vista psicologico una nuova interpretazione del sapere su se stessi e sul mondo.

Ad ogni modo, sono le esperienze particolarmente traumatiche, ossia quelle che si accompagnano a molte fantasie oppure quelle per cui non esistono modelli interpretativi, quelle per cui nei sogni vengono ricercate le soluzioni creative. La soluzione consiste in una nuova combinazione del materiale psichico. Qualsiasi materiale nuovo, spaventoso, inadeguato o comunque estraneo dà innanzitutto luogo a complessi non integrati nella vita psichica. La discrepanza tra vecchia e nuova esperienza, tra vecchi punti di vista e percezioni non ancora del tutto chiare dà luogo all'immagine onirica quale nuovo pensiero.

### **Lavoro onirico implicito e disturbo del sogno**

Oggi conosciamo dunque la base e la funzione del sogno sul piano neurobiologico e cognitivo. Peraltro, non possiamo partire dal presupposto che i processi a carattere cognitivo e plastico che gli esseri umani vivono in maniera più o meno intensiva lungo estesi periodi del sonno possano essere concettualizzati *tout court* come sogni nel senso di un significativo processo di riflessione avente luogo nel sonno. Come mostrano i miei esempi iniziali, ci sono esseri umani che non hanno accesso alcuno a questi vissuti e che vivono nella convinzione di non sognare affatto. Di conseguenza nemmeno sono in grado di ricordarsi dei sogni.

In questione non sono qui le persone che non si ricordano i sogni perché non sono abituate a prestarvi attenzione oppure che - per qualsiasi motivo - non sono in grado di riconoscere in essi alcun senso. Anche costoro possono senz'altro ricordarsi di avere sognato, qualora si addestrino in questo senso, ovvero si esercitino a mettere i sogni in memoria. Buona parte di costoro trovano di fatto l'accesso alla comprensione dei loro sogni in una psicoterapia.

In realtà ci sono persone che, dal loro punto di vista, soggettivamente, non sognano affatto. Sebbene non ci siano prove che in costoro non abbiano luogo gli stessi processi neurobiologici e cognitivi di elaborazione delle informazioni che hanno luogo negli altri esseri umani, è vero che costoro non sembrano averne la corrispondente rappresentazione psichica.

È così che in costoro manca non solo il ricordo di sogni, ma anche dell'attività del sognare in assoluto.

Come può essere che l'attività del sognare non si ancori come un'attività significativa nella vita mentale di un uomo? Nella letteratura contemporanea questo fenomeno è stato posto in collegamento, in particolare da Hanna Segal (1981) e da Donald Meltzer (1984), con le esperienze precoci in cui, secondo la teoria di Bion (1962), è radicato il pensiero come funzione psichica. Il processo decisivo è, in questo senso,



l'interiorizzazione dell'esperienza di poter conseguire, attraverso un pensiero che ci trasmette comprensione, un accesso sensato alle proprie percezioni. Il pensiero del bambino si struttura sul modello del pensiero comprendente della madre, che Bion ha descritto come funzione alfa e per cui utilizza la metafora del "seno pensante". Un pensiero nuovo, ovvero un pensiero proprio, prende forma allorché il bambino non riesce a far collimare aspettative ed esperienze: "Se non ho un seno a disposizione, allora ho bisogno di sviluppare un pensiero", è la sua parafrasi di questa situazione. Ovvero: se, per la comprensione di una percezione, non trovo un modello nel pensiero della mamma, devo io stesso inventarmi un'idea utile allo scopo.

