

Rivista di studi adleriani

Rivista semestrale

N. 1 – Dicembre 2021



Scuola
Adleriana di
Psicoterapia del
CRIFU



Direzione Scientifica: Daniela Bosetto (Università eCampus / Direttrice Centro di Ricerca in Psicologia Applicata eCampus / Direttrice Scuola di Specializzazione in Psicoterapia del CRIFU)

Comitato Scientifico: Silvio Bolognini (Università eCampus / Direttore CE.DI.S. – Centro studi e ricerche sulle politiche del diritto e sviluppo del sistema produttivo e dei servizi), Pasquale Belardinelli (H San Raffaele Resnati Srl – Milano), Angela Francesca Molina (Istituto la Flag – Pavia), Giuseppe Sartori (Università degli Studi di Padova)

Comitato Tecnico-editoriale: Luca Siniscalco

Segreteria di redazione: Anna Cattaneo

Per l'invio dei contributi originali, non inviati ad altre riviste (il testo, corredato di un *abstract* in inglese e nella lingua di stesura del saggio, ciascuno di non più di 500 caratteri, spazi inclusi, e di 5 *key words*, deve essere privo di indicazioni relative all'autore; in un *file* a parte va spedita un documento con nome/cognome, titolo, istituzione di appartenenza, email; vanno seguite le norme redazionali disponibili online sul sito della rivista), inviare una mail a: info@scuolapsicoterapiacrifu.it

I contributi destinati alla pubblicazione vengono preventivamente sottoposti a procedura di *double-blinded peer review* (revisione a “doppio cieco”). Il Comitato tecnico-editoriale e scientifico si avvale di esperti esterni nel processo di revisione tra pari. La Direzione editoriale può in ogni caso decidere di non sottoporre ad alcun *referee* l'articolo, perché giudicato non pertinente o non rigoroso né rispondente a standard scientifici adeguati. I contributi non pubblicati non saranno restituiti.

Il Codice Etico di *Studi adleriani* è consultabile sul sito www.scuolapsicoterapiacrifu.it

Proprietà: CRIFU – Centro Ricerche e Formazione UNITRE
Via Ariberto 11 – 20123 Milano (MI)
www.scuolapsicoterapiacrifu.it

Editore: Armando Editore
Via Leon Pancaldo 26 – 00147 Roma
www.armandoeditore.it

Sito della rivista: www.scuolapsicoterapiacrifu.it

Direttore responsabile: Daniela Bosetto

ISSN: 2785-4604

SOMMARIO

PRESENTAZIONE	4
<i>Il bambino simmetrico</i> di Angela Francesca Molina, Matteo Crevani	6
<i>Inferiority "Of the Wall"</i> di Liesbeth Elsink	19
<i>I primi ricordi: una finestra sullo stile di vita del paziente</i> di Laura De Simoni	53
<i>La finzione utile e creativa nella clinica adleriana</i> di Bianca Maria de Adamich	76
<i>I tre livelli dell'inferiorità: dal sentimento al suo complesso</i> di Simone Evangelista	86
<i>Il caso di Valentina: l'apprendimento di compensazioni negative e positive</i> di Clementina Pizza	105
<i>Ipotesi sull'origine del pensiero adleriano: analisi del retroterra religioso ebraico</i> di Aurelio Calcagno	117

Presentazione

La Scuola quadriennale adleriana di Psicoterapia del CRIFU, riconosciuta dal Miur il 15/03/2015, con i suoi docenti e specializzandi intende far conoscere a psicologi, psicoterapeuti e medici, attraverso la pubblicazione di articoli scientifici sulla rivista in oggetto, il modello della Psicologia individuale di Alfred Adler applicabile al contesto clinico.

Scopo della rivista è mettere in luce attraverso la pubblicazione di articoli rigorosamente selezionati dal comitato scientifico la modalità di operare del terapeuta adleriano.

La casistica riportata comprenderà l'analisi di percorsi terapeutici dall'infanzia all'età adulta, sia a livello individuale che di gruppo.

La psicologia individuale, con i suoi costrutti di stile di vita, sentimento e complesso di inferiorità, sentimento sociale, finzioni, protesta virile, ermafroditismo psichico, volontà di potenza risulta estremamente attuale e adattabile ai giorni nostri.

La ricca casistica presentata negli articoli permetterà di comprendere le diverse forme di disagio psicologico e psichico che stanno caratterizzando la nostra epoca.

L'intento è quello di proporre al lettore, l'approfondimento di alcuni concetti teorici finalizzati all'analisi del caso presentato.

Attraverso lo studio della costellazione familiare, dei primi ricordi, del sogno, delle associazioni libere si osserverà come i terapeuti adleriani, attraverso un lavoro creativo, orientano il paziente scoraggiato verso una nuova progettualità.

Il bambino simmetrico di *Angela Francesca Molina** e *Matteo Crevani***

ABSTRACT (ITA)

Dall'intuizione di Jaques Lacan all'interpretazione di Françoise Dolto, il concetto di "bambino dello specchio" interessa la clinica ma recupera valenza educativa nell'opera di Claudia Messing. Nella trama del racconto storico compare la Psicologia Individuale che, unica, ha anticipato la problematica dell'educazione democratica vs l'educazione patriarcale rinvenendo nella cooperazione tra i sessi la chiave della prevenzione.

Parole chiave: educazione, cooperazione, genitorialità, relazioni sociali, teoria del doppio

The symmetrical child by *Angela Francesca Molina* e *Matteo Crevani*

ABSTRACT (ENG)

From the intuition of Jaques Lacan to the interpretation of Françoise Dolto, the concept of "mirror child" affects the clinic but recovers its educational value in the work of Claudia Messing. In the plot of the historical story, Individual Psychology appears which, unique, anticipated the problem of democratic education vs patriarchal education, finding the key to prevention in cooperation between the sexes.

Keywords: education, cooperation, parenting, social relations, "double" theory

* CRIFU/APIC

**APIC/IIPG

1. Il tema del doppio e il bambino dello specchio

Il concetto di “doppio” nasce nell’opera freudiana in relazione a ciò che è perturbante, ovvero qualcosa che precedentemente era familiare all’interno della vita psichica per poi essere estraniato dal soggetto attraverso il meccanismo della rimozione. Il lavoro del sogno e nel sogno è uno dei principali strumenti che la psiche utilizza al fine di compiere la difesa della rimozione, mantenendo vivo il fantasma del perturbante inteso come vissuto di spaesamento o estraniamento. Siamo nel terreno del paradosso trattando del “non nascosto” che, pur dovendo restare segreto, intimo, incomprensibilmente riaffiora. È l’estraneo segretamente familiare che ci perturba creando incertezze ed inquietudine.

Il rapporto tra il perturbante e il processo di separazione-individuazione è simbolo della relazione con il *caregiver* in un processo incessante di con-fusione, identificazione e riconoscimento del Sé che porta nella crescita al con-vivere con chi ci è affine o no. Il “doppio” ne è metafora all’interno del gioco ben specificato negli studi sul riflesso speculare di Jaques Lacan.

Secondo l’Autore, tra i 6 e i 18 mesi il bambino identifica sé con lo sconosciuto dello specchio secondo tre fasi: nella prima ipotizza l’Altro quale sconosciuto nel riflesso dello specchio, nella seconda riconosce l’Altro come immagine e nella terza l’Altro diviene immagine riflessa. Tale processo sarebbe alla base di tutte le future identificazioni del soggetto e quella traccia primaria resterebbe insita nella costituzione dell’Io rendendo permanente a livello psichico il riflesso speculare come ruolo del doppio. Più semplicemente, tutto nella psiche diverrebbe paragonabile (“essere come”, “essere opposto a”, “somigliare a”, “differenziarsi da”, “voler somigliare a”, “voler divenire come”) per merito di quel primo contrasto tra Sé e il riflesso di Sé nella metafora del perturbante. Divenire individuo richiede un gioco di specchi tra simile e dissimile che consenta il superamento della fusionalità con il materno.

Lo sguardo della psicobiologia è oggi di grande aiuto per la comprensione di queste intuizioni. In gravidanza, le cellule del bambino migrano nel flusso sanguigno della madre e poi ritornano al bambino; si chiama “microchimerismo fetale-materno”. Per 41 settimane le cellule circolano e dopo la nascita molte restano nel corpo della madre, lasciando una impronta permanente nei tessuti, nelle ossa, nel cervello. Le ricerche hanno dimostrato che a fronte di una ferita nella madre le cellule fetali si precipiteranno sul luogo della lesione e si trasformeranno in diversi tipi di cellule specializzate. Se la madre costruisce il bambino, il bambino ripara la madre.

La fusionalità con il materno è dunque prima di tutto biologica, qualcosa di familiare eppure estraneo, proprio eppure alieno, dimostrazione della indissolubilità tra corpo e mente. Françoise Dolto ne trasse una interpretazione teorica dello “stadio dello specchio” di Lacan, ipotizzando una immagine inconscia del corpo, ovvero un corpo in ombra, inconscio, che si è formato nelle

relazioni primarie e via via raffinato in tutte le relazioni successive. Sarebbe questa la spiegazione “corporea” della mente infantile incapace di riconoscere sé, da subito, nel riflesso dello specchio.

Il *fil rouge* di tutte queste concezioni teoriche si trova nella finalità relazionale della psiche; l'intrapsichico non ha possibilità di emergere dal caos primigenio se non attraverso un “Noi” centrico da cui, superate le fatiche di separazione e individuazione, si differenzierà l'Io.

Sidney Longford (1995) individuò la rivoluzione adleriana nel valore dato all'azione secondo cui il Sé si manifesterebbe attraverso l'atto, abbandonando l'“Io penso” a favore dell'“Io faccio”, così come l'analisi dello Stile di Vita evidenzerebbe che pensieri, sentimenti, emozioni e comportamenti sono subordinati ad un modello coerente di gestione dell'Altro e dei compiti vitali. Queste osservazioni sono la chiosa di una rivoluzione copernicana ben più profonda ed ardita: l'Io non esiste se non attraverso la differenziazione da un Noi primigenio, corporeo e psichico, che è ontologicamente relazionale. Da quel caos arcaico origina il pensiero attraverso il “fare” relazionale rappresentato, a sua volta, dal movimento del bambino verso la madre. Ne consegue che gli Autori sopracitati hanno colto ed approfondito l'eco di un'onda più antica, la trasformazione dell'intrapsichico in intrapsichico relazionale che attraversa tutta l'opera adleriana e spiega il concetto stesso di Psicologia Individuale, secondo cui le azioni sono l'unica guida certa per comprendere la personalità.

Secondo questa interpretazione, forma e funzione dell'Io sono relazionali e dunque pratiche e concrete, non confinabili nel solo contesto del pensiero ma riconoscibili nel dinamismo di mente e corpo. Nessun intervento di prevenzione può esimersi dal confronto con questo assunto di base che, di conseguenza, impregna anche i contesti educativi.

2. Le osservazioni di Claudia Messing e le conseguenze cliniche

Claudia Messing (2020), psicologa argentina, definisce “bambini simmetrici” i minori che, cresciuti ed educati dai loro genitori come fossero dei pari, non comprendono e non riconoscono il principio di autorevolezza e, conseguentemente, sono caratterizzati da una mancata identità. Giungono all'osservazione perché difficili da gestire e, nella crescita, sempre più problematici. Secondo l'Autrice il disagio psichico affonda le proprie radici in un modello educativo in cui non vi è un esercizio coerente dell'autorità né una nitida distinzione di ruoli tra madre, padre e figlio in una sorta di democrazia smisurata che disegna le gerarchie generazionali in modo che tutti finiscono per percepire gli altri come pari anche quando non lo sono. Ne consegue un abbattimento delle responsabilità in cui ognuno è responsabile solo di sé e per sé indipendentemente dalla generazione.

La confusività che ne deriva porta il minore alla convinzione di avere diritti che, di fatto, non è in grado di gestire, ad elevata aggressività agita in modo impulsivo ogni qualvolta si tenti di definire un limite, all'impossibilità di dare credito al mondo adulto considerato arrogante, dispotico, non in grado di aiutare. Il bambino non riesce a leggere nell'adulto esperienza e conoscenza, così come non crede di aver bisogno di imparare non potendo considerare l'apprendimento parte della crescita. La socializzazione ne risulta complessa e complessata dal tentativo di attuare ipercompensazioni troppo spesso fallimentari; l'adattamento all'ambiente è basso, ricco di rapporti conflittuali e persecutori legati alla scarsa empatia.

L'accesso illimitato e per nulla protettivo alla vita adulta espone senza filtro alcuno non solo agli eventi traumatici reali ma anche al fantasma del trauma genitoriale che viene "copiato" nella psiche del minore. Claudia Messing segnala che il bambino-adulto abbraccia quattro diverse dimensioni: l'imitazione massiva fino ad essere copia dell'adulto con la possibilità di ripetizione degli schemi disfunzionali dei genitori in conseguenza di scarsa separazione, parità comportamentale che espone a rischi relazionali, illusione di completezza che si manifesta con comportamenti arroganti e supponenti e successivo isolamento dal gruppo dei pari ed infine mancata possibilità di individuazione. In ambito familiare il comportamento di questi bambini assume caratteristiche dittatoriali, la pretesa non viene vissuta come tale ma come espressione di un diritto che non può essere negato; all'esterno lo scontro con il reale li spaventa e confonde con conseguente possibilità di ritiro scolastico e sociale.

Anche la genitorialità presenta caratteristiche precipue. Entrambi i genitori sono confusi non solo nel ruolo educativo ma anche nei ruoli interni alla coppia, bloccati in un difficile equilibrio di potere che si vuole esente da responsabilità. Il "non detto" domina il rapporto, nessuno dei due chiarisce il proprio sentire per evitare di alterare equilibri che potrebbero condurre alla separazione e spesso la nascita viene affrontata come evento riparativo le falle della relazione.

Ritornando al *fil rouge* teorico potremmo ipotizzare che il bambino "specchio" del disagio genitoriale altro non sia che un tentativo di cura per due adulti-bambini ancora stretti nelle fatiche del perturbante, dal passato indistinto che ricerca identità in quella del figlio. Al neonato, da subito, viene offerta cura senza regole, senza rispetto dei ritmi circadiani, in cui i bisogni fisiologici non sono riconosciuti tanto che qualunque pianto può essere letto come richiesta di cibo e al sonno si arriva per sfinimento. Il corpo viene considerato nell'esteriorità ma resta inintelligibile nella sua immagine inconscia, in quel lato in ombra che si forma nelle relazioni primarie. Il "doppio" non si struttura, *come se* Sé e Non Sé collabissero fino a collassare nell'indistinto.

In questi bambini il processo di separazione-individuazione pare abortito sul nascere, in fase molto arcaica, la fase psichica del "doppio" coartata ed incistata nel mancato riconoscimento del

Sé con elevato rischio di ossessività fino alla costruzione di oggetti persecutori interni che non appartengono alla loro mente ma sono proiezioni inconsce del *caregiver*. L'autenticità viene negata in una patetica volontà di potenza tanto più intensa quanto più grave è il complesso di inferiorità cui il bambino si trova esposto in ogni contatto con il reale. Si tratta di un meccanismo dissociativo che da fisiologico sfocia nel patogeno. La dissociazione è infatti un fenomeno fisiologico necessario al costruirsi della mente. Senza dissociazione non potremmo escludere degli stimoli dal campo percettivo, non potremmo concentrarci, non potremmo produrre pensieri. Diviene patologica quando esclude dalla coscienza configurazioni sensorio-ideative (pensieri, ricordi, emozioni) che sentiamo intollerabili e pericolose per l'integrità della mente ma questo altera senso e visione del mondo. Per evitare questi pensieri dobbiamo infatti evitare ogni stimolo ambientale che li elicit, limitando la nostra libertà di movimento fisico e psichico. Definiamo così dei confini che, se da un lato sono necessari alla sopravvivenza e allo sviluppo del Sé, quando dettati da traumi subiti divengono carceri in cui rinchiudiamo il vero Sé.

I bambini simmetrici non conoscono altro modello di comportamento, non hanno argini né confini e quando l'ambiente li propone o impone si sentono confusi, esposti ad una angoscia senza nome, cui reagiscono ribellandosi.

L'educazione libera e democratica si rivela alla fine per ciò che realmente è, ovvero il disperato tentativo degli adulti di colpevolizzare il minore del fallimento familiare e della coppia, salvaguardando una finzionale immagine del Sé scevra da ogni responsabilità.

Le conseguenze sul piano clinico possono essere molto gravi, dall'impulsività ed aggressività scomposta fino a strutturare personalità sociopatica, all'ossessività persecutoria in grado di sfociare in un DOC, al rischio psicotico vero e proprio. L'intervento terapeutico vede nella psicoterapia ad indirizzo dinamico l'indicazione di elezione associata a percorso di recupero educativo delle funzioni genitoriali, indispensabile per bonificare l'ambiente in cui il minore si trova a vivere.

3. D. o il declino di un bambino simmetrico

D. giunge all'osservazione tardivamente, ormai adolescente, in seguito ad abbandono scolastico e a comportamenti altamente disturbati in ambito familiare. Il nucleo familiare è composto dai due genitori, una sorella minore e, seppur defilati, nonni materni che hanno grande ascendente sulla struttura nucleare.

I genitori faticano a ricostruire gli avvenimenti, descrivono D. "strano" fin da piccolo, ma riconoscono che le alterazioni comportamentali non sono mai state arginate da loro ed ora contagiano anche la secondogenita. Si sono decisi a cercare aiuto perché ritengono la situazione

sia ormai giunta all'estremo: D. si lamenta di *loop* cui non sa opporsi, pensieri ossessivi che riguardano la madre e lo spingono ad attacchi sconsiderati; con modalità assurda e contraddittoria ha preteso che il padre se ne andasse da casa, cosa che ha ottenuto, conquistando così la madre tutta per sé ma, nonostante ciò, riconosce di poter stare meglio in assenza di lei. Il crescendo del disagio comportamentale è giunto a movimenti fisicamente aggressivi verso la madre mentre il padre, per ottenere “prove”, filmava l'evento invece di intervenire, a vivere la notte impedendo di fatto a tutti di dormire, a cucinare ad ore improponibili lasciando la casa in una sorta di devastazione continua.

La coppia coniugale non riesce a definirsi, si descrivono infelici da sempre pur sostenendo che il loro disastro di coppia dipende da D.; riconoscono di non aver mai dato regole pensando che i bambini “vengono su da soli se li lasci stare” e volendo differenziarsi dalle modalità educative delle loro famiglie di origine. I nonni materni, vicini di casa e rigidi con le loro figlie, concedono tutto a D. considerando le sue angherie come reazioni alle incapacità dei genitori. Di fatto i genitori vivono separati da quando D. ha cacciato il padre, il peso gestionale spostato tutto sul materno, ma non si separano “davvero” pur non avendo più alcun tipo di rapporto. La loro relazione è solo riferita alla necessità di arginare i “disastri di D.” ed ora anche della sorella minore.

L'intervento dei Servizi di territorio, dall'assistenza sociale all'educativa domiciliare, sembra essere l'unica via cui però entrambi si oppongono; per entrambi il problema è D., lui è patologico e lui solo deve essere “curato”. Sarà necessario aggirare le resistenze, segnalare alla madre la propria sofferenza e fatica e al padre il tentativo più che evidente di tenersi defilato.

L'incontro valutativo con D. presenta un adolescente sfidante, alto per l'età, assolutamente in grado di confrontarsi fisicamente con il padre descritto come incapace, aggressivo, senza nulla da insegnare. Anche per la madre ha parole sprezzanti, non comprende i suoi *loop* né le sue necessarie reazioni per arginarle. Trova ridicolo i genitori abbiano cercato aiuto perché “nessuno può fare niente, le cose stanno così e basta”; non intende tornare a scuola dicendosi non interessato e sa che questo fa disperare la madre che è docente alle secondarie di primo grado.

In alleanza con i genitori chiarisco la loro aderenza ad un piano di intervento che, essendo lui minorenni, lo riguarderà, piaccia o meno, ed una sola alternativa, l'ingresso in una comunità, cosa più che ottenibile dati i movimenti aggressivi verso la madre. Alla prima reazione sfidante segue uno sguardo preoccupato quando evidenzio che non sarò sola in questo progetto ma vi saranno educatori e formatori che lavoreranno anche con i suoi genitori; garantisco il lavoro clinico con uno psicoterapeuta che costruirà con lui un'area privata, solo sua, in cui nessuno avrà diritto ad entrare. In quello spazio e tempo saranno accolti i suoi *loop* cui, chiarisco, il resto del mondo non si piegherà più.