Affinché l'attività del sognare possa costituirsi quale significativo "pensiero nel sonno" (Meltzer 1984), dobbiamo in base a questa teoria presupporre un'attività onirica primigenia, tale da rappresentare un'inconscia identificazione con la funzione alfa, ovvero col pensiero comprendente della madre. L'esperienza di essere compreso nel proprio pensiero e quindi di poter, su questa base, comprendere viene in questo senso proiettata sulla matrice biologica dell'attività del sognare, ovvero sui processi cerebrali autonomi che hanno luogo nella fase in cui si costituisce lo stato d'animo che accompagna il sonno e viene ad essi legata. È in questo modo che i processi neurobiologici primari dell'elaborazione dell'informazione vengono collegati con la funzione psicologica consistente nell'interpretare il materiale psichico privo di forma o di struttura e nel trasformarlo in esperienza emotiva. Facendo dunque nuovamente riferimento a Bion, potremmo dire: "Nessun seno e quindi un sogno".

Con la distinzione tra diversi sistemi mnestici le neuroscienze sembrano fornire un supporto a queste idee. Esse distinguono infatti tra un sistema della memoria dei contenuti espliciti ed una memoria implicita, a comparsa molto precoce nel corso dello sviluppo. Questo secondo sistema è stato descritto da Tulving (1983) con il nome di "memoria procedurale" e contiene le impressioni derivanti dalle interazioni precoci, divise nei registri somatico, sensoriale e affettivo. I suoi contenuti sono informazioni preverbalmente codificate relative alle prestazioni di base. Non sono codificati verbalmente e non sono dunque predisposti ad entrare nel sistema della consapevolezza. Si esprimono in forma di procedimenti, di facoltà e di competenze. Il come, il come ognuno di noi ha imparato a parlare, è uno dei contenuti del sistema mnestico implicito. Tutti sappiamo come si fa, ma nessuno ne ha una memoria cosciente. La memoria implicita consiste dunque nel fatto di avere l'uso della parola senza il corrispondente ricordo della sua acquisizione.

Se ora colleghiamo l'apprendimento precoce del neonato che scatta a partire dal pensiero comprendente della madre con questi concetti, possiamo guardare alla capacità di creativa autoriflessione che ha luogo nei sogni come ad una prestazione del sistema mnestico implicito. Anzi, qualificandola come lavoro onirico di base, possiamo anteporla al lavoro onirico a carattere nevrotico descritto da Freud e parlare anche di "lavoro onirico implicito". Da questo punto di vista il lavoro onirico implicito rappresenta il presupposto di quello esplicito, ovvero quest'ultimo si configura a partire dal primo. Chi non ha sviluppato la capacità di sognare in maniera significativa non sarà in grado di fare dei sogni la sede di elaborazione dei propri conflitti.

Il disturbo del sogno delle persone incapaci, soggettivamente, di sognare consiste dunque in un disturbo del lavoro onirico implicito. Esso deriva da una carenza dell'esperienza di essere compresi e di comprendere a livello di pensiero. È per questo che non si crea una rappresentazione psichica adeguata dei sogni. Alla matrice biologica dell'attività di sognare manca il collegamento con l'esperienza della comprensione reciproca a livello di pensiero. "L'essere umano, l'essere interpretante, deve innanzitutto venire (giustamente) interpretato", ha scritto Beland (1999, p. 69). È così che gli esseri umani che nel loro sviluppo precoce non sono stati adeguatamente educati all'espressione simbolica, non sono in grado di percepire se stessi e il mondo nel sogno. Non saranno nemmeno in grado di dare vita a simboli su se stessi e sul mondo. Non capiranno se stessi e non si sentiranno capiti. Costoro si trovano, stando all'affermazione di Beland, "ai margini della morte psichica".

Nell'ultimo studio condotto nel nostro laboratorio (Fenzel et al. 2000) abbiamo trovato, coerentemente con un tale quadro concettuale, che il ricordo dei sogni al risveglio, che può essere considerato una misura del lavoro onirico implicito, è intimamente correlato con la profondità dei legami interpersonali dei nostri soggetti e che una misura elevata di quest'ultima caratteristica si accompagna ad una pronunciata memoria onirica nell'ambito dei risvegli di laboratorio. In questo ambito partiamo dal presupposto di uno stretto rapporto tra profondità del legame interpersonale e relazione primaria, anche nel senso del pensiero comprensivo.