D. esce dall'incontro dicendosi d'accordo *obtorso collo*, i genitori paiono assurdamente tranquillizzati *come se* pensassero di aver effettuato una sorta di ulteriore consegna di responsabilità. Si scoprirà in seguito come non avessero ben compreso che ciò che si era deciso si sarebbe attuato *davvero*, come sperassero in un atto *finzionale e magico* capace di resettare il passato e restituire loro un figlio *nuovo*, quello che avevano costruito nella mente, quel *bambino della notte* (Vegetti Finzi, 1990) che D. aveva forcluso dal loro futuro. Un lungo lavoro educativo arginerà le loro pretese, simili a quelle di D., in cambio di ragionevoli speranze.

4. L'intervento clinico

D. si presenta in terapia riportando la presenza di pensieri di natura ossessiva costanti e di difficile gestione, presentatisi per la prima volta all'età di 4 anni e successivamente riemersi con maggiore intensità all'età di 11 anni. I pensieri ossessivi sembrano essere in stretta relazione con una componente di impulsività che si manifesta in una modalità comportamentale aggressiva con le figure genitoriali e con la sorella minore descritta da D. come "portatrice dello stesso problema" e figura aggressiva e manipolatoria. La socialità di D. risulta gravemente compromessa, segnata da un'alterazione del ritmo sonno-veglia e da una modalità di rifiuto tale da compromettere la frequenza scolastica. In un primo momento, la natura dei pensieri ossessivi (definiti dal paziente come "*i loop*") sembrava essere di difficile inquadramento, aspetto favorito da una modalità relazionale di D. oppositivo-provocatoria rispetto a ogni tentativo di avvicinamento, comprensione e alleanza. Le sedute si susseguono facendo emergere il bisogno da parte di D. di riportare al terapeuta la sua incapacità, "*come del resto quella di chiunque altro*", a comprendere la sua sofferenza che associa a una paura della morte che l'ha segnato fin dalla prima infanzia.

Sembrano emergere due elementi significativi che mobilitano la relazione terapeutica. Il primo elemento fa riferimento all'organizzazione patologica della personalità, individuata dal paziente con il termine "*loop*", questa parte della personalità sembra assumere delle caratteristiche controllanti, persecutorie e dominanti, non elaborate a livello intrapsichico.

Nelle organizzazioni patologiche della personalità di carattere non nevrotico (quindi sia psicotiche che borderline) una condizione di ritiro psichico viene generalmente garantita da una componente patologica identificabile con quella che Bion (1970) ha definito "parte psicotica della personalità". Questa infrastruttura prevede l'utilizzo reiterato e anomalo dell'identificazione proiettiva favorendo "*una fantasia di ritiro dalla realtà prodotta dall'identificazione proiettiva contro l'apparato psichico*" e che "*a causa dell'onnipotenza di tale fantasia, il paziente non sente come fantasia ma come fatto reale*". Nello specifico, Bion sottolinea come il risultato di un utilizzo eccessivo

dell'identificazione proiettiva comporta l'insediamento nella psiche di un oggetto interno ostile e persecutorio, minante ogni legame emotivo e ostacolante la crescita psichica.

D. durante una seduta dichiara: *“Ho iniziato a dedicarmi all'orto. Sto provando a far crescere il basilico, tuttavia più mi impegno, più le talpe divorano da sottoterra le radici”*.

Questa immagine rappresenta al meglio le modalità con cui l'oggetto ostile “divori” le parti vitali della personalità (e del lavoro terapeutico) favorendo una condizione di impoverimento psichico. Lavorare su questo aspetto, rimandandone la possibilità di un contenimento, favorito dal setting, si rivelò importante per la relazione. Tale oggetto ostile, in una condizione di ritiro psichico, è associabile a un Super-Io patologico, particolarmente severo, la cui natura può essere derivabile da una modalità particolare di funzionamento narcisistico che prima Rosenfeld (1990) e successivamente Green (1992) hanno definito *narcisismo distruttivo* o *narcisismo di morte*. Mobilitata dalla pulsione di morte come matrice totalizzante dei legami, questa forma di narcisismo corrisponde alla idealizzazione di parti cattive del Sé volte a colonizzare la parte più sana della personalità. Questa struttura psicopatologica nega e rigetta ogni sentimento di dipendenza, e quindi di possibile futura separazione, nei confronti dell'oggetto (incluso l'analista) proclamando, per così dire, la propria autosufficienza, ma in realtà impedendo al soggetto di sostare con le proprie emozioni e di entrare in relazione con l'altro.

Dietro la più superficiale modalità di funzionamento ossessivo di D. sembra emergere invece la condizione vincolante del rifugio formato da due istanze che ne determinano le caratteristiche (Steiner, 1996). Il precedentemente citato Super-Io ostile, onnisciente e onnipotente che sabotava e si oppone alla creazione del legame affettivo e, ancor più in profondità, un Vero Sé (Winnicott, 1988) segnato da una condizione di impoverimento depressivo, di perdita della sensorialità e di “contatto con la superficie” come evidenzia un'immagine che D. riportò in seduta:

D: *È molto silenzioso questo studio, è giusto così. Proviamo a creare un silenzio tombale. Hai mai provato a creare il silenzio assoluto? Hanno creato questa grotta profonda centinaia di metri e han messo questa persona dentro. Non c'era un suono, nessun rumore, il nulla, il vuoto. Queste persone impazzivano perché sentivano il loro battito cardiaco e il loro respiro era così forte da sentirlo in testa. Me l'ha raccontata mio padre, non mi ricordo quando.*

La “grotta profonda” nella quale, come esperimento, hanno “messo una persona” è la rappresentazione del rifugio di D., protezione nei confronti di una realtà originariamente frustrante, ma allo stesso tempo condizione persecutoria e di impoverimento dell'Io. Il vissuto depressivo rappresenta pertanto il vincolo a cui il paziente ritirato deve sottostare affinché sia garantita una continuità dell'esistenza a discapito di un percorso maturativo.

Il lavoro terapeutico si è così strutturato in una duplice direzione. In primo luogo, favorire una rappresentazione simbolica del rifugio rappresenta il primo passo verso una pensabilità dello stesso e una possibile trasformazione nel percorso di riemersione dell'Io. Per rendere questo processo possibile, il setting necessariamente deve lentamente rappresentare un'alternativa alla condizione di ritiro, una terra di mezzo, una “dogana” dove incontrarsi, tra la realtà originaria frustrante e il rifugio della mente. Altrettanto importante risulta essere il lavoro, tramite il transfert, di ammorbidimento del Super-Io attraverso una identificazione del paziente nella componente super-egoica dell'analista, differenziata nei suoi aspetti maggiormente benevoli dalle figure super-egoiche arcaiche del passato e successivamente introiettata. Questo processo prevede una faticosa fase di ancoraggio nei confronti della parte “mafiosa” della personalità, identificabile nel Super-io ostile, che corrompe e tiene sotto scacco la crescita emotiva dell'Io, minacciato dall'angoscia di frammentazione. Ritengo sia stato particolarmente utile nel lavoro con D. evitare il *braccio di ferro* con il corruttore, favorendo al contrario alternative nuove e nutrienti e lasciando al paziente il tempo di percepire come sempre più obsolete ed eccessivamente dispendiose le forme di controllo da lui utilizzate nella gestione dell'angoscia.

Lentamente i pensieri onnipotenti sulla morte e le forme di controllo ossessive (*i loop*) hanno lasciato spazio a una più autentica angoscia abbandonica e di separazione dalla figura materna, finalmente pensata e tradotta in sogno: “*Ero a casa mia, ma i mobili erano molto grandi, li vedevo dalla mia prospettiva come alti. La mia famiglia era a tavola, erano tutti seduti. Mi siedo anche io e noto che a fianco a me c'è una figura oscura, una sorta di ombra. Dice che vuole entrare in camera mia e spostarmi le cose. Era come un ospite indesiderato. Io mi arrabbio, ma mia mamma dice che sarebbe entrato sicuramente in camera mia. Poi lui se ne va e mia mamma lo segue*”.

Risulta ora più comprensibile capire di che *grotta profonda* D. stesse parlando. È ciò che Meltzer (1993) definirebbe *claustrum*, vale a dire il confinamento del bambino nell'utero materno in una condizione di cristallizzata fusionalità. È stato sorprendente constatare quanto D. sia riuscito con il tempo a gestire sempre meglio i momenti di dubbio e di separazione sovente caratterizzanti il percorso terapeutico. Si ricorda con piacere in una recente seduta, durante la quale si stava riflettendo sulla difficoltà di abbandonare una nave che affonda, un momento di singolare capacità di sostare entrambi all'unisono in una condizione di incertezza. Riporto qui la breve sequenza:

D: Questo discorso sulla barca mi ha fatto venire in mente quella canzoncina...

T: Fin che la barca va...

D: lasciala andare...

Lasciare affondare alcune navi, per quanto doloroso, permette ad altre di salpare e prendere il largo, in un percorso, qual è quello terapeutico, in cui con pazienza le perdite risultano sempre più sostenibili e i rinnovamenti sempre più possibili.

5. L'intervento educativo

Gestito dallo staff di Rocco Persampieri, educatore adleriano, l'intervento è stato strutturato come una sorta di "pronto soccorso" educativo al fine di ripristinare il prima possibile regole minimali di convivenza e di cura di sé. I passaggi affrontati nell'educativa domiciliare miravano al recupero dei ritmi circadiani, dell'igiene personale, di una comunicazione educata e responsabile (sedersi correttamente a tavola, sparcchiare, salutare, ringraziare, partecipare alle attività familiari definendo chiaramente i compiti di ognuno) oltre ad attività sportiva (corsa piana, pugilato, equitazione con finalità di pet-therapy).

Recalcitrante durante le prime settimane di lavoro, D. attuava modalità oppositive caratterizzate soprattutto da aggressività passiva (tenere il phon costantemente acceso quando l'educatore cercava la comunicazione, non alzarsi dal letto, ritardare l'igiene personale rallentando così tutte le attività seguenti), utilizzando i *loop* quali "scusanti" per il proprio comportamento. La costanza dell'intervento, affrontato anche in situazioni davvero difficili, è stata via via premiata da una maggiore consapevolezza e partecipazione fino ad ottenere collaborazione anche al recupero dell'attività scolastica. A riguardo si vogliono sottolineare le buone capacità cognitive di D., le abilità in matematica, fisica e nelle materie scientifiche in genere, capacità che gestite con l'aiuto dell'educatore hanno consentito il recupero del gap didattico anche per merito della DAD che ha facilitato il progressivo inserimento.

Le attività sportive sono state volano importante anche per sostenere la socializzazione, di fatto azzerata dopo il ritiro scolastico.

I genitori sono stati inseriti in uno specifico corso definito "Disciplina del carattere", mirato a favorire il confronto con altri genitori in difficoltà, a processi di autoconsapevolezza completi di test autovalutativi, per poter giungere a comunicazione funzionale ed assertiva oltre che al recupero dei ruoli familiari. Si è favorita la partecipazione della famiglia allargata intervenendo sulle modalità relazionali dei nonni materni e favorendo la frequentazione di D. con i cugini, figli della zia materna. È da segnalare che il comportamento di D. quando era ospite della zia, è sempre stato impeccabile.

La mancanza di regole ambientali rendeva confuse le relazioni che, senza punti di reperi, sembravano riedizioni del caos primigenio cui D. era stato esposto.

Il lavoro con la madre, che ha affrontato anche un breve percorso psicoterapeutico, ha portato la signora a ricordare e riconoscere le proprie ansie gravidiche, legate al mancato desiderio per un bambino giunto all'improvviso a modificare i progetti di coppia. Questa arcaica sensazione d'essere depredata di parte del proprio futuro e della propria libertà faceva il paio con la sensazione profonda di D., convinto di non valere nulla e di non poter avere un futuro tanto da trasformare questo sentire in destino certo.

I primi risultati strutturati da D. in autonomia con ripresa di desideri propri (per es. coltivarsi un orto) si sono ottenuti dopo sei mesi di intenso lavoro educativo cui tutta la famiglia ha partecipato attivamente.

6. Pensare il recupero attraverso un lavoro di rete

L'Associazione di Psicologia Integrata e Complementare (APIC) ha istituito, in seguito ad esperienza pluriennale, un protocollo di intervento ispirato alla linea teorica della Psicologia Individuale applicabile in contesti in cui l'atto clinico psicoterapeutico può non risultare sufficiente. Nei casi come quello descritto in cui accanto al paziente designato, portatore del sintomo e dunque della patologia, esiste un contesto ambientale disfunzionale, risulta indispensabile un intervento ad ampio raggio anche, nel caso in cui occorra, con allontanamento del soggetto maggiormente sofferente dall'alveo familiare.

Questa strategia intreccia la componente clinica con quella educativo/scolastica, ha come oggetto la famiglia nel suo insieme ed è particolarmente efficace nei casi in cui il soggetto simbolo del disagio è un minore o un adolescente. Si tratta di modificare il punto di osservazione clinico, ovvero considerare la patologia non solo come una disfunzione riferita al singolo ma come una alterazione dei processi relazionali multipli cui il soggetto è esposto, rendendola di fatto una deformazione che circola tra i soggetti interessati ed è in grado a sua volta di deformare l'ambiente.

La mancanza di *insight* tra i diversi personaggi dà origine ad un teatro relazionale in cui gli inconsci agiscono senza possibilità alcuna di giungere alla coscienza. I soggetti non sembrano e non sono in grado di decidere, sono gli eventi ad imporsi determinando un movimento di adattamento continuo che, a sua volta, eleva ulteriormente le richieste del più sofferente.

Agire esclusivamente sul portatore del sintomo, oltre a poter risultare inefficace, confermerebbe la coppia genitoriale nell'idea che il "malfunzionamento" appartenga solo al singolo, responsabile della distruzione della famiglia. La vittima designata, vissuta come tale fin da prima della nascita, diverrebbe capro espiatorio atto ad evitare agli altri personaggi del teatro familiare qualsiasi assunzione di responsabilità e di conseguenza qualsiasi tentativo di evoluzione o cambiamento. È

necessario trasmettere alla coppia genitoriale l'importanza di convergere con pensiero ed azione indipendentemente dal rischio di agire con modalità errate; più chiaramente, non si tratta semplicemente di discernere interventi corretti piuttosto che scorretti ma di avere ben chiaro cosa si sta attivando e convergere sulla finalità. Questa coesione o, più propriamente, cooperazione tra i sessi, definisce ruoli ed interventi rendendoli prevedibili per i minori, stabilisce limiti e confini precisi attraverso i quali i figli possono costruire la loro sicurezza interna; è preferibile sbagliare insieme piuttosto che agire propriamente ma attraverso il conflitto.

Confermare e proteggere l'area di intervento clinico consente di strutturare il primo contesto privato, rispettato da tutto l'ambito familiare e trasformato in nuovo modello relazionale. Il lavoro intrapsichico verso una progressiva individuazione si muove parallelamente alla definizione della coppia e alla conseguente ridefinizione dell'ambito familiare. L'obiettivo è giungere ad una cooperazione tra i ruoli genitoriali, siano essi appartenenti ad una coppia ancora unita oppure separata, in una coesione che cominci ad apparire agli occhi del minore fattiva e reale seppure ovviamente imperfetta.

Bibliografia

- Adler, A. (2001). *La cooperazione tra i sessi. Scritti sulle donne e sugli uomini, sull'amore, il matrimonio e la sessualità*. (U. Sodini & A. Teglia, a cura di). Ed. Universitarie Romane.
- Adler, A. (2003). *La psicologia individuale nella scuola. Psicologia dell'educazione* (G. Canziani, a cura di). Newton.
- Bion, W.R. (1970). *Analisi degli schizofrenici e metodo psicoanalitico*. Armando.
- Dolto, F. & Nasio, D. (2011). *Il bambino dello specchio*. Marietti.
- Freud, S. (1993). *Il perturbante*. Theria.
- Green, A. (1992). *Narcisismo di vita narcisismo di morte*. Borla.
- Lacan, J. (1974). Lo stadio dello specchio come formatore della funzione dell'Io. In *Scritti* (G.B. Contri, a cura di) (pp. 87-94). Einaudi.
- Langford, S. (1995). La rivoluzione copernicana di Alfred Adler. *Rivista Psicologia Individuale*, n. 38, 21-28.
- Meltzer, D. (1993). *Clastrum. Uno studio dei fenomeni claustrofobici*. Cortina.
- Messing, C. (2020). *Simetria entre padres y hijos*. Noveduc.
- Rosenfeld, H.A. (1990). *Stati psicotici. Un approccio psicoanalitico*. Armando.
- Steiner, J. (1996). *I rifugi della mente*. Bollati Boringhieri.
- Vegetti Finzi, S. (1990). *Il bambino della notte. Divenire donna divenire madre*. Feltrinelli.
- Winnicott, D.W. (1988). Sulla traslazione. In C. Genovese (a cura di), *Setting e processo psicoanalitico*. Cortina.

Inferiority “Off The Wall”

by *Liesbeth Elsink**

ABSTRACT (ENG)

In this paper we will explore the following concepts: social life models and tasks, environment and community, feelings of inferiority, organ inferiority and its compensation. Furthermore, the concepts of superiority, will to power and the superiority complex will be examined. Through the connection between a pioneer of music (“the King of Pop”) and a pioneer of psychology, Alfred Adler, following the first theoretical section, the second part of this essay will explore some recent and modern approaches based on Adler’s Individual Psychology theory. It will also indirectly evaluate the applicability in the present of a “classic” theory that is more modern than ever. We want to understand its potential application across multimedia, involving a musician, influencers, and entrepreneurs who, in the age of social media, are closer to the Adlerian thought than one might think. Finally, this essay will outline the importance of empathy and encouragement in awakening courage within people in the hope of increasing their ability to face life in a “simple” way, to act “freely” in “healthy” interpersonal relationships and in social contexts, where listening and understanding serve as the basis for a humble and humane approach in interacting with patients, clients, children, young people, parents and other adults, in short, with humans.

Keywords: inferiority, superiority, superiority complex, will to power

Inferiorità “fuori dagli schemi”

di *Liesbeth Elsink*

ABSTRACT (ITA)

Nel presente saggio intendiamo esplorare i seguenti concetti: modelli e compiti della vita sociale, ambiente e comunità, sentimenti di inferiorità, inferiorità d’organo e sua compensazione. Verranno inoltre esaminati i concetti di superiorità, volontà di potenza e complesso di superiorità. Attraverso il collegamento tra un pioniere della musica (il “re del pop”) e un pioniere della psicologia, Alfred Adler, dopo la prima sezione teorica la seconda parte di questo saggio esplorerà alcuni approcci recenti e moderni basati sulla teoria della psicologia individuale di Adler. Valuterà anche l’applicabilità al presente di questa teoria “classica” ma più moderna che mai. Tenteremo di comprendere la sua potenziale applicazione attraverso il mondo multimediale, coinvolgendo un musicista, influencer e imprenditori che, nell’era dei social media, sono più vicini al pensiero adleriano di quanto si possa pensare. Infine, questo saggio delinea l’importanza dell’empatia e dell’incoraggiamento nel risvegliare il coraggio nelle persone nella speranza di accrescere la loro capacità di affrontare la vita in modo “semplice”, di agire “liberamente” nelle relazioni interpersonali “sane” e nei contesti sociali, dove l’ascolto e la comprensione servono come base per un approccio umile e umano nell’interazione con pazienti, clienti, bambini, giovani, genitori e altri adulti, in breve, con tutti gli esseri umani.

Parole chiave: inferiorità, superiorità, complesso di superiorità, volontà di potenza

* CRIFU

Introduction

“It is on the journey to this high place, in the attempt to move away from inferiority, that discouragement is produced. Alongside objective limits, there is the possibility of the mind perceiving or constructing purely subjective obstacles that make growth and fulfillment difficult or even impossible. However even those who do not construct fictitious obstacles encounter challenges in their drive to grow. Throughout the course of our lives, we are asked to decline and adapt our courage, the ability to get back up after we fall, to reformulate our project and, not to give up” (Canzano, 2009)

The frequentation of a school of psychotherapy is almost an unchosen choice since its attending is highly recommended after the specialization in psychology. Choosing not to attend a school of psychotherapy would be as if a therapist who – on his way to becoming a therapist – would refuse to go into therapy himself. Which school to choose among the wide selection available, a choice that should preferably not be dictated by its cost and geographic location, is an entirely different question. Let us face it, how can you become a psychologist right after your graduation, without exploring in depth the theoretical schools of thought of the great psychotherapeutic masters? In fact, you may come to think that you have made a school choice and then, not even one month in, realize that you were wrong... Getting an in-depth look into a psychotherapeutic reality does help... even in needing to admit that you are in the wrong place at the wrong moment and terrified of having to spend almost 4 years in an environment where you feel truly lost. It is therefore a matter of finding your own real path and walking it with the right and tailor-made dress on. That is when you understand that this is the road to follow. Perhaps it was also the fact that, being from another country with a different mentality, culture and point of view on some topics and feeling a bit like an outsider, I wanted to attend a school of psychotherapy that was “modern”, “different”, “new” especially for the age in which Alfred Adler built the theoretical foundations on which this school is founded and that has become “a happy home of wisdom, theories and recognition.” I never expected to find a theoretical school of thought in which I would passionately believe in within only a year. A school that matches my current aspirations and is in total synergy with modern authors, new musicians, current “influencers” and “entrepreneurs” who, even before I began this school, managed to capture my attention because of their approach to empathy, their ability to tap into each person’s potential, and the possibility of enacting change through the courageous approach of taking personal responsibility, every day, 365 days a year.

This is how the idea of bringing original Adlerian theoretical concepts, such as inferiority and superiority, in the here and now and giving them a new reading and application, was born. As there was a specific request for international texts and articles, I focused especially on literature in English. Consequently, the title of this essay connected music (through a historical album of

Michael Jackson) to writers who have given a modern application to Adler's theory, making his concepts extremely accessible to anyone, and bringing in also new concepts that I had not yet encountered in "classic" literature. As an Adlerian therapist it is, to my humble opinion, especially important to be able to share and make as many people as possible access Adler's concepts and to enable them to increase their self-esteem and to decrease their sense of inferiority through modern tools and methods.

In the first chapter, the concepts of life patterns and tasks, the environment and the community will be described. The second chapter will explore the concepts of feelings of inferiority, organ inferiority and its (super) compensation in order to describe superiority, will to power and the superiority complex in the third chapter. In the fourth chapter, through the introduction of another pioneer of his time in music, I will get to the heart of this essay: an attempt to bring the "classic Adlerian" theory – and its very modern concepts at that age of time – to the present to analyze how current and modern they actually are and how much of Alfred Adler's approach is still relevant today and applicable both in therapeutic contexts as in everyday interactions in the social world. Through a modern Japanese confrontation between a philosopher and his student, returning to the Ancient Greek approach when Socrates and Plato debated and challenged each other on life issues, using the same method to assess Adlerian Individual Psychology theory. I will conclude this Adlerian 2.0. journey by mentioning two current influencers/entrepreneurs who, to my opinion, could be an example for anyone because, without realizing it, they apply the Adlerian approach in all its facets. For me, this is a sign that Adler still manages to influence people in an initiative-taking way and to continue his thought. I will conclude the paper with a few concrete tips on the Adlerian therapeutic approach.

1. Models and tasks of (social) life, environment and community

Before exploring the main topics of this paper, namely inferiority, superiority, and the attempt to apply Alfred Adler's theory to the present, it is important to clarify some additional Adlerian concepts such as the meaning of life patterns and tasks, environment, and community.

1.1 Models and tasks of (social) life and the environment

In order to stay alive and achieve its goals, every living organism follows a definite life pattern and, through a predefined technique that is characteristic of that pattern, copes with its environment (Wolfe, 1931). The complexity of the pattern varies depending on the organism's capacity of change and adaptation. For this reason, human behavior patterns are much more

complex than those of other organisms since humans have a mind and a psyche (= a relational and social organ). Its function is regulated by affects and emotions (a process that self-regulates into a flow of information energies (emotions, memories, thoughts, awareness of self-experiences etc.). From a biological point of view, we therefore mobilize resources to develop and maintain an offense-defense life strategy. Our brain is part of our body and is therefore inserted into an ecosystem in which we act through complex and multiple attachment interactions and relationships. The body and the mind adapt to one and another. Brain activity is directed both towards the self and outwards. The psyche has the capacity to study the other but also itself. We are always looking for stimuli that are also dictated by our origins and culture. We move and preserve ourselves through community life, social life, and civilization because we cannot live and survive in isolation. “The fate of the individual is inextricably linked with the fate of its group” (Wolfe, 1931). This principle is one of the fundamental principles of Alfred Adler’s Individual Psychology.

A person’s social life was and is necessary for one’s own protection, because alone the human being is weak. Social solidarity helps to combat isolation and achieve goals. Therefore, a relationship of interdependence exists in everything, including in psychological development. Every human life begins from a state of helplessness and dependence. Without the help of caregivers (usually parents) – which are considered the first community – an infant would not survive (Wolfe, 1931). Through the care of parents or caregivers the child’s ability and potential grow. Development ideally occurs in two stages. The first phase is growth as an individual within the environment. The second phase is adapting to the community and making a social contribution to the environment in which the individual moves. It is usually the mother who, through her mediation, accompanies the child through these development stages. The stage of one’s adaptation to the environment begins once the child feels cared for through the mother’s affection which serves as the first form of social approval (Wolfe, 1931).

As the individual matures, and in a situation of “normality,” he develops enough strength to become an active participating member of a social group. The person gains sufficient peace and security, and a sense of wholeness that makes it worthwhile to live life in the best possible ways and face it boldly and independently.

Child development, however, does not always take place in a “normal” manner. Wolfe (1931) indicates that failure of a normal development process may depend on human biological characteristics, such as a mismatch between one’s perceptual and motor faculties. The perceptual faculties enable the child to be aware of the dependence on its caregivers for nutrition, warmth, and protection. As indicated, the role of the mother is fundamental in the process of social adaptation but along the way errors and difficulties from the caregiver part are inevitable. These

mistakes can lead to anti-social character traits that can manifest themselves years later and even into the child's adult life.

Wolfe differentiates the mother's function of reconciling the child with the environment between those who "undo" and those who "overdo." The first category of mothers lacks the adaptation function, with anti-social behavior as a possible consequence. The second category demonstrates the mother's overprotective behavior towards the child. These mothers feel so indispensable that as a result the child will not easily develop their thinking and behavioral skills. Wolfe determines that there is not such a significant difference between children in the first, often hated, category and the "overprotected and spoiled" infants. Both categories are not as well prepared as they should be for the future and for the required community tasks. The development of an intense sense of inferiority is almost guaranteed.

1.2 Community

According to Bartlett (2008), Adler emphasizes that individuals see themselves and should be seen as part of a larger, complete social situation. (Ansbacher, 1956). Adler's social interest applies to a greater participation to life and its vital tasks (Bitter, 2007). His main idea is that the more a person has invested in a community the more they will deliver to it. It would be in concordance with the famous saying "treat others the way you would want to be treated" or according to Adler, "live as you would like others around you to live." A balance between life and community would thus lead to a balanced mental health (Bitter, 2007). Adler urges behaviors that do not only help oneself, but more importantly include taking care of the family, society, and humanity (Boeree, 2006) in order to create a better environment all around.

2. The feeling of inferiority; organ inferiority and its compensation

In this chapter the concepts of feeling of inferiority, organ inferiority and its (super) compensation will be examined. Starting with an understanding of these concepts from a biological point of view, a small journey will be made into the world of inferiority of mankind and how it can also lead in a psychological sense to the sense of superiority, the will to power and the superiority complex.

2.1 Feeling of Inferiority

In a biological sense, the concept of inferiority indicates the limitedness, dependence, and precariousness of all life, including that no life form is self-sufficient and eternal. Inferiority means that life is imperfect, so it is essentially about the finitude and mortality of the living creature (Maiullari, 2013). Inferiority in humans is a concept related to this basic physical and biological reality, which in this case extends to the perception of life as holding insufficient competence and value. Every psychic existence possesses from birth a feeling of inferiority (limited, lacking, insufficient, incomplete, dependent, insecure, powerless [Maiullari, 2013]) that moves the individual towards goals to be achieved and the ability to choose how to reach them and that ensure safety (Adler, 1950). An infant, hitherto always united with his mother in the womb, once born witnesses this vital miracle: he feels uncomfortable, cries (“the bodily mirror of this initial ‘malaise’ of psychic life” [Maiullari, 2013]) and there comes this “alien”, adult person who meets his basic needs and moves through the infant’s cosmos. The child recognizes the fact that he is dependent on his mother and together with this notion, recognizes e also his own “weakness” (Wolfe, 1931) thanks in part to the fact that the psyche develops faster than the body. This position, apparently one of dependence, also reveals an enormous will to power, so that slowly the child develops his abilities and manages to occupy his social space in the world. It is the will to power that directs the intelligence in one direction or another to achieve a given concrete goal (Maiullari, 2013).

2.2. Organ inferiority and its compensation

Each person is born with and (unconsciously) aware of individual flaws that drive to useful social contributions to somehow “make up” for these “shortcomings” (Wolfe, 1931). Wolfe (1931) argues that unfortunately, only few are aware of these errors and have the courage to compensate for them. In fact, Wolfe indicates that there are several factors that precisely increase the sense of inferiority.

One of the main factors that makes one feel inferior and that leads to an inferiority complex – e in addition to “normal weakness” – are physical defects. If some other problem perceived as “inadequate” were to be added, the sense of weakness and inferiority becomes an all-around reality for the individual. Adler refers to this type of inferiority as “organ inferiority” which, although medically and physically perhaps insignificant, can lead to social embarrassment. Examples may include obesity, thinness, red hair, crooked legs, baldness etc. Considering oneself “ugly” has a particular place on this list, as does “being too beautiful” (Wolfe, 1931). The last

because according to the person considered “too beautiful” their beauty, mistakenly, is the only valid contribution that society requires of them.

The second group of factors that increase one’s sense of inferiority are the social, religious, and economic conditions of the individual (Wolfe, 1931). Again, this would include both those who belong to a lower social class and are thus in the minority with regards to others (this is the case where the risk of falling into criminality may be greater) and those who, for example, are extremely wealthy (for which there is a lack of incentive to get involved in their communities).

A third factor responsible for increasing the sense of inferiority would be one’s family constellation (Wolfe, 1931). The family is considered a “sensitive” topic because it is unlikely that a child can escape its influence. Within the family constellation, special importance is given to the position of the child in relation to other family members (e.g., being an only child rather than having other younger and or older siblings).

Bartlett (2008) describes how individuals born with an organ defect, and leading therefore a more complicated life, are more likely to develop an inferiority or superiority complex. Alfred Adler’s Individual Psychology has as its foundation the notion that each person can change through the transformation of their personality (Stein, 2008). Bartlett (2008) indicates how Adlerian psychotherapy views therapists as artists and not as “technicians” because of the work the patient and therapist do together to transform the individual (Adler Institute, 2008).

Alfred Adler, on the other hand, describes the concept “organ inferiority” as one of the main reasons why some young children “whose organs are in a state of inferiority” would lose or would not even develop their social feeling, thus losing their place in the world. They would face more difficulties in life (Bartlett, 2008), so they would thus adopt a *mentality* centered on their own person, losing interest in others. They would then be concerned only with themselves and with the impressions they receive from their environment, risking that their influence would awaken hostility and an inferiority condition with regards to that same surrounding. Thus, from an early age (from the age of two) they adopt a behavior that is different from their peers. They feel different, inadequate, and belittled, they also feel like they do not have the same rights and advantages and therefore they are more “demanding” Maiullari (2013) describes how the concept of inferiority has become taboo “because it touches the false consciousness of those who think of themselves as superior, either by birth, by skill, or by luck”. He describes that while, as a word, the term inferiority would seem almost too simple, in fact it demonstrates “the reality of those individuals who feel at first hand a sense of insignificance, or of nothingness, insecurity, uncertainty, or of not being considered good enough by those who think they are good enough” If one lacks social feeling (“a propensity to get in touch with the other” [Maiullari, 2013]), it is not possible to remove this state of inferiority and a child would not even survive. The social feeling

is what drives people towards relationships, it is a fundamental and innate factor in the child, who from birth naturally seeks the other, driven by a kind of “drive for affection “, as Adler defined it in 1908 (Maiullari, 2013). Children born with inferior organs feel their bodies, with their sufferings and weaknesses, as a burden (Ansbacher & Ansbacher, 1997). They then develop a feeling of inferiority and struggle to compensate for these shortcomings and to reach a goal that expresses their feeling of superiority. In this movement from the bottom to the top, they easily encounter difficulties in life and end up viewing life as an enemy country in which they are imprisoned. As they spend more energy fighting, hesitating, holding back and running than other individuals, they are selfish, thoughtless, lacking in social feeling, courage, and self-confidence, since the fear of defeat is much greater than the desire for success.

2.3 Compensation Theory

The concept of inferiority and organ inferiority are represented in Adler’s compensation theory (Ansbacher & Ansbacher, 1997). Inferiority is a concept related to the demands of the environment and situations in general. The results of these demands are shaped by the interaction of several forces: between the organ and its social environment, between several separate organs and all other organs, and finally between the body and the mind. According to Maiullari (2013) compensation in the biological sense is a concept that regards everything that a life form enacts to live, adapt, and survive the environment. From the basic genetic order to breathing, eating, defending, attacking, reproducing, and organizing, everything is geared towards compensating, temporarily and as much as possible, for the inferiority-finitude of life; “Compensation is what allows a living organism to adapt to its environment and to survive.” Maiullari also introduces the concept of life’s “will” to live and not to die by connecting to Nietzsche’s “will to power.” Ansbacher & Ansbacher (1997) describe Adler’s concept of compensation as follows: “If in the organ-environment interaction, the balance alters the organism, the latter responds through compensation mechanisms. Through the superstructure of the central nervous system, the mind, as part of the entire organism, will play its part in the process of compensation or maintenance of equilibrium. In this way Adler arrives at the concept of psychological compensation. Whilst striving towards perfection, man is continuously in a state of psychic tension and conscious of the weakness of the means at his disposal to achieve his goals. Only the certainty of having reached a satisfactory level in the attempt to reach towards the desired heights can provide him with a feeling of tranquility, of value, of happiness. The feeling of inferiority therefore continually requires compensation. The deeper the feeling of inferiority, the more insistent the desire to compensate for it and the more heated the emotion that

accompanies it will be". The feeling of inferiority is not pathological in itself; it actually is the basis of all improvements in human history. Maiullari (2013) describes how inferiority and compensation make an indissoluble conceptual pair that is the basis of human life: "The search for love [...] is based on the inferiority-absence of the loveless. The desire to be recognized, for physical and psychic well-being and knowledge, etc. is felt by those who feel held in check because they are marginalized, ignored, insecure, inhibited". Like Ansbacher & Ansbacher, Maiullari indicates that the interaction between organ and its environment require "intelligent and organized" strategies to compensate for one's inferiority and to adapt to the environment to be able to survive. The inferiority-compensation dynamic must constantly consider ways of human coexistence, between sense of self and others, between sense of power, responsibility, and solidarity. Maiullari recalls that the human organism is an entity that knows that its various parts together form a unity to be safeguarded.

Since the feeling of inferiority is always present, Adler describes that receptivity to education is threatened on two occasions: the first occasion appears when the sense of inferiority is reinforced and prolonged. The second occasion, on the other hand, arises when "the intended purpose is not only to ensure security, satisfaction, equality, but also favors the development of a tendency to power, directed to ensure a dominance over the environment" Adler specifies, "This is a road in which most children set out. The fact of always feeling offended, of considering themselves little favored by nature and of believing themselves, rightly or wrongly, excluded from adults, offers itself as an obstacle to the willingness to be educated. An exact analysis of all these conditions makes it possible to frame the possibility of failures and deviations in psychic development as an almost natural fact" (Adler, 1950). In fact, almost all children are exposed to the same basic situations: they are cared for and looked after by adults and are therefore small, weak, incapable, and inferior to these adults. Thus, children start to perform the tasks of life from a foundation of inadequacy. And this is where parents and caregivers would begin the children's education, which at the same time is fraught with difficulty. Adler continues: "If you demand more from a child than he is able to offer, you only increase his impression of being worthless. The result is a concentration of attention on one's own state of smallness, inadequacy and inferiority". Other forms of adult "education" may "ridicule children" as entertainment objects. Adults can become overly protective of children. Children may also be seen as "heavy" and "a burden". These forms, which can also alternate, create within children conflicting feelings between always wanting to please the adults or always wanting to oppose them. The pessimistic and negative approach of individuals affected by a feeling of inferiority can also originate from an unfavorable environment (Ansbacher & Ansbacher, 1997). This is the reason a fairly pronounced feeling of inferiority can be found in spoiled children. They live in an atmosphere of symbiotic

duality with their mother and tend to make such a situation final. Any change terrifies these infants, but change is inevitable, and this results in an increase in the usually normal feeling of inferiority. Their social sense is poorly developed, except towards their mother, to whom it is very pronounced. Throughout their lives they will not be extraordinarily successful in work, in love and in marriage, because individuals are only oriented to the achievement of their own well-being and completely disinterested in others (that are considered enemies). These children feel depreciated and behave just themselves like enemies. They use their strength only against the weakest and sometimes even become cruel towards them or towards animals. Adler also indicates that the attitude of adults wanting to overpower little children, making them feel small and therefore obliged to accept everything from them, lead the children to feel irritated and not taken seriously. They feel a sense of inconsistency in communication with adults and therefore doubts arise within the children about their lives (at home, school, etc.) and their environment leading them to construct ideas of what their “ideal” existence should be. Bartlett (2008) indicates that struggling in everyday life leads to being too self-centered (Boeree, 2006). Compensation through a second organ of the lower organ or supercompensation (Ansbacher, 1956). According to Adler one can hold the personality accountable for the ways in which we use compensation for the elements we lack in life (Boeree, 2006).

2.4 The (super)compensation of feelings of inferiority; the road to superiority

In the first paragraphs it was introduced that inferiority and compensation are two fundamental concepts at the basis of the evolution of species, so much so that we find them in various fields, from material subjects such as biology, genetics, and ethology, to the most abstract and spiritual such as psychotherapy, mythology, religion, ethics, and politics. We find them in the thinking, questioning, and explaining the world together with creating theories (Maiullari, 2013). Maiullari continues: “Man compensates for his limitations, that is, his constitutional inferiority, sometimes in a sublime way and sometimes in a tremendous way”. Man’s lifestyle constitutes the synthesis and individual pragmatic solution of the inferiority-compensation dynamic and is the way in which an individual accomplishes what Adler calls the three vital tasks of existence: love, friendship, and work. The concept of “lifestyle” summarizes the complexity of the person as a subject of desires, fears regarding the past and future and articulated in a life story. According to Maiullari, man always possesses a desire to fill a lack that he fears he will never be able to compensate completely. Man “has”, according to Maiullari, an emptiness that yearns for content, while he fears that he may not be able to fill it with adequate matters. The concept of lifestyle summarizes the idea of a person taking on these dual polarities of the mind in order to best adapt

and survive. Adler describes how, beginning in childhood, feelings of inferiority drive children to attract the attention and interest of their parents in order to achieve self-valorization and dominate their environment. He emphasizes the importance of the relationship between children's social feeling (which is absent in the case of a strong feeling of inferiority or even inferiority complex) and the tendency to superiority. Adler (1950) describes that "the ultimate goal is structured in such a way that its realization offers the possibility of feeling superior or of raising the concept of one's own personality to the point where life seems truly worth living". Children's initial doubts are then "denied" by impressions of the environment that guide and influence perceptions and representations and become beliefs. The stability and security obtained through beliefs are, according to Adler, only apparent (psychic fiction) and unreal but arise from the need to find an "*orientation* in the chaos of life". The psychic orientation of people towards a specific end thus becomes not only a "mode of judgment" but a fundamental datum ("the impulse to power"). The impulse to power is hidden by children through affectionate feelings and goodwill, but unconsciously it provides a desire for security and power, and children's behavior can begin to deviate from obedience to cowardice, from tenderness to cunning, with the aim of provoking the surrender of others and subduing them. A desire to dominate the other is then born. For this reason, education for Adler is a fixed point in order to help children feel understanding and loving towards others in the chaos of existence. Efforts must be directed toward a path that enables children to overcome insecurity and a sense of inferiority. The fact remains, however, that "the structure of the children's character, the mirror of their soul, conditions everything that happens within them". The *level of incidence* of the feeling of inferiority and insecurity is intricately linked to the *capacity of comprehension* of infants in their developmental age.

Children's feelings are however subject to constant change. This means that also the feeling of inferiority varies and leads to the fact that even "solid" feelings such as, for example, self-esteem cannot be consolidated. In this case, a compensation arises, i.e., a compromise against the feeling of inferiority. In order to cope with the feeling of inferiority, inadequacy and weakness, the psychic organ puts all its strength into dominating and overcoming these feelings. Ansbacher & Ansbacher (1997) explain the various forms of compensation as follows:

As soon as the equilibrium, which must be assumed to govern the economy of the individual organ or the whole organism, appears to be disturbed due to inadequacy of form or function, a certain biological process is initiated in the inferior organs. The unsatisfied demands increase until the deficit is made up through growth of the inferior organ, of the paired organ, or of some other organ which can serve as a substitute, completely or in part. This compensating for the defect through increase in growth and

function, may, under favorable circumstances, achieve overcompensation; it will usually also include the central nervous system in its increased development.