In base a tutto ciò possiamo oggi partire dal presupposto che la capacità di produrre sogni soggettivamente significativi è disturbata, ovvero solo rudimentalmente sviluppata, quando le originarie funzioni del pensiero non sono state investite dalla funzione alfa. È in questo senso che Hanna Segal (1981) ha spiegato i sogni concretistici dei soggetti psicotici. La ricerca psicosomatica francese ha descritto, nello stesso contesto, anche se con terminologia del tutto diversa, la vita fantasmatica a carattere alessitimico del paziente psicosomatico (Marty, 1958). Anche i sogni dei pazienti borderline con la loro evidente impulsività (Rhode-Dachser, 1983) sono in questo senso espressione di un disturbo del pensiero che si rende evidente anche nel sonno. Accanto a questi casi, nella stessa serie, si può ora inserire anche quelli di disturbo del sogno consistenti nel fatto che i sogni in sé sono privi di rappresentazione psichica e che, quali accadimenti notturni apparentemente privi di importanza, non rimangono nemmeno iscritti nella memoria.

Sulla scorta di queste riflessioni vorrei tornare ora al fallito trattamento della mia paziente cleptomane, di cui avevo riferito all'inizio. All'epoca di esso non avevo ancora il patrimonio di esperienze e idee che ho presentato in questo scritto. Allora avevo unilateralmente inteso e trattato il suo comportamento come difesa e resistenza. Mi era sembrato che la paziente con il suo modo di comportarsi, la sua invidia, la sua gelosia e la sua difficoltà a mostrare riconoscenza si sottraesse al lavoro comune e che col mio fallimento mi facesse rivivere il suo ripetuto fallimento nei suoi rapporti. La mancanza di sogni mi era apparsa, in ultima analisi, come una manifestazione di odio inconscio.

In base al mio odierno punto di vista sarei dunque portato a riflettere sul fatto, se la sua distruzione del processo analitico non avesse rappresentato l'inconscia riedizione della distruzione dello spazio delle esperienze precoci col suo oggetto materno primario. Il suo disturbo del sogno lo qualificarei oggi come la traccia mnestica implicita di un processo alfa insufficientemente interiorizzato. In tale disturbo poteva aver trovato espressione l'esperienza che la paziente era un essere umano, la cui capacità di pensiero mai aveva potuto adeguatamente svilupparsi. La sua anamnesi familiare precoce depone pure in questo senso: generata nel corso dell'ultimo anno di guerra da una coppia giovane durante il soggiorno a casa in permesso del padre, più tardi dato per disperso in combattimento, era stata allevata, dopo la morte della madre in fuga verso l'occidente, da una nonna vedova e profuga dalla madrepatria nel clima di povertà dei profughi dei primi anni del dopoguerra. Come poteva, in queste condizioni, adeguatamente svilupparsi la sua capacità di pensiero?

### **Considerazioni conclusive**

Sarà molto stimolante applicare queste riflessioni alla pratica dell'interpretazione dei sogni. Provo dunque ad accennare ad alcuni spunti in proposito. Si tratterà in primo luogo di affiancare, alla tecnica onirica freudiana a carattere decostruttivo, il concetto di "osservazione del sogno" come processo esperienziale. La tecnica di Freud si rivelerebbe come una strategia per eliminare il celamento del pensiero onirico latente nell'ambito del sogno manifesto. Ossia si raccomanderebbe, ora come prima, come la via regia per il trattamento delle nevrosi classiche.