Alterations in the functioning of the lower organs represent considerable disturbances in the process of compensation. In cases of favorable compensation, the inferior organ comes to have the best developed and psychologically strongest structure. Ansbacher & Ansbacher describe: “The psychological manifestations of such an organ may be more plentiful and better developed as far as drive, sensitivity, attention, memory, apperception, empathy, and consciousness are concerned”. Through the process of compensation, the psychological axis develops according to the individual’s orientations and always dependent on one or more lower organs. Ansbacher & Ansbacher describe: “The striving to gain pleasure for these organs become noticeable also in dreams and fantasy, as well as in play and occupational preference and choices, because in the case of an inferior organ, primitive activity of the organ (drive) is always associated with pleasure”.

Where compensation per se is not necessarily negative or harmful, this changes when children, dictated by a state of distress, enact *supercompensation* behaviors. Adler describes it as follows: “The propensity for superiority and dominance is thus exacerbated, which takes on the characteristics of a real disease”. Ansbacher & Ansbacher (1997), on the other hand, describe that compensation resulting in supercompensation is not necessarily a pathology. The outcome of supercompensation depends on certain conditions; the limitations imposed by culture, the link between the dominant superstructure to other psychological fields, and the strength of the supercompensation. When nature fails to correct the lower organ, transient compensations are created which may succumb in case of attacks. In these cases, pathological forms such as incapacities, neuroses and psychological disorders may appear. According to Maiullari (2013) *hypercompensation* is an Adlerian concept that indicates an overbalanced compensation in one direction, in some cases an unbalanced one and sometimes a clearly pathological one. It can affect both the individual and the community and typically attempts to balance a severe feeling of inferiority-finitude. Examples may include group overcompensation and religious systems.

Children with this type of behavior leave nothing untried in order to achieve their goals, even at the cost of harming others. Things do not always get worse, but in the long run, children are unable to embody their vanity in a profitable way and feelings of hostility may arise towards society through pride, arrogance, and prevarication. Hostile behavior in the long run also damages the individuals themselves, creating feelings of unhappiness and malaise. The predominance of these subjects stands in contrast with the common obligations of solidarity that bind man to man. Those born in conditions of organic inferiority are easily induced to a

pessimistic worldview, because they carry traces of bitterness within themselves. The feeling of inferiority can arise, for example, due to a too harsh and rigid education. Consequently, children are no longer able to free themselves from obsessiveness that they may have internalized due to an unaffectionate past, making them distant from others and from the environment in which they live. Ansbacher & Ansbacher (1997) describe children with compensatory attitudes (and who therefore suffer from organic inferiority) as “very prone to acquire through their relations to the environment a feeling of inferiority. This feeling rests heavily upon them, and they aim to overcome it by any means”. These abnormal attitudes will then be linked to increased aggression that results from it. Ansbacher & Ansbacher (1997) describe:

Such traits as timidity, indecision, insecurity, shyness, cowardliness, increased need for support, submissive obedience [which Adler calls “dishonest obedience”], as well as phantasies and even wishes, which one can summarize as ideas of “smallness” or masochistic tendencies, correspond to the inferiority feeling. On top of this network of personality traits and through defensive and compensatory intent, impudence, courage, impertinence, inclination versus rebellion, stubbornness, and defiance appear, accompanied by phantasies, and wishes of the hero, warrior, robber role, in short, ideas of grandeur and sadistic impulses. The inferiority feeling finally culminates in a never-ceasing, always exaggerated feeling of being slighted, so that the Cinderella fantasy becomes complete with its longing expectation of redemption and triumph [...]. The entire child’s life drive is intensified and gains the upper hand. At the slightest injury, thoughts of revenge and death are expressed against the self and the environment, childhood disorders and unhealthy habits are defiantly retained, and sexual precocity and desire burst forth to be like the grown-ups, those who really count. The father is the one who is big, knows everything, has, or it is his substitute, the mother, or the teacher. He becomes the opponent who must be fought. The child becomes blind and deaf to his guidance, misunderstands all good intentions, becomes suspicious and extremely alert to all injuries coming from him. [...] the child has an attitude of defiance, but precisely on account of it has rendered himself completely dependent upon the opinion or attitude of others”.

Ansbacher & Ansbacher (1997) continue:

In other cases as a result of his temperament and life experiences, the child may lose his aggression tendency, learning from it, and try to seek satisfaction and success through passive behavior and submission either through honest or dishonest obedience. Hate might come up at time, although often only in dreams and through neurotic symptoms. These are signs, however, to those who understand, that the basis is formed for neurosis and prohibited behavior, unless the child proves himself capable of triumphant achievements or complete indifference. If the attitude of obedience and submission predominates, the parents frequently congratulate themselves on their model child without suspecting that in unfavorable life circumstances, the infant might be submersed into neurosis. Thus, in both main groups

of character traits we see the effect of erroneous attitudes, the compensatory significance which consists in the annihilation of the inferiority feeling through a compensatory protest and through phantasies of greatness. We find mixed cases in which traits of obedience and defiance run parallel.

3. Superiority, the will to power and the superiority complex

In this chapter the concepts of superiority, the will to power and the superiority complex will be described. These are central notions in Alfred Adler's Individual Psychology and explain human behaviour from early childhood with its life-long consequences.

3.1 Superiority and the strive for it

The notion of striving for superiority comes from Adler's description of his theory of personality and is exposed within the context of individual psychology. It sees a person as a unitary and coherent entity that can be achieved through a dominant dynamic force. Superiority, however, has a compensatory meaning so it originates from the feeling of inferiority (Ansbacher & Ansbacher, 1997). The dominant dynamic force consists in the struggle to move from a feeling of inferiority to one of superiority, from the bottom to the top. The original meaning of the concept of superiority was "to be a real man, to have power, self-esteem, and confidence". This description then changed because Adler intended the idea of being "above" as a form of "perfection, completion and surpassing" not only in terms of the Self but also in reference to external objects and internal obstacles. Adler believed that as a child, people were driven towards a desire to have and achieve more in order to become a better person (Bartlett, 2008). While Adler initially dealt with neurotic subjects to understand their struggle for improvement or their defence of the self-esteem, he later began to study also "normal" individuals. The difference between the two types of individuals lies in the fact that the "normal" individual has a less accentuated and dogmatized goal to nor less urgency in achieving superiority than the abnormal individual. The feeling of inferiority is also less accentuated in "normal" subjects. Another difference between normal and abnormal individuals is the fact that the former have more social sentiment, so the well-being of others and common sense are also considered in the concept of superiority. Striving for superiority as a term was later replaced by Adler with the concept of "striving for perfection".

Ansbacher & Ansbacher describe the striving for superiority as a vital necessity to achieve triumph, confidence, and growth. They state: "When philosophers and psychologists speak of self-talk, of the pleasure principle, of compensation (...) they're simply attempting to describe, in

a vague manner, that great upward push”. Therefore, as an automatic consequence, there is a desire to wanting to cancel every imperfection. Everyone wants to overcome challenges and aspire to achieve a goal that makes them feel strong, superior, and complete. The desire to strive for perfection is innate and an intrinsic part of life.

To better understand the desire to strive for superiority in “normal” subjects, Ansbacher & Ansbacher (1997) find Adler’s description of that feeling in neurotic subjects necessary. In these individuals the “I want to be a real man” feeling is dominant. The pathological fear in neurotics is that of not having the goal of achieving superiority and self-esteem. They have a disproportionate desire to be coddled and an inability to cooperate. The struggle undertaken by the neurotic individual is aimed at the acquisition of an ever-greater process, at the increase of one’s power and influence and at the discredit and deception of others. Adler highlights that until we understand the upward drive that characterizes and dominates a situation, we must trace back feelings such as the pursuit of pleasure, the instinct for self-preservation, affect (Bleuler), and those that can derive from organ inferiorities (Adler) to the ideal personality. Neuroses arise from situations of insecurity experienced during one’s childhood due to constitutional inferiority. In all neurotic cases the will and the thoughts are built based on a feeling of inferiority; a feeling that must always be considered to be reactive, since it developed from the individual's relationship with the environment or with his goals. The neurotic has always been preceded by conflict, by a comparison of himself with others, initially with the father, namely the strongest and most important person in the family, but sometimes also with the mother and siblings before targeting whoever the neurotic meets later in life. The feeling of inferiority is generally considered a sign of weakness and something to be ashamed of; it is therefore natural that there is a strong tendency to hide it.

The goal of achieving superiority of individuals (not just the neurotics) with a strong feeling of inferiority is to suffocate the other person. The increased sense of inferiority makes them suspicious and cunning, and this makes it difficult to convince them to develop social sentiment and the courage to do useful work. These children can become problematic children, neurotics, criminals, and suicidal. They have lost their social meaning and therefore their courage and self-confidence. Aillon and Simonelli state:

In the last 100 years socio-cultural changes have enormously increased the demands of the environment from the single individuals, so the feeling of inferiority has increased collectively, the extent of which depends on the discrepancy between our requests-expectations and the demands of the external environment. From a different perspective, by extrapolating Adler’s idea about the individual to society, one could deduce that for some time our society has been behaving in a ‘neurotic’ way, that is, it has elevated its ideal of personality so much as to place it beyond our reality, thus abolishing the concept of

limits and going limitless. If our “collective lifestyle” pursues an ideal of unlimited superiority-perfection (the hyper-compensatory function of the will to power) it is very likely that on a single individual level the fictional goal will be placed on a higher level, thus making the feeling of inferiority become more intense and widespread, leading to an increase in dysfunctional or even pathological compensations.



Table 1: Aillon-Simonelli (2012), *Social Sentiment Model*: Relationships between psychological, economic, social, and cultural factors that have led to an enormous increase in the freedom of human beings and to the disappearance of the limit concept (starting from the 1970s), causing an increase in the feeling of inferiority and the related dysfunctional and pathological compensations.

Adler also describes the concept of striving for superiority in “normal” individuals. Individual psychology assigns a central role to self-limitation (*Ichgebundenheit*): “The individual who places limitations on himself always forgets that his Self would automatically be better protected the more he adapted to the well-being of humanity”. This is a problem since the overall interest of individuals thus consists in emphasizing the obstacles encountered along the way or in fighting them with no other purpose than to get rid of them. The coveted progress is thus not achieved. “For a child to be able to gather his strength and overcome difficulties at the same time, his moves must be guided by a goal placed outside of him, a purpose based on a real interest, for others and for cooperation. [...] If a human being, in the context of meaning he attributes to life, wants to contribute and if his feelings are entirely aimed at this purpose, he will feel obliged to present himself in his best form in order to fulfil it. He will begin to prepare to solve three vital problems: behaviour towards others, work, and love, and to develop his own skills”.

3.2 The will to power

Adler (Ansbacher & Ansbacher, 1997) states that the concept of striving for power is the same concept as Nietzsche's "will to power" but it is not the same concept of superiority. Individuals strive for superiority, not for power. The concept of striving for power is only one of the many possible forms of struggle that all aim for perfection and security. The neurotic aspires to personal superiority and, in doing so, he expects a contribution from the group to which he belongs. The normal individual, on the other hand, fights for perfection from which everyone will benefit (Adler, 1927). The will to power and dominance can become exaggerated and intensified to the point of becoming pathological. Regular relationships and bonding cease to satisfy children so their movements begin to take on a grandiose type of body language, thus changing along with their goal. They will try to secure their position through extraordinary efforts with more eagerness and more impatience, with more impulses and without the consideration of others. By identifying with these exaggerated movements towards an exaggerated goal of dominance, children stand out and their attack on the lives of others requires defensive measures. They are angry with the world and the world is angry with them, but this antagonism doesn't necessarily happen in a negative way. A child may initially express his will to power in society in a manner that is not necessarily confrontational for a long time, and his ambition may be interpreted as perfectly regular. Subsequently, when we come to investigate the various achievements and results, we find that overall society doesn't benefit from these triumphs because the initial ambition is socially oriented and because of it the child will always be interpreted as a disturbing element. Gradually, other (anti-social) characteristics begin to appear capable of influencing the relationships of others. At the forefront of these manifestations, we will find elements such as pride, vanity, and the will to conquer everyone at all costs and through any method they can manifest themselves exalting their sense of self, degrading all others, and maintaining a considerate distance from them. Behaviour of this kind is not only uncomfortable for the person subject to it but also for the individual himself, continuously being put in contact with the dark part of his life and hindering him in his search for happiness and wellness. In this extreme effort of the will to power, children of this kind risk ending up in positions of resistance to regular tasks and duties asked of them. Comparing these "power-hungry" individuals with ideal sociable beings, it's easy to notice that these young kids tend to distance themselves from their peers. Alfred Adler links to and seeks recognition for psychic difficulties in primary age rather than to physical problems or other forms of inferiority. For Adler, it is fundamental in this perspective not to damage the social sentiment of the individuals in question and therefore to

help instead of condemning or blaming the bearers of these discomforts, especially since we are all protagonists in the same society that leads to these discomforts.

The identification of masculinity with superiority, the sense of being above others, the quality of related tasks, tenacity, dexterity and affirmation, and the identification of femininity with inferiority, the sense of being at the bottom, the least appreciated tasks, passivity, docility, fear, and defeat do not correspond at all to an innate disposition, but originates from value judgments (Pagani, 2006). The prejudice of the supposed inferiority of the woman is, for Adler, a strong obstacle for the very realization of the woman, but also for coexistence and the general development of society. Consistent with the social conception of his theory, Adler states that the privileged male condition is in contradiction with the natural presuppositions of human coexistence. For Adler, the ideals of women's emancipation movements must be actively supported because, in the end, the happiness and *joie de vivre* of all humanity depend on their affirmation. "For men – says Adler – happiness is possible only in a situation that involves the reconciliation of women with their role and a serene relationship between the two sexes". Following the gradual refinement of his theory, Adler replaces the principle of virile protest with the concepts of the desire to emerge, the will to power, and, finally, with the striving for valorisation and superiority. The notion of the will to power constitutes one of the most significant theoretical cornerstones of the Adlerian doctrine but when it comes to the will to power, there's an immediate urge to compare the concept as presented by both Nietzsche and Adler. The relationship between the two concepts of "will to power", the original one by Nietzsche and the subsequent one by Adler, attenuated and softened by the stable presence in men of the other fundamental instance, namely the "social sentiment", is much less effective and conceptually less substantial than initially perceived.

3.3 The superiority complex

When Adler indicates how to apply the technique of Individual Psychology, he emphasizes the importance of understanding someone's life problems and the demands they place on that person. This is the only way to discover an individual's lifestyle. The solution to such problems requires a certain degree of social sentiment and the capacity for cooperation and coexistence. When this capacity is lacking, a strong feeling of inferiority can be observed and, according to Adler, a "hesitant attitude" together with withdrawal. At that point, a whole set of physical and/or psychic phenomena appear which have been described as an "inferiority complex". The incessant striving for superiority tries to hide this state by means of a "superiority complex", which aims to exhibit a false personal superiority, even when there's no ability to experience a

“normal” social sentiment. At this point, Adler indicates that having established all the phenomena that characterize a case of failure, the causes of the lack of preparation must be identified in early childhood. In doing so, it would be possible to have a truthful image of the coherent lifestyle of the individual and to be able to grasp, in case of failures, the degree of impairment of their social sentiment, always in relation to their poor ability to relate to others. According to Adler, educators, and teachers, doctors, and the “spiritual father” have the task of enhancing the individual’s social sentiment, and therefore his courage. It must be explained through convincing arguments what is the cause of the failure he suffered, and it must be shown that the opinion that the individual has of himself, of the world, and of the meaning of life is wrong. Adler emphasizes that only those who have a deep understanding of life’s problems know in cases of failure both the individual himself and his inferiority and/or superiority complex are characterized by insufficient social sentiment. At the same time, this person has a great deal of experience in circumstances and situations that have most likely in childhood hindered, the development of social sentiment (Adler, 1997). The superiority complex can also arise through the drive for self-realization (Ansbacher, 1956). According to Adler, the superiority complex is characterized by the attitudes, character traits, and opinions of someone who believes himself to be superior and capable of superhuman performance. The complex can also be recognized by the exaggerated claims; this kind of individual, as Adler describes it, demands too much of himself and from others. Attitudes that hint at the presence of this complex include being always uptight, vanity linked to external appearance, clothing that is either too refined or intentionally disregarded, a very masculine appearance in women and a very feminine appearance in men, arrogance, excessive expansiveness, snobbery, vainglory, a tyrannical temperament, the tendency to malevolent criticism (contempt and belittlement), the exaggerated devotion to heroes, the tendency to make friends with authoritative characters or exploit the weak, the sick, less important people, the accentuation of a particular peculiarity, the abuse of current ideas and fads in order to belittle others. Other attitudes include excessive affection, in terms of short temper, thirst for revenge, moodiness or excessive enthusiasm, loud laughter, and the dismissal of others (looking away from the person and not listening to them) to draw attention solely to themselves. He also adds superstition and the belief in one’s telepathic and prophetic abilities. Adler indicates that all people can become victims of a superiority complex (Adler, 1997).

4. Off The Wall: the reinterpretation of Alfred Adler’s concept of inferiority

In this chapter, through the introduction of another pioneer of the music industry, we arrive at the core subject of this paper; the attempt to bring the once-modern “classic Adlerian” concepts

into our current times to examine how contemporary and modern they are and how well Alfred Adler's approach is still applicable, both in therapeutic contexts and in everyday interactions in the social world. Through a modern debate between the Japanese philosopher Ichiro Kishimi and his pupil Fumitake Koga, based on an approach used in ancient Greece where Socrates and Plato confronted each other through a dialogue by discussing a variety of life problems, the Adlerian Individual Psychology theory will be analysed. The goal is to modernize Alfred Adler's concepts and introduce them in a positive manner into the consumerist, virtual, online reality and through completely different social interaction channels, such as social media.

4.1 Off The Wall: The Connecting Wall Between Adler and Modernity

The title of this paper is *Inferiority Off The Wall*. The term "Off The Wall", can be translated as "out of the ordinary" and "unconventional". The term was also used as the title of a Michael Jackson music album, released on August 10, 1979. It was the singer's first solo album as a singer, composer, and songwriter in collaboration with producer Quincy Jones. As a result, the singer became the first artist in the history of music to have four singles from the same album in the top ten of the Billboard HOT 1000, including two which made it to number one: *Don't Stop Till You Get Enough*, *Rock with You*, *Off The Wall* and *She's Out of My Life*. The album received very positive reviews and the singer earned his first Grammy Award.

The album should also be credited with having broken all racial barriers, musically speaking, as it became the first work of a black singer to enter a ranking of white artists, thus contributing to the birth of the unified rankings. The album had great significance in the twentieth and twenty-first centuries and still serves as an inspiration for many musicians and composers today. A lot of attention went into the choice of the cover photo and the new public image of the singer who, until then, was part of *The Jacksons*, after years of being the child prodigy of the *Jackson 5*. To get him to break away from his brothers and make the most of his unique talent, his managers decided to introduce Michael Jackson as an adult as someone different. That's how his manager at the time, Ron Weisner, in agreement with Quincy Jones, came up with the idea of the "black Frank Sinatra" in a tuxedo, because that suit represented, according to Weisner, a "rite of passage" (in reference to the use of certain kinds of clothing during times of major changes, such as graduation parties and weddings). Michael Jackson wouldn't be Michael Jackson if he didn't add a personal touch: the white socks, his trademark by then. For the album cover, they decided to work with an advertising expert and photographer Mike Salisbury. One day, when the photographer went outside to take a breath of fresh air not far from his studio, he found the perfect wall to symbolize the famous wall of the album. On November 6, 1979, as the album was

starting to take off, Michael Jackson wrote a motivational message to himself, found after his death: “M.J. will be my new name, no more Michael Jackson. I want a whole new character, a whole new look. I should be a totally different person. People should never think of me as the kid who sang “ABC” and “I Want You Back” (...). I should be a new incredible actor/singer/dancer that will shock the world. I will do no interviews. I will be magic. I will be a perfectionist, a researcher, a trainer, a master [...]. I will study and look back on the whole world of entertainment and perfect and take further steps than where the greatest left off”.

Reading these self-affirmations and knowing how he underwent a literal and physical transformation over the years, one might think that “M.J.” was afflicted with an inferiority complex flaunted into a sense of superiority. However, it’s impossible to deny his significance for modern music still today. He was a musical genius with important messages wrapped and seasoned with a unique music style. “The King Of Pop” felt compelled to change, refine and bring forth a thought, an art form that, in his opinion, was lacking at the time in society.

Already back in 1908, Adler was extremely modern in his perception of the psychological reality of society, and, in fact, his concepts are more than ever applicable, describable, and usable to understand today’s reality. The Adlerian conception fully captures the experience of inadequacy typical of today’s society (the “society of everything is possible”), relating to the inferiority-superiority dynamic and the conflict between the possible and the impossible (Aillon & Simonelli, 2012). Therefore, we can affirm that in the last 100 years there have been socio-cultural changes that have enormously increased the demands from the environment to the single individual, thus collectively growing the sentiment of inferiority, the extent of which depends on the discrepancy between our demands-expectations and the demands of the external environment. From a different perspective, by extrapolating Adler’s idea about the individual to society, one could deduce that for some time our society has been behaving in a “neurotic” way, that is, it has elevated its ideal of personality so much as to place it beyond our reality, thus abolishing the concept of limits and going limitless. If our “collective lifestyle” pursues an ideal of unlimited superiority-perfection (hyper-compensatory function of the will to power) it is very likely that at the level of the single individual the fictional goal will be placed higher, thus making the feeling of inferiority become more intense and widespread, leading to an increase in dysfunctional or even pathological compensations.

4.2 The modern Adlerian concern

Aillon & Simonelli wonder what would Adler say about this consumerist society where possessing is more important than being, where almost everyone chases the success-money-

power triad without too many moral qualms and with a somewhat limited “social sentiment”? What would he say about a society where even the lack of moral qualms and “social sentiment” is not socially frowned upon and often allowed to reach greater success? What would he say about a society that puts much of its energy into work (even though nowadays it’s not as time-consuming as it was before), leaving barely any space for the other two fundamental life duties? Wouldn’t he agree, as many thinkers in the field of psychology already claim (see for example the work of Umberto Galimberti, Erich Fromm, Luigi Zoia, Miguel Benasayag, etc.) that we are an increasingly neurotic society? An economic system based not on the full realization of the human being, but on profit and on the unlimited and unrestricted growth of the production of goods, with the help of the current powerful means of communication, could only evolve in this direction. Various sociological research shows that one of the goals of advertising, in terms of maximizing consumption, is precisely to keep us in a state of permanent dissatisfaction and insecurity to push us to “compensate” for this feeling of insufficiency with diverse purchases. On the other hand, to maximize productivity, the competitiveness among men has been widely exacerbated to the detriment of cooperation. The media have also amplified the sense of inferiority both at individual and community level. Indeed, while back in the days we used to compare ourselves with the people in our neighbourhood or city, today we’re constantly comparing ourselves with the whole world and with the idols that are proposed to/ imposed on us at every moment of our day. It is also the media that have largely contributed to the deconstruction of the notion of limit. To take the system to the next level, nowadays one should not simply be himself or find his own path in life but must always be “the best”. One must always have more and never enough.

4.3 The need to update Adler’s thinking

Were there perhaps in Alfred Adler not the sprouts for a “diagnosis” and a relative response to this omnipotent and messianic world vision which, unfortunately, is rampant today (in a more or less conscious way) and which is causing irrevocable damage to humanity? Speaking of the “Nervous Temperament”, Adler states that “the path created reveals the struggle for power as a demonic action, which has been left free at the expense of, or intelligently abusing, humanity’s immortal social sentiment [...]. Perceiving the human being in our own way means taking him out of the sick, agitated but impotent struggle to become God-like and bring him back into the stoic logic of human social life, of social sentiment”. He also points out that, “the prominent sentiment that underlies these fantasies [the desire that others die so that one’s own living space increases, that others suffer so that he can find himself in the best life conditions] comes from

other spheres, and in the present case, probably even from factors related to capitalistic activities where an individual will find himself all the more at ease where another person suffers”.

Adler’s concern about the world nowadays as described by Aillon & Simonelli is justified. Today, some of the factors that cause the most unrest on a social level are consumerism, the use of electronic devices (especially mobile phones), and social media. Since the purpose of this paper aims to present a refreshed and positive vision on Adlerian concepts and how they are still applicable and conducive to change in the individual through an increase in self-esteem and in a more empathic type of contact between people, I wanted to introduce a new, innovative, and perhaps even universal analysis of the Adlerian paradigms. Through extensive bibliographic research, I came up with an eloquent interpretation through a completely different approach, considered new because of its “ancient” origin. It is a comparison between the philosopher Ichiro Kishimi and his pupil Fumitake Koga.

4.4 The Courage to be disliked: A comparison between a philosopher and his pupil

It was 1999 when Fumitake Koga, by mistake, stumbled upon a book by philosopher Ichiro Kishimi titled *Introduction to Adlerian Psychology*. Since he was critical about Freudian and Jungian theories, he was pleasantly surprised by Alfred Adler’s concepts. That is where something unique happened with regards to the classical concepts of feelings of inferiority and superiority, which is where the novelty of this paper lays; Koga was completely hooked on the Kishimi-Adler combination. Kishimi based his theories on the ideas of Socrates and Plato along with other Greek philosophers and proposed Adler as a thinker, a philosopher whose work went far beyond clinical psychology. Koga quoted one of Adler’s thoughts as follows: “It is only in social contexts that a person becomes an individual”. He found this “Hegelian” thought and continued: “In his laying emphasis on subjective interpretation over objective truth, he echoes Nietzsche’s worldview and ideas recalling the phenomenology of Husserl and Heidegger are in abundance”. Adler was thus inspired by these philosophers and stated: “All problems are interpersonal relationship problems”, “people can change and be happy from this moment onward” and “the problem is not one of ability, but of courage to utterly change the worldview of this rather confused youth”.

Therefore, there is hope for our youth and our modern society, but how can we bring Alfred Adler’s thinking, which according to Koga almost no one had heard of, to the “public”, “to the people”, to the whole world? In this way Koga’s desire was born to, one day, write a book on Adlerian psychology together with Kishimi (called the “Kishimi-Adler studies”). Ten years passed before the philosopher and his pupil met again. In that meeting, Kishimi said to Koga: “Socrates’

thought came from Plato; I would like to be the Plato of Adler”. Koga then replied: “Then I will be the Plato for you, Mr. Kishimi?”. Both the book and the dialogue format between a philosopher and his pupil were born.

Kishimi is convinced that philosophy and psychology are closely linked and, more importantly, that Adlerian psychology is on the same line of thinking as Greek philosophy. Furthermore, Kishimi finds that the dialogues between Socrates and young people were very similar to our current counselling practices. Kishimi points out that Plato’s language is very “simple and easy to understand” particularly because it aims to make people (anyone, not just specialists) experience the process of achieving wisdom. Therefore, what matters is not the achievement of wisdom per sé but the path that leads to get there.

According to Kishimi, Adler teaches us that all problems are interpersonal relationship problems. When we are unable to build solid interpersonal relationships, we are always busy trying to meet the needs and expectations of others. Unable to communicate assertively out of fear of hurting or offending someone, an individual risks to abandon his desire, mission, and goals. The philosopher in Kishimi-Koga’s book paints the world as a “simple” place where everyone can be happy starting today. Adler states that his psychology is for everyone.

The book unfolds through discussions between a young man (the pupil) and a philosopher on the Adlerian theory that puts Adler’s belief in a liberating approach towards happiness in which every man has the power and potential to live happily and satisfyingly, with no worries about the past or the future, in the here and now. According to the book’s philosopher, we are not defined by our experiences but by the meaning we attribute to these experiences. We choose our life, make our own decisions, and define our own goals. According to the philosopher, one must never stop. When we are born, it doesn’t matter how we are born and what we are born with, but what we do with the “tools” we have. Another concept is that of the renewal of things, rather than the replacement of them. Everyone can choose happiness just like everyone can choose unhappiness. According to the philosopher, an individual’s lifestyle is defined by his world vision and by the thoughts about what life should be like. In some cases, change doesn’t happen simply because a person decides not to change. This is where courage comes into play: according to the philosopher, Adlerian psychology is grounded on courage. Unhappiness cannot be attributed to the past or to the environment but only to the lack of courage to be happy.

Therefore, it is necessary to realize that you live in the here and now and that from now one is the protagonist of one’s own life. Lack of courage leads to an inferiority complex which can, in turn, lead to a superiority complex. Here, the philosopher touches on an interesting and somewhat revolutionary thought: those who suffer from a superiority complex (and increased based on power over others) actually live according to the values of others, so there is nothing

“great” nor “superior” about them. The philosopher therefore explains that not only is a person suffering from a superiority complex actually very insecure, but he bases his superiority not only on his own ideas but mostly on the values of others. Another category that falls within this complex is that of people who use their “bad luck” to feel special and attract attention. Misfortune and weaknesses can thus become powerful weapons.

The philosopher urges to avoid competition because unnecessary due to the simple fact that it is enough to keep moving forward. Thus, a healthy sense of inferiority is a comparison between the self and the ideal self. We are all different and for this reason, we are all the same (“equal but not the same”). The philosopher explains to the pupil how important it is to treat children and young people not as adults nor as children but as human beings. Competition would only lead to problems in interpersonal relationships. To become a “travel companion” you need to let go of the urge for competition and the fear of losing something. Only in this way can you contribute to the lives of others.

The philosopher also deals with the topic of anger and how, avoiding it, it is possible to process thoughts and intentions more successfully by using appropriate language. Goals are achievable through the “life tasks” (work, love, and friendship) that everyone must carry out. Adlerian psychology is a type of psychology based on the idea of changing ourselves and not others through the completion of inevitable life tasks. If you try to avoid them, you end up living a lie. Therefore, whether we live in a lie or not depends on courage.

The philosopher points out that we do not live to meet the expectations of others. On the other hand, we also must not have expectations of others ourselves.

At this point, the book touches on a very interesting topic that surprised me and from which I think we can all learn something. The philosopher invites the pupil to think about any given action and the individual responsible for carrying out that action. He identifies it as “the separation of duties”. In general, as the philosopher describes, all interpersonal problems arise from the intrusion of others into our tasks or from us into the tasks of others. According to the philosopher, the separation of duties would dramatically solve many interpersonal problems. When educating children, students, and any given person, it is essential that they understand the notion of knowing how to stay “in one’s place” and intervene only upon an explicit request: “You can lead a horse to water, but you can’t make him drink. Please think of counselling and all other assistance provided to other people in Adlerian psychology as having that kind of stance. Forcing change while ignoring the person’s intentions will only lead to an intense reaction”.

Valid interpersonal reactions must involve a basis of trust towards others. It also entails having the courage to “let go” in such an act of trust. Having the courage to be happy, however, also

means being able to accept the idea of the impossibility to please everyone (and to not feel bad about it). True freedom and feeling free lie in living according to our own principles.

According to Adler, to be able to love and accept each other, people need to be useful through a contribution to the community. A very important point in this, according to the philosopher, is that it is not so much the contribution that matters but the meaning that we attribute to that contribution, as we don't know how useful it will be to others, but we know how we feel when making that contribution. Taking care of others ("social interest") through one's contribution is fundamental in horizontal relationships where one shows courage by being "useful" to others. It is the assistance of others based on equity ("equal but not the same"). Horizontal interpersonal relationships are another fundamental principle of Alfred Adler's Individual Psychology.

Another key point in the dialogues between the philosopher and the pupil is the fact that being "normal" should not be interpreted as a negative fact. Accepting yourself in your normality is a courageous act that will change your world view drastically.

According to the philosopher, the greatest lie is living in the past or in the future. Often actions are postponed thinking that the here and now is a preparatory phase for who knows what moment or event. The biggest "lie" lies in this misunderstanding that many individuals have about the "now", the current moment. The real life is in this moment; the process towards a goal is "the real deal". Life is therefore presented as a series of moments that are lived as if it were a dance, turning and turning every step of the way. While Michael Jackson's famous "Moonwalk" could be interpreted as walking "back" into a past that was extremely difficult for him, a brilliant dance, but disastrous for him (his desire to stay young, to change his looks, etc.), the Kishimi-Adler's dance is a one-step-at-a-time type of dance. Dancing is the real game, the real goal with no final destination. I like the idea of Michael Jackson doing his Moonwalk, taking off his hat and bowing down to Alfred Adler and his pupils to make room for courage, self-esteem, and empathy.

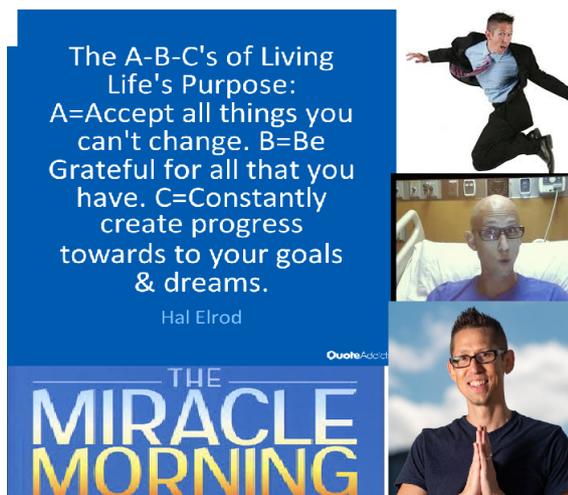
4.5 The Miracle Morning and Tea with Gary vee: adlerian concepts through social media

In 2020, it is impossible not to consider social media in any activity. I am therefore interested in exploring the influence of social platforms such as Facebook, YouTube, Tic Toc, Twitter, and others during the historical moment we're living with Covid-19 to see if we can find a connection with Alfred Adler's concepts.

4.5.1 Hal Elrod's *The Miracle Morning*; an “Adlerian” wake-up call

It is therefore interesting to involve a virtual community such as “The Miracle Morning” in this paper. This community was started on Facebook following the publication of a book of the same title written by Hal Elrod in 2012: *The Miracle Morning: The 6 Habits That Will Transform Your Life Before 8AM*. The writer lived a unique life. At age 19, he had a car accident and was pronounced dead for 6 minutes. He was then told he was never going to walk again, suffered from long-term memory loss, and saw his life coming to an end before his eyes. At least, that's what it felt like. After a few days of being in a medically induced coma, Elrod entered a state of “disbelief”, as defined by the doctors. The writer was always smiling and positive in front of them. His parents would invite him to cry, to be desperate and to vent but Elrod, in a very calm way explained his life strategy “can't change it”; “there are factors that I can't change so it doesn't make any sense for me to get angry” (talking about the Adlerian separation of tasks!). Following a rehabilitation process, Elrod started walking and working successfully. In 2007, due to the economic crisis, he lost his home, all his savings and he fell into a deep depression. During a phone call with one of his best friends, he was invited to go for a run the next morning. Being quite offended by the banality and simplicity of the “solution for his malaise” that was suggested to him, he decided to give it a try. He repeated the experience the next morning, and then the next one, and the next one... until it became a daily ritual. He began to add other routines on top of it. In 2008, after several attempts, he developed his own program which totally changed his life. He used to discuss his experiments with some of his clients and they would later post their own results on Facebook and Twitter. While trying to find a name for the program, his wife told him that for him it had become a “miraculous morning” the name “The Miracle Morning” was born.

Although it would seem that Hal Elrod had already lived enough “special” experiences by then, in 2018 he was diagnosed with a very rare form of cancer with little chances to survive. As a member of his community, I keep myself up to date on his progress. Fortunately, for the time being, he seems to have made it once again.



The format is based on six principles defined the S.A.V.E.R.S.

S=Silence

A=Affirmations

V=Visualizations

E=Exercise

R=Reading

S=Scribing

The author explains the different items and their significance in the book. The idea of doing these 6 actions before 8AM lies in the fact that after this time, we are consumed by work, family, and other commitments. The format is a “lifestyle” that becomes a routine. Although affirmations can, according to Adler (Kishimi & Koga, 2018), lead to a sense of inferiority and superiority, there are other things that can lead to “Adlerian affirmations”, for instance: it takes courage to decide to take these 6 steps one at a time every single day. The format allows you to achieve happiness by working through a process of daily routines. The community helps people to not feel alone and to feel part of a common purpose: well-being and feeling great. The combination of physical exercise with reading and writing represents a holistic approach that can be applied to individuals as an entity. Hal Elrod has been able to engage and encourage millions of persons into making contributions through posts about their progress on Facebook. He has been able to show empathy to whoever writes to him (he responds personally to every message) with effortless and simplicity because wherever the “I can’t change it” mentality doesn’t work, he manages to separate tasks very well. It is like a stain that enlarges and it is an approach that has been adopted by everyone in a positive and productive way (action) in every aspect of life (love, friendship, and work).

4.5.2 Tea with Gary vee; egocentrism as a key to community feeling

Gennady Vaynerchuck was only 3 years old when he and his family left Belarus and moved to the United States. When they arrived, his father found a job at a liquor store. The family was very poor and lived in a small flat with eight family members in Queens, New York. A few years later, his father opened his own small shop. Gary always remembers being an entrepreneur. Already at an early age, he used to sell lemonade and flowers (stolen from the neighbours' gardens), sing Christmas carols, and sweep snow. He wasn't a good student and hated school. He felt misunderstood and was looking forward to leaving school once he turned 16-17. To encourage him to get whatever he wanted, his mom, who he loved, used to tell him to "go and get it". That's how he learned at a young age to be financially independent. At the age of 14, he began working in his father's shop and when he turned 24, Gary took over the shop introducing a "Wine Library" and launching an online business (it was one of the first entrepreneurs to do so), which today would be a type of e-commerce. It was 2006 when he launched "Wine Library TV", a daily webcast dedicated to enology. By 2005, he had managed to grow his father's business from 3 million to 60 million dollars in value. In 2011 he left the family business without taking any money from it and began to work full time on Vaynermedia, a digital agency founded in 2009 together with his brother. In the span of 7 years, he achieved a turnover of 100 million dollars.

Gary Vaynerchuck is a good and smart entrepreneur. He is very down-to-earth and easy-going and seems a kid. He is extremely open but reserved at the same time (to this day, no one has ever seen a photo of his wife or his children). At one point, since he had become so successful, he was regularly asked as a "motivational speaker". Over time, his audience grew immensely, and he turned into a kind of "influencer". As he helped entrepreneurs identify their path by inviting them to his studio and filming everything to share on YouTube, he became a point of reference for anyone who wants to start an online business. Gary always questions people's complaints, their procrastination, and their excuses for not "taking action". He laughs at the frustration of those who just seem interested in getting "followers" and "likes" and who is afraid of competition. He often tells stories about how, back in the '90s, his friends and acquaintances used to think of Gary as a "loser" for always being at work. Gary knew what he wanted by focusing on himself. Having a very strict but very loving mom, Gary feels he was raised with a healthy level of self-esteem. It took a while but eventually, his mom realized that, instead of studying, Gary just needed to follow his instincts. She always believed in him.

Over the years, Gary's talks have changed as he began to encourage people to think. He asks people to think about the possibilities rather than the damage brought on by the Internet, about the major life changes that an online business can bring, about economic success, but above all

about freedom. Whether it's a 12-year-old boy or a 78-year-old grandfather, he's able to relate to them and explains how they can turn their life around, using simple terms and an empathetic tone of voice. One of his slogans is "Don't You Just Want to Be Happy?" and underlines the fact that the destination is not as important as the process you go through to get there and to enjoy it in order to find the strength to keep pushing forward every single day. He doesn't mean to say not to have any dreams, but you shouldn't complain and above all, you shouldn't have expectations of others (never to get disappointed). He uses each platform differently to deliver his messages, words of wisdom and quotes with a huge following.

 GaryVee
1 giorno fa



They have their own worries They actually don't owe you anything It's so much more f...Leggi tutto



During the various Covid-19 lockdowns, he did a "livestream" every day called *Tea with Gary vee*, where he broadcasted live from his room and answered anyone's business-related questions. His "ordinariness" brought people together and gave hope to many by reminding them that "if you work hard, you can do anything".

He is kind, humble, and empathetic without being arrogant. He has the courage to say what a person really needs to hear without empty promises. During his talks, I often think to myself, "if Adler could hear Gary, he would be happy". The same way the Gary's talks are meant for "everyone", so is the Adlerian psychology. Obviously, it takes courage to listen to him and take on more responsibility without expecting anything from others. Gary can relate to people's distress because he has experienced first-hand what it means to feel inferior, inadequate, and desperate. In a "virtual" and "online" social context, he knows how to get to a multitude of

people and in the process help them become aware of their own responsibilities. Adler would be happy to have “street” pupils spreading his ideas.

4.6 The role of empathy, encouragement, and empathetic transference and countertransference in Adlerian psychotherapy

In his article *Psychodynamic analysis and psychotherapy according to the Adlerian model*, Ferrigno describes how the Adlerian therapist, through a process of empathic encouragement based on containment, tries to share the patient's impenetrable private logic, which in turn corrupts, in a reciprocal game of “penetrance”, of “contamination”, of seduction (from the Latin *seducere* = to lead away into one's own territory), the private logic of the therapist, giving birth to a “common logic” shared by the creative couple. The therapist can understand (from the Latin *capere* = to understand, comprehend, contain) the patient's discomfort and despair, “if he accepts, as a container, to perform the function of a delicate receptor: through an interactive game of ‘as if's’, the patient teaches the therapist to ‘understand’ him empathically as he is, forcing him to suffer, at least temporarily, from his same own lack of self and wounds”. According to Canzano (2009), it is thanks to the value that has been attributed to the concept of inferiority and through empathy and kindness, that the therapist can go back to being the engine of curiosity, change, invention, love, and life. Among the many definitions of empathy, that of Canzano stands out: “the ability to interact with others as their self ‘looking with their eyes, listening with their ears and vibrating with their heart under the pressure of social sentiment’”. According to Canzano, the definition represents an essential tool used by Adlerian therapists.