L'"osservazione del sogno" rappresenterebbe invece l'approccio più adeguato al trattamento di un

disturbo del sogno. Essa ruoterebbe attorno ad un altro baricentro e porrebbe al centro dell'osservazione i processi contenitore-contenuto. Potremmo vedere così che anche le persone con disturbi del sogno, che possano venire sufficientemente bene "contenute"<sup>4</sup> nell'ambito di una relazione analitica, potranno prima o poi sviluppare uno spazio intermedio per il pensiero creativo, attraverso il quale anche i sogni trovano un senso. Allora varrà la pena sognare e ricordare i sogni. Sarà così che nel lavoro analitico si creerà anche uno spazio per l'"osservazione del sogno", strutturalmente informata dai concetti di processo alfa e di oggetto materno primario. Kahn (1972) aveva proprio in questo senso creato il concetto di "spazio per il sogno".

Non ultimo, in questo modo emergerebbe anche come l'"osservazione del sogno" produce qualcosa di nuovo in entrambi i partecipanti all'interazione: nell'analizzando l'esperienza di essere compreso, di essere colto nei suoi processi inconsci e nell'analista l'interpretazione a carattere contentivo, che strutturalmente si accompagna a quella del sogno manifesto.

I trattamenti analitici che in questo modo cercano di colmare le carenze del processo primario del pensiero hanno bisogno di tempo. Di questo avviso sono anche i neuroscienziati (cfr. Gehde e Emrich, 1998). Essi ci insegnano che anche l'ontogeneticamente precoce sistema della memoria implicita può sempre andare incontro a modificazioni, a patto però che esse possano svolgersi molto lentamente e attraverso ripetuti stimoli e risposte adattative. Per la psicoanalisi ciò significa che il materiale psichico incompreso può essere adeguatamente colto nel suo significato, a patto che quest'esperienza possa essere ripetuta per un lasso sufficientemente lungo di tempo.

Da ultimo, si perverrebbe in questo modo alla scoperta che un analista, con ogni riuscita interpretazione di materiale onirico, si trova contemporaneamente ad elaborare un pezzo della memoria implicita al suo proprio processo di separazione primaria. E questo dal momento che ogni pensiero a carattere contentivo che ha luogo nello spazio onirico del rapporto analitico rappresenta al tempo stesso il rivivere da parte dell'analista di una traccia della propria memoria implicita nei confronti dell'esperienza di essere stato, a sua volta, compreso in senso contentivo. È a questo livello che si situano le potenzialità della psicoanalisi. Ma anche i suoi limiti e il pericolo di un suo fallimento.

## NOTE

<sup>1</sup> In particolare i capitoli 4 e 5.

<sup>2</sup> Sarebbe interessante ed utile indagare la possibilità di una distinzione tra sogni nevrotici e postnevrotici. Rinvio in questo senso il lettore ad un lavoro di Danckwardt (1999), che, facendo riferimento a Paul Klee, ha elaborato il concetto della conflittualità tematica come carattere della creatività nevrotica dell'atto creativo e descritto una creatività postnevrotica. Quest'ultima sarebbe contraddistinta dal principio della formazione di contrasto, contrapposto al principio nevrotico della formazione di compromesso.

<sup>3</sup> Si vedano gli scritti di Gehde e Emrich (1998), Koukkou et al. (1998), Leuzinger-Bohleber (1998), Leuzinger-Bohleber et al. (1998) e Solms (1997).

<sup>4</sup> "Contenimento" nel senso del processo alfa significa un processo di riflessione ordinato e creatore di significato relativo alla nostra vita psichica, che trovi espressione in interventi a carattere descrittivo, di contenimento e di donazione di significato.

## BIBLIOGRAFIA

Beland H. (1999) *Im Acheron baden? Hundert Jahre Psychoanalyse des Traums* Kursbuch, 138, pp. 49-71.