While for Freud countertransference is always an undesirable event that must be controlled or rather eliminated, for Adlerian therapists, it's a diagnostic tool that acts as an indispensable counterpoint for the “containment” of the emotional experiences that develop in the chaotic affective world of patients. Individual Psychology, centred on relationships, on the inevitable transference/counter-transference dynamics, and on the process of encouragement, cannot conceive the therapist-patient relationship as an aseptic cognitive-rational experience. In the setting, the therapist-patient duality “easily recalls the original mother-child duality: the interpretative work and the emotional offer shared within the supportive environment are comparable, in fact, with the infantile nutritional experience whose maximum benefits are drawn when taking place in a calm, loving, reassuring environment”: the looks, the silences, the statements, the words... in short, the interventions of interpretation, if dosed in an optimal way, become food, an enveloping embrace, a “new” emotional experience that's encouraging and corrective of the original deficit. In this sense, we believe that in an Adlerian setting every interpretation must also be empathic.

In any case, the new emotional experience, a shared offer by the “primary” encouraging countertransference of the Adlerian therapist, must be considered as the precondition that makes the empathetic interpretation of reinforced pretences possible, but only later. Understanding, insight and, therefore, change, through a dialectical, flexible, and individualized circularity oscillating between “corrective maternal emotional experience” of primitive wounds and “interpretative paternal support” capable of dismantling the reinforced pretences. The synthesis of corrective emotional experience and empathic interpretation facilitates in the patient the subsequent creative construction of new affective-emotional-cognitive fictional schemes useful in different aspects of life; thus, it facilitates change. At the beginning of the twentieth century, Adler (1927) was already proclaiming how important it was for the patient to feel equal to others in his own environment. He underlined how important it is to not judge people with “physical, organic and psychic inferiorities” and to evaluate instead one’s social sentiment and how much it can contribute to these individuals.

5. Conclusions and some potential therapeutic advice

In this paper and in this first year of psychotherapy studies, I have tried to familiarize myself with some key and fundamental concepts of the Adlerian theory such as the sense of inferiority, the sense of superiority, and the inferiority-superiority complex, in an attempt to identify new approaches to potentially dismantle that sense of superiority and “transform” and “change” it into courage and self-esteem, in such a way to be able to feel a sense of freedom to face life tasks (love, friendship, and work) in a simpler and “light-hearted” way. I searched for recent, modern texts and approaches reminiscent of Adler’s concepts who, now more than ever, seem to have developed his ideas in this current modern time. He relates more than any other psychotherapist to today’s youth, today’s parents, and to the people who need to be understood and helped in an empathic way without being judged.

Wolfe (1931) gave some therapeutic advice that still seems applicable today in cases where an intervention is needed to correct deviant developments. Coexistence with children is necessary in order to guide the evolution of their innate social sentiment, to prevent the progressive increase of the impulse to dominate. It is essential to ascertain the erroneous assessment of alleged inferiority. It is important to define an individual’s story and to consider that everything starts from the beginning of his life since a new-born’s impressions lead to choices pointing to a certain direction and the development of answers to existential problems. These answers carry the implication of everything that the child acquires by living as a prospect of development; external pressures, experienced from birth onwards, then influence one’s outlook on life and the world.

“For these reasons, it is very important to offer the infant conditions that prevent him from forming a false concept of existence. Therefore, both the energy and resistance of the organism, as well as the social standing and character of the educator are decisive elements for that purpose. Even if at first the responses ensue in a purely automatic and reflective way, the child will gradually tend to behave in such a way to achieve the ultimate goal he has set for himself, so much so that he will no longer relate his feelings (such as joy and pain) to unavoidable external and contingent factors; on the contrary, he will try to overcome, with his own strength, the weight of these factors. Driven by this tendency to value themselves, some children tend to underestimate the importance of those who educate them and carry out actions in the exact opposite direction to what they were taught” (Wolfe, 1931).

Ethics concerns the education of the will to power and social sentiment toward responsibility, freedom, and cooperation, in a cosmic perspective, beyond a single individual, a single family, a single community. That is, it concerns the ability to think and see that the greatest “convenience” for mankind is to bet on the community and on the protection of the planet, not on their exploitation.

Adler states that only an individual who has learned to fully understand his life pattern can change his goals; that who understands the good and evil and he can be referred to as the master of his own destiny and the captain of his own mind. According to Wolfe (1931), it is thanks to Individual Psychology that we can understand our goals and our models so that we can change them.

Bibliography

Adler, A. (1927). The Feeling of Inferiority And The Striving for Recognition. Proceedings of the Royal Society of Medicine. *Section of Psychiatry*, 28-29.

Adler, A. (1950). *Il Temperamento Nervoso; Principi di psicologia individuale comparata e applicazioni alla psicoterapia*. Astrolabio.

Adler, A. (1979). *Il Senso della Vita*. Newton & Compton.

Aillon, J.L. & Simonelli, B. (2012). Inferiorità e compensazione dai tempi di Adler ai giorni nostri: una prospettiva culturale. Poster presentato al XIII Congresso Nazionale S.I.P.I. – *La rete delle funzioni compensatorie nella teoria e nella prassi adleriane*, Milano. https://www.sipi-adler.it/wp-content/uploads/2015/04/CD_075_Milano_Aillon-Simonelli.pdf

- Ansbacher, H.L., & Ansbacher, R.W. (1997). *La Psicologia Individuale di Alfred Adler. Il pensiero di Alfred Adler attraverso una selezione dei suoi scritti*. Psycho-G. Martinelli.
- Bartlett, M. (2008, 15 December). *Alfred Adler*. In Bicking, M.M., Collins, B., Fernett, L., Taylor, B. & Sutton, K. (eds.), *Perspectives in Theory: Anthology of Theorists affecting the Educational World* (pp. 5-16). Shepherd University.
- Canzano, B. (2009). Il limite e il coraggio. Di fronte, acconto, dentro all'inferiorità. *Riv. Psicol. Indiv.*, n. 66, 31-41.
- Elrod, H. (2012). *The Miracle Morning: The Not So Obvious Secret Guaranteed To Transform Your Life, Before 8AM*. Someday Box.
- Ferigno, G. (2001). L'analisi e la psicoterapia psicodinamica secondo il modello adleriana. *Riv. Psicol. Indiv.*, n. 49, 15-27.
- Kishimi, I. & Koga, F. (2018). *The Courage to be Disliked: The Japanese Phenomenon That Shows You How to Change Your Life and Achieve Real Happiness*. Atria Books.
- Maiullari, F., Berelli, C., Marasco, E. & Mattioni, M. (2012). Psicoterapia e filosofia. Un progetto di ricerca adleriano su inferiorità e compensazione. *Nóema*, nr. 3, DOI: <https://doi.org/10.13130/2239-5474/2500>
- Maiullari, F. (2013). *L'Inferiorità e la compensazione. Principi di Analisi Adleriana per il terzo millennio*. Mimesis.
- Pagani, P. (2006). Dalla pulsione aggressiva al sentimento sociale: sulle tracce del pensiero di Adler. *Riv. Psicol. Indiv.*, n. 60, 5-36.
- Wolfe, W.B. (1931). *The Pattern Of Life, Adler and our neurotic world*. Routledge.

I primi ricordi: una finestra sullo stile di vita del paziente

di *Laura De Simoni**

ABSTRACT (ITA)

Questo lavoro si propone di analizzare il fondamentale contributo di Alfred Adler allo studio dei primi ricordi come elemento cardine della Psicologia Individuale. I primi ricordi sono per Adler indicativi della personalità di un individuo: il soggetto inconsciamente seleziona, inventa o distorce eventi del passato adattandoli al suo umore, interessi o scopi. Divengono perciò prototipo dello stile di vita ed utili ai fini interpretativi. Di tale definizione l'articolo offre una panoramica in merito alle evidenze scientifiche concernenti l'utilità diagnostica dei primi ricordi.

Parole chiave: primi ricordi, stile di vita, personalità, predittività, utilità diagnostica

The first memories: a window into patient lifestyle

by *Laura De Simoni*

ABSTRACT (ENG)

This work aims to analyze the fundamental contribution of Alfred Adler to the study of early memories as a cornerstone of Individual Psychology. Early memories are indicative of individual personality: the subject unconsciously selects, invents or distorts past events, adapting them to his mood, interests or purposes. They become the prototype of his lifestyle and they are useful for interpretative purposes. The article offers therefore an overview of the scientific evidence relating to the diagnostic utility of early memories.

Keywords: early memories, lifestyle, personality, predictivity, diagnostic utility

* CRIFU

1. L'analisi dei primi ricordi nel panorama storico di inizio '900

1.1 Background storico sui primi ricordi

I primi ricordi sono per Adler indicativi della personalità di un individuo. Il soggetto inconsciamente seleziona, inventa o distorce eventi del passato adattandoli al suo umore, ai suoi interessi o scopi. Si tratta di specifici eventi che il paziente ritiene essersi verificati nei primi anni di vita, eventi che inconsapevolmente modifica facendoli divenire prototipo del suo stile di vita e quindi utili ai fini interpretativi (Ansbacher & Ansbacher, 1956).

Gli assiomi su cui si fonda la psicologia adleriana rimandano a una concezione di uomo dinamico, dotato di intenzionalità e di libertà di scelta (Ellenberger, 2003). I ricordi sono quindi il risultato di un processo di rievocazione attiva da parte dell'individuo e sono usati in terapia per rendere il paziente consapevole di come il suo atteggiamento, presente e futuro, sia influenzato dalle prime esperienze del passato. In questa concezione l'uomo è perciò libero nella misura in cui sceglie una meta da perseguire ma, una volta scelta, le sue progettualità saranno inconsciamente delineate dalle prime esperienze di vita (Ansbacher, 1973).

Adler si occupa per la prima volta del significato dei primi ricordi, attraverso l'analisi delle sue stesse memorie, nel 1911-12, mentre lavora alla stesura del libro *Il temperamento nervoso*. In particolare, è Paul Schrecker (1889-1963), filosofo austriaco interessato ad una lettura filosofica della teoria adleriana, a contribuire in larga misura alla psicologia individuale attraverso la pubblicazione di un lavoro contenente le osservazioni sui primi ricordi di Henri Bergson (1859-1941), filosofo francese che offre, all'inizio del nuovo secolo, un modello di antropologia pragmatica (Ansbacher, 1973). Adler condivide con Bergson una visione razionale e sociale dell'uomo, che ritiene capace di scelte consapevoli e razionali, ma anche una concezione quasi romantica dell'individuo, che considera unico e in continua interazione con il cosmo (Ellenberger, 2003). Una delle assunzioni di base del filosofo francese è proprio la concezione adleriana secondo la quale i ricordi sono usati dall'individuo come monito per orientare le proprie scelte, presenti e future.

L'interesse di Adler per i primi ricordi negli anni 1911-12 è documentata dalla pubblicazione, nel 1913, di uno scritto contenente il caso di un medico affetto da disturbo del sonno. Il pensiero su come salvare vite umane alla base dell'insonnia viene qui collegato alle prime esperienze di morte vissute dal paziente durante l'infanzia, esperienze che hanno generato in lui la paura della morte e che lo hanno portato ad esercitare la professione di medico.

La biografia di Phyllis Bottome, pubblicata dopo la morte di Adler, che include alcuni scritti autobiografici relativi ai suoi primi ricordi e alla scelta di divenire medico, rivela il carattere

autobiografico del caso presentato. È in uno di questi scritti che Adler cita il contributo di Schrecker, spesso dimenticato, nella definizione dell'importanza data ai primi ricordi. Il caso del paziente affetto da disturbo del sonno evidenzia così come Adler abbia costruito uno dei pilastri della psicologia individuale partendo dall'interpretazione dei suoi ricordi, esattamente come Freud ha costruito l'interpretazione dei sogni partendo dall'analisi dei propri (Ansbacher, 1973).

Paul Schrecker, come accennato, offre a soli 24 anni un grande contributo alla psicologia individuale. Il giovane filosofo francese, contraddicendo attraverso il riferimento fattuale la psicologia generale, secondo la quale solamente i ricordi più recenti sarebbero anche i più distinti, afferma che, se è vero che solo pochi ricordi dell'infanzia sono portati alla memoria in età adulta, è anche vero che almeno uno o due di questi ricordi vengono rievocati con grande chiarezza.

Secondo Schrecker questo sarebbe dovuto al carattere proiettivo dei ricordi: quello che per il soggetto è un evento oggettivo sarebbe in realtà in gran parte una sua costruzione (Schrecker, 1973). Una persona depressa, per rimanere tale, cercherà conferma della sua sfortuna selezionando e distorcendo quegli eventi della vita che ne possano dare conferma. Non importa che si tratti di fatti oggettivi, distorsioni o invenzioni, ciò che conta è che, in ogni caso, essi rispecchiano lo stile di vita del soggetto. I ricordi non sono mai in contrasto con lo stile di vita (Ansbacher & Ansbacher, 1956).

L'individuo seleziona inconsciamente quegli eventi del passato che servono a spiegare il presente, che lo aiutino ad affrontare il futuro e a perseguire la meta prescelta. Infatti, tra i 10 e i 15 anni di vita, quando cioè l'individuo inizia a voler essere considerato adulto, si verifica un processo di avvaloramento del proprio passato attraverso il possesso di un diario personale sul quale annotare tutte quelle esperienze, vere o presunte tali, che diano conferma della propria modalità di approcciarsi all'ambiente.

A tal proposito Schrecker, nell'articolo *Individual Psychological Significance of First Childhood Recollections*, riporta il primo ricordo di Richard Wagner. Nella sua autobiografia, il compositore dichiara di aver imparato a suonare il pianoforte all'età di sette anni, quando nessuno ancora credeva nelle sue doti musicali. Non stupisce quindi una sua continua ricerca di conferme circa il proprio scopo di vita e, nel fare ciò, si aggrappa a quell'unico ricordo di autostima regalatagli dal patrigno poco prima di esalare l'ultimo respiro. Quest'ultimo, infatti, credendo in un possibile talento del giovane futuro musicista, permette a Wagner la salvaguardia del suo progetto di vita.

In questo stesso articolo, riportando un passo delle *Confessioni* di Sant'Agostino, egli evidenzia una tendenza del piccolo Agostino all'ambizione e al potere. Quella stessa tendenza che ritroviamo nel giovane Agostino, che vive una vita dissoluta, ma, anche, nel futuro Santo, che opera per la conquista delle anime.

Questi esempi sono per Schrecker la dimostrazione che i primi ricordi hanno sempre una funzione di supporto allo stile di vita dell'individuo poiché in ognuno di essi è implicata la sua linea d'azione (Schrecker, 1973).

1.2 I primi ricordi di Adler, Freud e Jung a confronto

La psicologia clinica vanta una lunga storia di interesse nei confronti dei primi ricordi, Freud ne parla già nel 1889 mentre Adler inizia a sviluppare un suo pensiero, di pari passo con la definizione della psicologia individuale, tra il 1907 e il 1913, ma bisognerà aspettare vent'anni perché i ricordi vadano a comporre i capitoli dei suoi libri (Mosak & Kopp, 1973).

La psicologia individuale di Adler, esattamente come la psicologia junghiana, non sono mere distorsioni della psicoanalisi; sebbene infatti abbiano collaborato con essa per un certo periodo di tempo, si presentano ugualmente come veri e propri sistemi indipendenti. La psicologia individuale, in particolare, è da considerarsi indipendente dalla psicoanalisi di Freud poiché, se l'interesse di Freud è rivolto all'infinitamente piccolo, quello di Adler è invece rivolto alla conoscenza concreta e pratica dell'uomo. A tal proposito, è *Menschenkenntnis* il termine che designa questa tendenza psicologica nel lessico adleriano: anziché ricercare la profondità dei problemi, si ricercano quei semplici principi che garantiscono una conoscenza concreta dell'uomo.

Non è facile capire in che misura Freud abbia influenzato la psicologia adleriana, lo stesso Adler riconosce al fondatore della psicoanalisi la paternità di alcuni suoi concetti chiave: l'importanza delle prime relazioni nel bambino, l'interpretazione dei sogni e anche l'inconscio poiché le prime esperienze infantili determinano inconsciamente lo stile di vita dell'individuo (Ellenberger, 2003). È certo però che Adler abbia usato Freud per sviluppare dei concetti antitetici ai suoi. Secondo la psicoanalisi i ricordi d'infanzia hanno una funzione di copertura, sono cioè capaci di fare da schermo ai contenuti inconsci di natura sessuale. Le esperienze traumatiche costituiscono una tale minaccia per l'Io che non possono avere accesso alla coscienza. Adler, per contro, attribuisce al ricordo cosciente infantile un significato diametralmente opposto: esso non cela dei contenuti repressi, ma svela i tratti essenziali della personalità di un individuo. I ricordi sono “prototipi dello stile di vita”, la persona inconsciamente seleziona i ricordi del passato in relazione alle sue progettualità immediate. Si tratta dunque di due concetti in totale dissonanza: per la psicoanalisi non conta ciò che emerge di un ricordo, ma ciò che rimane celato, per Adler, il ricordo cosciente infantile, rispecchia il mondo interiore dell'individuo.

Analizzando i primi ricordi di tre pilastri della psicologia, Adler, Freud e Jung, possiamo notare quanto queste prime esperienze ben descrivano la loro personalità e le loro teorie (Mosak & Kopp, 1973).

Memoria 1 di Adler. Anni 2. Della mia storia infantile ricordo parecchi avvenimenti in cui la morte mi sembrò vicina. Così da una mia rachitide si era sviluppato oltre alle difficoltà di movimento anche quella forma mitigata di laringospasmo che ho incontrato spesso presso i bambini, in cui, quando piangono, si manifesta una chiusura della glottide, tanto che mancanza di respiro e impossibilità di emettere suoni interrompono il pianto, finché, passato il crampo, il pianto riprende. So dunque per esperienza quanto questo stato di mancanza di respiro sia spiacevole: allora non avevo ancora tre anni. Lo spavento esagerato dei miei genitori e la preoccupazione del medico di casa non mi erano sfuggiti e mi riempivano, prescindendo dal tormento della mancanza di respiro, di un sentimento di paura o diinsicurezza. Mi ricordo inoltre che un giorno, poco dopo uno di questi attacchi convulsivi, cominciai a pensare come, visto che nessuna medicina aveva servito, avrei potuto eliminare questo disturbo. Per quale via mi venisse questa idea, o da fuori o che la trovassi da solo, non lo posso dire: decisi di abolire completamente il pianto ed appena sentivo il primo impulso a piangere mi davo una spinta, trattenevo il pianto e l'impulso passava. Avevo trovato un mezzo contro la malattia, forse anche contro la paura della morte (Adler, 1949).

Memoria 2 di Adler. Anni 2. Ricordo di essere seduto su una panca, tutto coperto di bende a causa del mio rachitismo, mentre mio fratello maggiore, in piena salute, mi stava seduto di fronte. Egli poteva correre, saltare e muoversi senza alcuno sforzo, mentre per me ogni movimento di qualsiasi tipo era una fatica e uno sforzo. Ognuno si dava un gran da fare per aiutarmi, e mia madre e mio padre facevano tutto ciò che era loro possibile. Nel tempo cui si riferisce questo ricordo io dovevo avere circa due anni (Ellenberger, 2003).

Memoria 3 di Adler. Anni 3. Poco dopo, avevo raggiunto il terzo anno d'età, morì mio fratello minore. Io credo di aver capito allora il significato della morte; rimasi vicino a lui quasi fino all'ultimo momento e compresi quando mi mandarono da mio nonno che non lo avrei visto mai più e che lo avrebbero sepolto nel cimitero. Dopo il funerale mia madre venne a prendermi per portarmi a casa. Essa era molto triste ed aveva gli occhi rossi di pianto, ma sorrise un poco quando mio nonno per consolarla le disse qualche parola scherzosa che probabilmente le doveva ricordare la possibilità di avere altri bambini. Per molto tempo non potei perdonare a mia madre questo suo sorriso e da questo mio astio credo di poter dedurre che ero già allora ben conscio del terrore della morte.

Memoria 4 di Adler. Anni 5. A cinque anni ebbi una polmonite; il medico mi dava per spacciato. Un altro medico però propose una cura e in pochi giorni ero guarito (...). Da quel tempo mi ricordo di aver sognato sempre per il mio futuro la professione di medico. Ciò vuol dire che avevo fissato una meta dalla quale potevo attendermi che essa avrebbe fatto finire la mia miseria infantile, la mia paura della morte. E' chiaro che io mi aspettavo da questa scienza professionale più di quanto essa effettivamente potesse darmi: superare la morte, la paura della morte, ecco la cosa che non avrei potuto aspettarmi dalle forze umane; unicamente da quelle divine. Ma la realtà impone di agire. E così ero costretto, nel mutare delle forme della funzione direttiva, nella coscienza, a trasformare tanto la mia meta quanto era necessario per renderla compatibile con la realtà. E così arrivai alla professione di medico per superare la morte e la paura della morte.

Memoria 5 di Adler. Anni 5. Il padre di un mio compagno di giuochi mi domandò cosa avrei voluto diventare. Io risposi: un dottore. Egli che aveva fatto forse cattive esperienze coi medici mi rispose: “Allora sarebbe meglio impiccarti subito al fanale più vicino!”. Naturalmente, proprio per la mia idea direttiva, questa frase non mi fece alcuna impressione; suppongo di aver pensato quella volta che sarei diventato un buon medico che nessuno avrebbe detestato.

Memoria 6 di Adler. Anni 6. Sapevo che per andare a scuola dovevo passare per un cimitero. E così avevo ogni volta paura e vedevo con grande disagio come gli altri bambini passassero spensieratamente sulla strada del cimitero mentre io la facevo passo per passo con paura ed orrore (...). Un giorno presi la decisione di farla finita con questa paura della morte. Come mezzo scelsi nuovamente la rigida disciplina (vicinanza della morte!); rimasi un bel pezzo indietro agli altri ragazzi, deposi la mia borsa sul muro del cimitero e traversai almeno una dozzina di volte il cimitero finché ritenni di aver dominato la paura. Ritengo di aver percorso in seguito quella strada senza paura (Adler, 1949).

I ricordi di Adler evidenziano come la sua teoria dell'inferiorità organica non nasca da un'attività di ricerca clinica ma venga da lui direttamente sperimentata durante l'infanzia, quando la malattia non gli permette il movimento. Il rachitismo rende Adler un fanciullo incapace e immobilizzato, ma che ricerca il movimento. Nei suoi ricordi ritroviamo il cuore della psicologia adleriana: ogni uomo si trova in una situazione d'inferiorità, situazione dalla quale può decidere di uscirne o di rimanerne invischiato. Superare l'inferiorità richiede un atto di coraggio che si manifesta tramite l'azione e che lo porta, dopo aver cambiato meta, a cambiare stile di vita (Ellenberger, 2003).

Memoria 1 di Freud. Anni 2. A due anni Freud bagnava ancora il letto; era il padre a rimproverarlo e non la madre, più indulgente. In una di queste occasioni ricordava di avergli detto: “Non prendertela, papà. Ti comprerò un bel letto nuovo rosso a Neutitschein”.

Memoria 2 di Freud: Anni 2 e mezzo. A due anni e mezzo scomparve Nannie. Come apprese più tardi, era stata sorpresa a rubare il suo denaro e i suoi giocattoli; Philipp aveva insistito perché fosse arrestata, e Nannie aveva scontato dieci mesi di carcere. Sospettando che Philipp fosse implicato nella sua scomparsa, Freud gli chiese che cosa le fosse accaduto; la risposta, scherzosamente ambigua, fu “*Sie ist eingekastelt*” (è stata rinchiusa). Un adulto avrebbe capito che questo significava “in carcere”, ma la mente del bambino prese la frase alla lettera, cioè rinchiusa in una cassa.

Memoria 3 di Freud: Anni 3. Sulla via di Lipsia, dove la famiglia si fermò un anno prima di proseguire per Vienna, il treno attraversò Breslavia, dove Freud vide per la prima volta i becchi a gas, che lo fecero pensare alle anime che bruciano nell’inferno.

Memoria 4 di Freud: Anni 6. Ricordava che a sei anni sua madre gli aveva detto che gli uomini sono polvere e polvere ritorneranno. Avendo egli espresso i suoi dubbi circa questa spiacevole asserzione, la madre aveva strofinato le mani una contro l’altra e gli aveva mostrato i neri detriti di epidermide, come ad indicare la polvere di cui siamo fatti. Il suo stupore fu enorme, e per la prima volta percepì l’inevitabile. Com’ebbe a dire egli stesso, “accettai gradualmente l’idea che più tardi avrei ritrovato espressa nelle parole “Sei debitore di una morte alla natura””.

Memoria 5 di Freud: Anni 8. Un altro episodio si ricollega al ricordo cosciente di aver orinato (deliberatamente) nella camera da letto dei genitori all’età di otto anni, e di essere stato redarguito dal padre che aveva esclamato testualmente: “Questo ragazzo sarà sempre un buono a nulla” (Jones, 1953).

Nei primi ricordi di Freud vi è un rimando al rapporto conflittuale con il padre, rapporto che si porrà alla base di un importante caposaldo della teoria psicoanalitica: il complesso di Edipo (Mosak & Kopp, 1973). Il bambino desidera liberarsi del padre, spinto da desideri incestuosi nei confronti della madre, ma allo stesso tempo, temendo di essere punito dal padre per tali desideri, finisce per identificarsi con lui (Ellenberger, 2003).

Il quarto ricordo rimanda alla futura teorizzazione della pulsione di morte (*Thanatos*) e delle pulsioni libidiche (*Eros*); Freud dichiarerà infatti che “lo scopo della vita è la morte”: la vita è la ricerca di un compromesso tra le due pulsioni, *Eros* e *Thanatos*, fino all’inevitabile prevalere di quest’ultima.

Infine, ma non per questo meno importante, notiamo un accenno alle libere associazioni e all’interpretazione simbolica (Mosak & Kopp, 1973).

Memoria 1 di Jung: Anni 4. Ed ecco ancora un ricordo che si affaccia alla memorie! Forestieri, trambusto, eccitazione. La domestica giunge di corsa ed esclama: “I pescatori hanno trovato un cadavere portato giù dalla cascata, e vogliono metterlo nella lavanderia!”. Mio padre dice: “Sì, sì2.

Vorrei subito vedere il cadavere, ma mia madre mi trascina via e mi proibisce severamente di andare in giardino; io però aspetto che tutti si siano allontanati, poi di soppiatto esco in giardino e mi dirigo verso la lavanderia. La porta é chiusa, allora giro intorno alla casa, e dietro, dove c'è un canale di scolo che scorre in pendenza, vedo colare sangue e acqua. Tutto ciò mi sembra estremamente interessante. Non avevo ancora quattro anni.

Memoria 2 di Jung: Anni 3 o 4. In una calda giornata estiva sedevo, come al solito, sulla strada di fronte alla casa, giocando nella sabbia (...). Guardando in alto, vidi un uomo che veniva giù dal bosco, con un ampio cappello e una lunga veste nera; sembrava un uomo vestito da donna. Lentamente si avvicinò, e allora vidi che realmente era un uomo con una strana toga nera, lunga fino ai piedi. A vederlo fui preso dalla paura, che si trasformò subito in uno spavento mortale quando, in un lampo, lo indentificai: “È un gesuita!”. Proprio poco tempo prima avevo ascoltato una conversazione tra mio padre e un collega, venuto a trovarlo, concernente la nefasta attività dei gesuiti; e dal tono, tra l'irritato e il timoroso, delle osservazioni di mio padre, avevo desunto che – gesuita – equivaleva a qualcosa di particolarmente pericoloso, per fino per lui (...). L'uomo che veniva giù per la strada doveva essere mascherato, pensavo, ecco perché portava abiti femminili, e probabilmente aveva brutte intenzioni! Terrorizzato, corsi precipitosamente verso casa e poi su per le scale, e andai a nascondermi nell'angolo più buio della soffitta, al riparo di una trave. Non so quanto tempo vi rimasi, ma dovette essere abbastanza lungo, perché quando mi azzardai a scendere fino al primo piano, e mi sporsi con circospezione dalla finestra, non c'era più modo di vedere quel nero personaggio, nemmeno in lontananza.

Memoria 3 di Jung: Anni 6. Finalmente, una volta – dovevo essere ancora un bambino di non più di sei anni – una zia mi condusse a Basilea, per farmi vedere gli animali imbalsamati del museo. Ci trattenemmo a lungo, perché io volevo vedere tutto con attenzione; alle quattro suonò il campanello, segno che il museo chiudeva. Mia zia prese a brontolare, ma io non potevo staccarmi dalle vetrine; frattanto la sala era stata chiusa e, per raggiungere la scala, dovemmo andare da un'altra parte, attraverso le sale delle antichità. Così all'improvviso mi trovai di fronte a figure meravigliose! Letteralmente sopraffatto dall'emozione spalancai gli occhi, poiché non avevo mai visto nulla di tanto bello! Non potei però guardare a lungo, perché mia zia mi tirava per un braccio verso l'uscio, mentre io mi lasciavo trascinare controvoglia, urlando: “Scandaloso ragazzo, chiudi gli occhi, chiudi gli occhi!”. Solo allora mi accorsi che quelle figure erano nude, coperte unicamente da una foglia di fico: prima non me n'ero accorto affatto. Questo fu il mio primo incontro con le belle arti! Mia zia ribolliva dall'indignazione, come se l'avessero trascinata in un istituto pornografico!

Memoria 4 di Jung: Anni 2 o 3. È un'incantevole sera d'estate, e una zia mi dice: “Ora ti mostrerò qualcosa” e mi porta fuori, di fronte alla casa, sulla strada che va a Dachsen; all'orizzonte,

lontano, le Alpi sono immerse nell'incendio del tramonto, e si possono vedere assai chiaramente. Sento ancora le parole di mia zia, in dialetto svizzero: "Ora guarda lassù, le montagne sono tutte rosse". È la prima volta che so di guardare le Alpi. Poi mi dice che il giorno seguente i bambini del villaggio andranno in gita scolastica allo Uetliberg, nei pressi di Zurigo: vorrei tanto andarci anch'io, ma - con mio rincrescimento - mi si dice che i bambini piccoli come me non possono parteciparvi, che non c'è niente da fare. Da quel momento lo Uetliberg e Zurigo diventano per me una terra di sogni, irraggiungibile, vicina alle splendide montagne ammantate di neve.

Memoria 5 di Jung. Anni 4. Sono irrequieto, febbricitante, e non mi riesce di dormire; mio padre mi tiene in braccio, passeggiando su e giù, e mi canta vecchie canzoni studentesche. Me ne ricordo specialmente una, che mi piaceva e riusciva sempre ad acquietarmi (...). Ancora oggi ricordo la voce di mio padre, mentre la cantava standomi vicino nella quiete della notte.

Memoria 6 di Jung. Anni 4. Poi una volta ci fu una grande inondazione. Il fiume Wiese, che scorreva attraverso il villaggio, aveva rotto gli argini, travolgendo, nella sua parte superiore, un ponte, facendo così annegare quattordici persone, che furono trascinate nell'impeto dell'acqua giallastra fino al Reno. Quando la piena cessò, vi erano alcuni cadaveri sepolti nella sabbia. Non appena ne sentii parlare, non fu più possibile trattenermi; e in effetti trovai il corpo di un uomo di mezza età, vestito di una redingote nera, che giaceva coperto a metà dalla sabbia, un braccio levato sugli occhi; era, verosimilmente, appena uscito dalla chiesa (Jung, 1961).

Nei primi ricordi di Jung vi è un rimando al processo di "desessualizzazione della libido" caratteristica della psicologia analitica. Per Jung la "libido", che si esprime attraverso simboli, non si identifica con il desiderio sessuale ma con l'energia psichica, energia che è percepita come desiderio e che si manifesta nel processo vitale, dapprima al servizio della nutrizione e dello sviluppo del bambino, poi, poco prima della pubertà, e solo allora, nella comparsa dell'istinto sessuale, che andrà a svilupparsi esclusivamente nella fase finale di maturità sessuale. In Jung si evidenzia perciò il rifiuto di una precoce sessualizzazione del bambino (Ellenberger, 2003).

In alcuni ricordi vi è invece un rimando al processo di "individuazione", processo che dura tutta la vita e che conduce ad una personalità unificata: da un inconscio indifferenziato, emerge un Io cosciente, che è un aspetto limitato di una realtà più ampia che Jung definisce con il termine di sé, il principale tra gli archetipi e sintesi degli opposti. Con questo termine Jung fa riferimento a ciò che è inconscio ed invisibile e a una totalità psichica nata dall'unione del conscio con l'inconscio (Ellenberger, 2003). Il secondo e quinto ricordo, in particolare, evidenziano proprio l'interesse di Jung per i contrasti e la sua tendenza alla sintesi di osservazioni contrastanti (Mosak & Kopp, 1973).

Notiamo anche un suo forte interesse per l'arte e la cultura; questi elementi, insieme alla spiritualità, non sono per Jung il risultato di una sessualità rimossa, come sostenuto dalla

psicoanalisi, ma, tra le varie cose, deplorano un interesse per la metafisica. La morte, quindi, non fa più paura, ma diviene il punto di partenza per una ricerca del trascendente che implica l'esistenza dell'anima (Ellenberger, 2003).

In conclusione, analizzando e presentando i primi ricordi di Adler, Freud e Jung in una cornice adleriana, emergono le diverse mete di vita di ciascuno di loro: Adler lotta contro l'inadeguatezza mediante impegno e volontà, Freud cerca di comprendere gli eventi mediante un'interpretazione non convenzionale e, infine, Jung si muove verso una maggiore comunione con la natura, parallelamente ad una maggiore consapevolezza dei sensi. Mete diverse presuppongono stili d'indagine diversi: Adler osserva e confronta le azioni delle persone, Freud usa il simbolismo e Jung osserva e analizza attraverso i sensi (Mosak & Kopp, 1973).

2. Le informazioni provenienti da un ricordo

2.1 Primi ricordi come rivelatori di personalità

L'esperienza clinica evidenzia come i primi ricordi permettano di predire i tratti di personalità di un individuo configurandosi altresì come elementi rilevanti nell'attribuzione di significato al materiale proiettivo raccolto. Ci sono diversi motivi per cui questo accade: in primo luogo si può affermare che il soggetto di un ricordo è sempre l'Io, si ha la certezza di indagare esclusivamente nel campo percettivo del soggetto evitando le perplessità tipiche dei materiali proiettivi nell'attribuzione di una direzione al comportamento individuale. In secondo luogo, i primi ricordi hanno principalmente a che fare con il contesto familiare e, se partiamo dal presupposto per cui i comportamenti agiti all'interno della famiglia costituiscono la base per ogni altra relazione umana, possiamo facilmente affermare che i primi ricordi siano predittivi della modalità di un individuo di agire e relazionarsi con gli altri.

A tal proposito, Freedman, Kadis e Greene, partendo dall'ipotesi per cui i primi ricordi facilitino la predizione dei tratti di personalità nel raggiungimento di un obiettivo e nel relazionarsi con gli adulti, e individuando così due categorie di riferimento (approccio, CATEGORIA 1 e autorità, CATEGORIA 2), hanno effettuato uno studio su venti ragazze di età compresa tra i 14 e i 17 anni. Tre sono le tipologie di materiale raccolto: descrizione da parte di due insegnanti circa le modalità delle ragazze di relazionarsi e di avvicinarsi alle richieste scolastiche, tre storie scritte dalle studentesse in relazione a dieci tavole del Test di Appercezione Tematica (TAT) e primi ricordi del padre e della madre.

Le informazioni ottenute dalla raccolta dei primi ricordi sono state aggiunte al TAT e ai report delle insegnanti. Il fatto di considerare dapprima esclusivamente le informazioni ottenute attraverso il test e, solo dopo, aggiungere quelle ottenute attraverso i ricordi, permette di rispondere alla domanda focale di questo studio: i ricordi permettono veramente di predire tratti di personalità non ancora identificati da altri test?

Sono sette gli *items* individuati nella prima categoria: raggiungimento di un obiettivo con intenzionalità, raggiungimento di un obiettivo ignorando le regole, raggiungimento di un obiettivo attraverso falsi strumenti, raggiungimento di un obiettivo secondo le regole, raggiungimento passivo degli obiettivi, raggiungimento degli obiettivi con scarsa fiducia in sé e non classificabile.

Quattro sono invece gli *items* individuati per la seconda categoria: completa accettazione dell'autorità, negazione indiretta dell'autorità, negazione diretta dell'autorità, totale indifferenza all'autorità.

Il ricordo di una bambina che a quattro anni usa la bicicletta senza il consenso dei genitori, è predittivo di una modalità di approccio che non rispetta le regole (ITEM 2). La risposta al TAT che segue, "Il bambino dovrebbe suonare il violino, ma quando vede gli amici giocare a baseball, si sente disgustato e rompe le corde", rappresenterebbe il rispettivo *items* per il Test di Appercezione Tematica.

APPROACH — Sample responses drawn from:

I. Category	II. Teacher's Reports (Conduct Notes)	III. TAT	IV. ECR
1. Pursuing goal with initiative.	She has reading difficulties, but persists in trying to read—has made great improvements. She won't take no for an answer.	(3BM) The boy lost his home, but he'll help build a new one that's even prettier.	It was a stormy day. It was my first hike. I walked all the way and we went swimming.
2. Pursuing goal regardless of barriers.	She decides what the homework will be. When she couldn't change the class plan, she decided to carry on alone.	(16) They had a fine time: a feast of venison; when they're through they will rob a rich bishop and maybe give the money to the poor.	I remember I put my fist through my grandfather's newspaper when I wanted him to see my new doll.
3. Pursuing goal by fictitious gratuitous means—"scheming."	She plays one against the other to get what she wants. She takes her material from obscure and obsolete books and presents it as her own.	(1) He hated this practicing. Then he got an idea. 'Mom, can I go to the store for you?' 'Why, you sweet boy.'	I had some candy and Dad wanted to buy it from me for a dollar; I decided to sell it because I knew Dad would give me the candy anyway.
4. Pursuing goals as means of security.	Does good work, but quotes me verbatim. She recopies work at least three times so that it is as perfect as any paper can be.	(2) She clutches her books and goes off to school. She knows she will be able to help her parents if she studies hard.	I broke the dish, cried and asked Mother to pardon me. She told me she still loved me and I stopped crying. I would sit on Ma's lap while she was reading.
5. Complies, by doing minimum under protest. Passive opposition.	She says 'yes' but I always feel she does 'no.' She does her work in the last minute, or when she expects a reprimand, or is practically forced to.	(1) His mother told him to go on practicing, or else. He's now practicing, and every so often doodles on his paper—then goes on again.	I hated carrots; I just could not swallow them, and stored them in the side of my mouth. Dad was a good horseman. But he's pushed riding on to me and so I don't like it.
6. Depression, resignation, doubt.	I do this because that's all I can do. Refused to go to prom saying, "I never have any fun anyway."	(12F) The woman has been wanting to go to work. No food for 7 days. With her son killed, she will aimlessly work in the walls she calls her home.	Standing at the end of the deck looking into the water. Then I fell in, and I remember feeling the bubbles going up and down.

Tabella 1: *Items* caratterizzanti la categoria 1 con relativi esempi (Kadis et al., 1952-53).

AUTHORITY — <i>Sample responses drawn from:</i>			
I. Category	II. Teacher's Reports (Conduct Notes)	III. TAT	IV. ECR
1. Complete acceptance of authority relationship; empathy and positive identification.	She does what I want even before I ask her to do it.	(7GF) She wanted to listen to what her tutor was saying. How else could she grow up to be Daddy's little lady?	Father used to swing me around by the hands and I loved it. Mother told me I should not sleep with my head dug into the pillow. I turned my head, it was uncomfortable, but I do not recall since then having slept the other way.
2. Denying a relationship by indirection. (Ridicule, derogation, suspicion, criticism.)	She would bring in bits of information and offer them to correct me, to show where I made an error.	(7GF) Mother is reading the Bible, and she is closing her eyes to take the wisdom in small measure.	I remember lying in bed with my mother, wondering why she said 'Yes' for 'Yes.'
3. Denying a relationship by open break.	'I won't let you mess into my business.' Refused to write her autobiography because she felt 'the teacher had no right to personal and family information.'	(I) His mother wants him to practice. But he sees the boys downstairs and breaks the bow, and smashes the violin.	My father used to punish me when all my friends were around. Mother and I got into the subway and it was very crowded. She told me to get off at 86th St. She did—I didn't, and I waved to her as the train left the station.
4. Denying a relationship by aloofness; the avoidance of involvement.	She is holding all the teachers at arm's length. She goes from advisor to advisor, but hardly ever listens to what they have to say.	(12F) The voice of the old woman warned her not to marry. She smiled to herself, stared and gave no answer.	I was careful with the new china. Though I tried not to, I broke the cup. Father punished me, and I felt it was very unfair. I didn't cry or say anything. I can't remember my mother's face when she was bending over my crib.

*All examples have been abbreviated.

Tabella 2: *Items* caratterizzanti la categoria 2 con relativi esempi (Kadis et al., 1952-53).