- Bion W. (1962) *Apprendere dall'esperienza* trad. it., Armando, Roma, 1972.
- Crick F., Michison G. (1983) *The function of dream sleep* Nature, 304, pp.111-114.
- Danckwardt J.F. (1999) "Ich muss dereinst auf dem Farbklavier der nebeneinanderstehenden Aquarellnäpfe frei phantasieren können" (Paul Klee 1910). Ein Beitrag der Psychoanalyse zum Verständnis der verzögerten Farbenentwicklung bei Paul Klee in G. Schneider (a cura di) *Psychoanalyse und bildende Kunst* Diskord, Tübinga, pp. 249-285.
- Ermann M. (1995) *Die Traumerinnerung bei Patienten mit psychogenen Schlafstörungen* in Sigmund-Freud-Institut (a cura di) *Traum und Gedächtnis* Lit-Verlag, Münster.
- Fenzel T., Kinzel C., Mertens W., Ermann M. (2000) *Attachment representation and dreaming* 23rd European Conference Psychosomatic Research, 16/6/2000, Oslo (pubblicazione in preparazione).
- Foulkes D. (1978) *A grammar of dreams* Basic Books, New York.
- Freud S. (1900) *L'interpretazione dei sogni* Bollati Boringhieri, Torino, 1966.
- Freud S. (1914) *Il Mosé di Michelangelo* Bollati Boringhieri, Torino, 1975.
- Gehde E., Emrich H. M. (1998) *Kontext und Bedeutung* Psyche, 52, pp. 963-1003.
- Hobson J.H. (1988) *The dreaming brain* Basic Books, New York.
- Jung C. G. (1925) *Considerazioni generali sulla psicologia del sogno* Bollati Boringhieri, Opere di Jung, vol. 8.
- Jung C. G. (1944) *L'essenza dei sogni* Bollati Boringhieri, Opere di Jung, vol. 8.
- Kahn M. (1972) *The use and abuse of dreams* Int. J. Psychotherapy, 1, pp. 23-41.
- Koukkou M., Leuzinger-Bohleber A., Mertens W. (a cura di) (1998) *Erinnerung und Wirklichkeiten. Psychoanalyse und Neurowissenschaften im Dialog Volume 1* Verlag Internationale Psychoanalyse, Stoccarda.
- Koukkou-Lehmann M. (1995) *Funktionelle Hirnzustände, Gedächtnisfunktionen und die psychobiologische Signifikanz des Schlafes und des Träumens* in Sigmund-Freud-Institut (a cura di) *Traum und Gedächtnis* Lit-Verlag, Münster.
- Leuzinger-Bohleber A., Mertens W., Koukkou M. (a cura di) *Erinnerung und Wirklichkeiten Psychoanalyse und Neurowissenschaften im Dialog Volume 2* Verlag Internationale Psychoanalyse, Stoccarda.
- Marty P. (1958) *Die allergische Objektbeziehung* in K. Brede (a cura di) *Einführung in die psychosomatische Medizin* Fischer Athenäum, Francoforte s.M., 1974.
- McCarley R., Hoffmann E. (1981) *REM-sleep dreams and the activation-synthesis hypothesis* American J. Psychiatry, 138, pp. 904-12.
- Meltzer D. (1984) *Dream-Life* Clunie Press, Londra.
- Moser U., Zeppelin I. v. (1996) *Der geträumte Traum* Kohlhammer, Stoccarda.
- Rohde-Dachser C. (1983) *Träume in der Behandlung von Patienten mit schweren Ich-Störungen* in Ermann M. (a cura di) *Der Traum in der Psychoanalyse und analytischen Psychotherapie* Springer, Berlino.
- Segal H. (1981) *Wahnvorstellungen und künstlerische Kreativität* Klett-Cotta, Stoccarda, 1992.
- Solms M. (1997) *The neuropsychology of dreams* L. Erlbaum, Mahwah, NJ.
- Strunz F. (1995) *Die Traumdeutung zwischen Freud und Jung* Roderer, Ratisbona.
- Tulving E. (1983) *Elements of episodic memory* Oxford University Press, Oxford.
- Winnicott D.W. (1971) *Gioco e realtà* trad. it., Armando, Roma, 1974.