Tre sono i giudici chiamati ad attribuire un risultato ad ogni tipologia di materiale raccolto. Quanto ottenuto dalle insegnanti serve come criterio per predire i tratti di personalità, a questo viene poi confrontato quanto invece ottenuto attraverso il TAT e i ricordi. I risultati evidenziano, sui 20 casi presi in esame, un'adeguata corrispondenza, nella categoria relativa all'approccio, tra i risultati ottenuti al TAT e quelli ottenuti mediante la relazione delle insegnanti, pari per ciascun giudice a 10, 8 e 8. Risultati che subiscono un incremento pari a 17, 16 e 16 con l'aggiunta dei primi ricordi. La categoria relativa all'autorità, vede un'iniziale corrispondenza pari a 10, 8 e 9, incrementata a 14, 15 e 15 con l'aggiunta dei primi ricordi.

I risultati ottenuti supportano l'ipotesi di partenza seconda la quale i ricordi aiuterebbero a predire più accuratamente i tratti di personalità. I casi in cui i giudici, attraverso l'uso del TAT, falliscono nella predizione, ma ottengono risultati soddisfacenti attraverso l'uso dei ricordi, evidenziano la relazione esistente tra questi ultimi e il test. I ricordi renderebbero più chiaro il modo in cui il soggetto agisce in base ai suoi aspetti più latenti. La bambina il cui ricordo è stato descritto in precedenza, manifesta solitudine e frustrazione nel TAT, buona capacità

organizzativa e tendenza ad agire secondo le proprie regole nei report e nei primi ricordi. Ciò che il test evidenzia è un tratto latente, non manifesto, sicuramente utile ma non rilevante.

Possiamo riassumere i risultati ottenuti nel seguente modo: i ricordi, attraverso la predizione del comportamento, permettono di distinguere i tratti funzionali da quelli latenti, organizzando il materiale proiettivo attorno ad un focus centrale. Inoltre, i ricordi del passato predicono il comportamento agito nel presente, e sono perciò, come assunto da Adler, prototipi dello stile di vita (Kadis et al., 1952-53).

2.2 Il caso Lyndon Johnson

Lyndon Johnson ricorda di essersi avviato, all'età di cinque anni, come di consueto, verso casa del nonno. Il tragitto era costeggiato da un fiume molto temuto dalla madre, la donna aveva infatti paura che il figlio potessi cadervi. Quel giorno Lyndon aveva desiderio di sciacquarsi mani e piedi, abbandonò il sentiero e si diresse verso il fiume. Giunto alla riva cadde sulle radici di un albero, si fece male alla testa e rimase steso a terra nella paura che nessuno potesse accorgersi della sua assenza. Improvvisamente vide comparire i suoi genitori, lo portarono a casa e lo misero a letto, assicurandosi che prendesse sonno. In quell'occasione, il futuro presidente degli Stati Uniti d'America, ricorda i genitori parlare tra loro con toni caldi e pacati, toni non molto usuali tra loro. Ricorda altresì di aver pensato che, per un clima caldo e accogliente come quello, avrebbe potuto vivere mille di quelle esperienze.

La prima parte del racconto evidenzia un bambino indipendente, e perciò anche molto fiducioso in se stesso, maturo e responsabile per la sua età: si reca solo verso casa del nonno, non piange in seguito alla caduta ma vede quest'ultima come punizione per aver trasgredito le regole della madre. Un bambino pieno di risorse che teme comunque l'abbandono da parte dei familiari.

La seconda parte del racconto mette in risalto il sentimento sociale del bambino, ovvero la sua sensibilità alle situazioni sociali. È proprio nel dichiararsi disposto ad altre situazioni di disagio pur di vivere un'esperienza di calore e affetto in famiglia, che viene messa in risalto l'empatia come forma di interesse sociale. Inoltre, il fatto che i genitori mostrino di essere capaci di cooperare quando necessario, evidenzia come l'esempio genitoriale abbia stimolato lo sviluppo di una capacità innata alla cooperazione (Ansbacher, 1978).

Molte delle qualità che emergono dal ricordo del futuro presidente, sono le stesse che Adler individua nella definizione di leader. Quest'ultimo è un individuo con un buon sentimento sociale, una visione ottimistica della realtà, una buona fiducia in sé e un atteggiamento attivo. Inoltre, deve possedere un coraggio e un'abilità superiori alla media, deve essere in grado di cooperare e di agire per il bene altrui (Ansbacher & Ansbacher, 1956).

Ovviamente, oltre a delle caratteristiche comuni, essendo ciascun uomo unico e irripetibile, vi sono delle qualità che differenziano ciascun leader. In questo caso specifico, il ricordo evidenzia un sentimento sociale sviluppatosi maggiormente sul versante dell'empatia e meno su quello delle azioni concrete. Inoltre, egli si riconosce un ruolo importante nella conciliazione delle parti in contrasto. Possiamo così affermare nuovamente che non importa quanto un ricordo rimanga aderente alla realtà in fase di rievocazione, di conseguenza non importa che il ricordo di Johnson corrisponda effettivamente a eventi oggettivi o sia il frutto della fantasia. Quello che realmente conta è il poter constatare che i primi ricordi riflettono lo stile di vita dell'individuo e che possono essere usati per predirne i tratti di personalità, tratti che nel caso in questione rimandano alla figura del leader (Ansbacher, 1978).



Figura 1: Lyndon Johnson

2.3 Uno studio sulla compatibilità tra primi ricordi e stili genitoriali

In un suo valido studio Canel utilizza The Adlerian Interview Form per verificare la compatibilità tra primi ricordi e stile di vita (Canel, 2016).

Adler ritiene che, come osservato nel caso di Lyndon Johnson, la madre è colei che pone le basi per lo sviluppo del senso di comunità, mentre il padre insegna la fiducia in se stessi e il coraggio (Ellenberger, 2003). Per tale motivo, lo studio che prenderemo in considerazione, non va esclusivamente a indagare la compatibilità tra primi ricordi e stile di vita, ma anche l'esistenza di similarità tra la tipologia dei primi ricordi/stile di vita e lo stile genitoriale.

Due sono le modalità di raccolta dati: The Adlerian Interview Form, un'intervista semi-strutturata costituita da 18 domande prestabilite e atta a valutare lo stile di vita dei sei partecipanti all'esperimento, e il Young Parenting Inventory, un insieme di affermazioni alle quali l'individuo deve assegnare un punteggio, separato per il padre e per la madre, compreso tra 1 e 6 (1 = completamente falso, 6 = mi descrive perfettamente).

Ai partecipanti viene dapprima somministrato l'Adlerian Interview Form, poi, le narrazioni dei primi ricordi vengono analizzate sulla base di come e cosa viene raccontato per individuare le idee o i sentimenti che cercano di veicolare. Per fare questo, la narrazione viene inizialmente riassunta in parti più brevi attraverso il modello di Labov, successivamente parafrasata per ottenere un'ulteriore riduzione, e infine convertita in parole chiave atte a individuare la tematica principale utile al confronto. Il passo successivo prevede così l'individuazione di correlazioni tra la narrazione dei primi ricordi e i contenuti relativi allo stile di vita degli individui. Per ultimo, i risultati vengono confrontati con gli stili genitoriali.

Prendiamo ora in considerazione il caso di una ragazza di 21 anni. Le informazioni ottenute mediante l'Adlerian Interview Form evidenziano un carattere allegro e accogliente, un'ottima studentessa amante dei viaggi e della famiglia, con buone relazioni familiari, una gemella e dei genitori accoglienti, amorevoli e supportivi.

L'intervista fa emergere alcuni punti essenziali per la valutazione dello stile di vita: a) definisce la famiglia come tranquilla, b) definisce se stessa come allegra, solare e amante dei viaggi, c) ama passare del tempo con la propria famiglia.

Successivamente si analizzano le narrazioni dei primi ricordi attraverso il modello di Labov: a) Di cosa tratta la narrazione? La ragazza ricorda di un giorno molto divertente trascorso con il padre e la sorella, b) Chi, dove, quando? Ha quattro anni, si sta recando con il padre e la gemella al cinema e la giornata è piovosa e fangosa, c) Cosa succede? La pioggia forma grandi pozzanghere di fango, lei e la sorella si divertono a saltarvi nel mezzo. Il padre, non le sgrida come avrebbe fatto la madre, ma gioca con loro, d) Qual è l'importanza della narrazione? È un episodio così divertente che non viene più dimenticato, e) Quali sono le conseguenze? La ragazza si sente tranquilla e serena quando è in compagnia della sua famiglia.

<i>Thematic Narrative Analysis of the Early Recollections of C. Female</i>		
Abstract of the transcription	Paraphrase	Keywords (themes)
<p>When she was 4, one day she goes to the cinema with her father and twin sister with rain and mud all around. She suddenly jumps into a pothole full of water and starts to bounce. Her twin sister joins her. But they are worried that their father will get angry and tell their mother. Then, their father jumps into the pothole and starts to bounce, too. She has a lot of fun and always feels peaceful and cheerful when she is with her family.</p>	<p>(a) Rainy weather and mud all around (b) she bounces in the pothole full of water (c) she worries that her father will get angry (d) her father joins the fun by jumping into the pothole to her surprise (e) she has a lot of fun (f) she feels peaceful and cheerful with her family.</p>	<p>Rain, mud Pothole full of water Worry about her father getting angry Father joining the fun Having a lot of fun Peace Fun</p>

Tabella 3: Analisi della narrazione dei primi ricordi (Canel, 2016).

Lo step successivo prevede l'individuazione di similarità tra lo stile di vita ottenuto mediante l'Intervista e i primi ricordi. La definizione di sé come persona allegra e solare, ottenuta mediante l'Adlerian Interview Form, ben si addice alle parole chiave "divertimento" e "divertirsi molto". Inoltre, in entrambe le modalità, la ragazza focalizza l'attenzione sulla pace che prova quando è in famiglia.

Lo stile genitoriale invece, uguale per il padre e per la madre, si fonda sul controllo e sul supporto. Sono in grado di fornire regole ma sono anche emotivamente vicini e disponibili.

Per concludere, lo stile di vita, ottenuto a seguito dell'Intervista, fondato sui concetti di pace e divertimento, i ricordi di gioia e pace vissuti con il padre, e uno stile genitoriale non deprivante, si

confermano vicendevolmente. I primi ricordi riflettono lo stile di vita dell'individuo e, insieme, subiscono l'influenza del contesto familiare (Canel, 2016).

3. L'utilità diagnostica dei primi ricordi

L'esplorazione dei primi ricordi costituisce il momento introduttivo del trattamento adleriano, uno dei pochi momenti per il quale sono state definite delle regole precise da Mosak, continuatore della psicologia individuale e promotore, già nel 1956, di più di 56 contributi alla letteratura (McCarter et al., 1961).

Rielaborando alcuni suoi lavori, ad opera di Canziani e Masi, è emerso che i ricordi dovrebbero avere le seguenti caratteristiche: 1) dovrebbero essere ricordi e non rapporti, ovvero episodi ben definiti nel tempo e non modalità usuali di pensiero o comportamento, 2) dovrebbero essere visualizzabili, 3) non dovrebbero riguardare avvenimenti eccezionali ma, nella loro importanza, dovrebbero essere banali, 4) dovrebbero essere collocati nei primi anni di vita, tendenzialmente i primi 8 (Pagani, 2003).

In seduta, al paziente viene chiesto: "Ora vorrei che lei tornasse al suo passato più lontano, alle cose più antiche che ricorda; mi racconti degli episodi, cercando di farli vivere anche a me, come se li vedessi proiettati su uno schermo; non occorre che siano avvenimenti importanti, anzi è forse meglio che non lo siano..." (Parenti, 1983).

Per valutare il loro significato, dobbiamo correlare lo schema percettivo emerso dai ricordi all'atteggiamento attuale del paziente per individuarne delle similitudini e, grazie al supporto dell'esperienza, individuare lo stile di vita (Ansbacher & Ansbacher, 1956). Quest'ultimo risulta essenziale da definire ogni qualvolta vogliamo divenire un mezzo per aiutare il paziente a comprendere se stesso, avendo come unico obiettivo quello di esplicitare alla persona gli errori presenti nello stile di vita e garantirgli così di ottenere risultati che durino nel tempo (Plottke, 1949).

Se analizzati correttamente, i primi ricordi hanno una forte utilità diagnostica. In uno studio, Friedman e Schiffman hanno evidenziato questa utilità differenziando, attraverso l'uso dei ricordi, depressioni psicotiche da schizofrenie paranoide, sulla base di nove ipotesi relative al contenuto dei ricordi.

ERs of <i>schizophrenic</i> patients will show	ERs of <i>psychotic depressed</i> patients will show
1. absence of positive affects	5. positive affects
2. unmitigated fear, terror, and/or horror	6. if negative affects, then tragic ones, such as sadness, distress
3. concern with bodily harm other than that caused by illness or aging	7. concern with physical illness and aging but not with other bodily harm
4. absence of persons, or personal relations that are negative or neutral, at best	8. a strong but generalized desire to be emotionally close to others
	9. work and/or achievement orientation

Tabella 4: Ipotesi riguardanti il contenuto dei primi ricordi di pazienti schizofrenici e depressi (Friedman & Schiffman, 1962).

Vengono selezionati 20 soggetti con depressione psicotica e 10 con schizofrenia paranoide. I giudici, individui estranei alla psicologia chiamati a valutare tre memorie per ciascun paziente, non sono a conoscenza della loro diagnosi ma sono invitati ad individuarla solo sulla base delle nove ipotesi date. Dai risultati emerge che, anche riproponendo l'esperimento dopo due mesi su 19 soggetti depressi e 7 schizofrenici, vengono raggiunti buoni livelli di affidabilità.

In particolare, i giudici esprimono diagnosi concordi e valide, nel primo esperimento, per 16 pazienti su 20 e, nel secondo esperimento, per 15 su 19. Diverso è il caso dei pazienti schizofrenici, dove la concordanza è pari a 3 su 10 nel primo esperimento e 2 su 7 per il secondo. La validità è qui definita come la corrispondenza tra le diagnosi date dai giudici per ciascun paziente e la loro reale diagnosi psichiatrica, sulla base delle sole ipotesi.

Sebbene sia evidente che le ipotesi abbiano un alto grado di caratterizzazione solo nei casi di depressione, possiamo affermare che, attraverso i primi ricordi, è possibile distinguere, in modo valido e affidabile, i soggetti affetti da depressione psicotica dai soggetti affetti da schizofrenia paranoide. Il tutto, con grande economia di tempo (all'incirca 5 minuti per decisione).

Il successo ottenuto nel diagnosticare la depressione è, come già sottolineato, attribuibile all'utilizzo di ipotesi che colgono i tratti essenziali di un soggetto depresso: una persona con un gran bisogno e desiderio di relazionarsi con gli altri, e proprio per questo orientata alla realizzazione. Nella malattia, adottano una modalità comportamentale che attiva negli altri risposte di soccorso e di ripristino della vicinanza emotiva. Allo stesso modo, risulterebbe perciò

fattibile ed utile differenziare ulteriori categorie diagnostiche sulla base dei primi ricordi (Friedman & Schiffman, 1962).

Sulla stessa linea, Plottke (1949) individua quegli elementi dei primi ricordi funzionali a permettere una distinzione tra ragazze con disturbo della condotta e ragazze senza alcun disturbo, ai fini di una precoce diagnosi. Per tale motivo, l'autore ha raccolto, in forma scritta, i primi ricordi di 50 ragazze quattordicenni scolarizzate presso una scuola parigina (GRUPPO A), e i primi ricordi di 50 ragazze con disturbo della condotta, tra i 15 e i 19 anni, sottoposte ad un programma di rieducazione (GRUPPO B).

I risultati emersi evidenziano, in termini di lunghezza del racconto, un massimo di 22 righe e un minimo di 5 per il gruppo A, un massimo di 57 e un minimo di 6 per il gruppo B. Apparentemente, quindi, le ragazze con disturbo della condotta sono più loquaci delle ragazze senza disturbo. Da un punto di vista della caratteristica generale dei ricordi, il gruppo A presenta, nella maggior parte dei casi, un maggior numero di ricordi positivi. Nel gruppo B, invece, solamente l'8% dei casi mostra una maggioranza di memorie positive, mentre il 92% dei casi, evidenziando una maggioranza di memorie negative, sono una conferma al pensiero adleriano secondo il quale soggetti delinquenti in conflitto con il mondo, tendono a selezionare eventi che possono interpretare come esempi di un mondo ingiusto. Tra questi ricordi abbiamo le punizioni di vario genere quali: rimproveri, l'essere picchiati, l'essere mandati a letto prima dell'orario usuale ecc. Per quanto riguarda le persone citate nei ricordi, sono 92 per il gruppo A e 120 per il gruppo B.

<i>Number of persons mentioned</i>	A	B
0	8%	2%
1	32%	34%
2	40%	31%
3	12%	7%
4	4%	16%
5	4%	4%
6	—	4%
7	—	2%

Tabella 5: Numero delle persone citate nei ricordi (Plottke, 1949).

Come vediamo nella tabella 5, la percentuale di coloro che citano una o due persone é pressoché invariato per i due gruppi, mentre, nel caso di un numero pari a zero, il gruppo A ha una percentuale quattro volte superiore rispetto al gruppo B, mostrando scarsi contatti umani. Inoltre, il numero di ragazze con disturbo che ricorda più di quattro persone, é tre volte superiore al numero di ragazze del gruppo A. Per quanto concerne l'età dei primi ricordi, la tabella sottostante evidenzia l'età che le ragazze ipotizzano di aver avuto in quello specifico episodio.

<i>The memory concerns the age of</i>	A	B
2 years	26%	2%
3	22%	6%
4	32%	20%
5	4%	28%
6	10%	22%
7	2%	8%
8	4%	4%
9	—	2%
10	—	4%
11	—	—
12	—	4%

Tabella 6: Età dei primi ricordi (Plottke, 1949).

Il gruppo A, al contrario del gruppo B, colloca un gran numero di ricordi nei primi tre anni di vita, mentre, dagli otto anni in poi, non riportano alcuna memoria. Perciò, il maggior numero di primi ricordi delle ragazze prive di disturbo, si colloca negli anni immediatamente successivi alla nascita, evidenziando come, già nei primissimi anni di vita, esse trovino le conferme necessarie per la strutturazione del proprio stile di vita. Le ragazze con disturbo della condotta invece, come già ipotizzato da Adler, tendono a dimenticare più facilmente i primi anni infelici di vita rispetto a quelli felici, per tale motivo, la costruzione dello stile di vita, si basa prevalentemente sulla selezione di ricordi avvenuti dopo il terzo anno di vita. È stato altresì preso in considerazione l'atteggiamento delle ragazze verso quelle menzogne alle quali gli adulti le hanno sottoposte nel corso della loro infanzia. A tal proposito, solo il 2% delle ragazze non delinquenti dichiara di essere a conoscenza di una innocua bugia subita da bambine, al contrario, invece, il 14% delle ragazze con disturbo della condotta, esplicita con veemenza di esser stata “abusata” nella sua ingenuità infantile.

Le menzogne, non sono qui considerate in termini freudiani, ovvero come trauma, ma in senso adleriano, ovvero in riferimento alla selezione di quegli eventi che possono essere interpretati come esempi di un destino sfavorevole. I ricordi non possono mai contrastare lo stile di vita.

Abbiamo così il caso di una ragazza con disturbo della condotta, probabilmente orfana, che ricorda, in occasione del “pesce d’Aprile”, di aver subito una menzogna, e, una volta scoperto, ricorda di essersi sentita profondamente umiliata. Il senso d’inferiorità scaturito è stato da lei erroneamente compensato nella forma seguente: “Non permetterò più a nessuno di prendersi gioco di me”.

Altre ragazze invece dichiarano di essersi sentite derise una volta scoperta la non esistenza di Babbo Natale. A tal proposito, una di loro, ricorda di aver raccontato all’intera classe la verità, verità che ha il sapore di vendetta verso il mondo degli adulti. Da sottolineare in particolare il fatto che la scoperta della non veridicità di certe credenze infantili abbia esiti differenti in relazione al tipo di stile di vita che si sta andando a creare.

Nell’insieme, possiamo individuare delle caratteristiche che permettano di distinguere le ragazze con disturbo della condotta dalle ragazze senza disturbo, caratteristiche che possono aiutare una precoce diagnosi: le prime sono più attive, sono più pessimiste ed esprimono meno le emozioni, ricordano maggiormente le punizioni, hanno una più ricca rete sociale e vivono come una profonda offesa le credenze infantile messe in atto dagli adulti (Plotke, 1949).

4. Conclusioni

Nel corso del lavoro sono state evidenziate due finalità pratiche dei primi ricordi: permettere al terapeuta una migliore comprensione dell’individuo e aiutare il paziente a comprendere se stesso. A tal scopo, gli strumenti utilizzati dalla psicologia individuale prendono in considerazione la valutazione che il soggetto, nel suo perseguire la superiorità, fa del materiale di cui dispone, il suo sentimento d’inferiorità e il grado di sentimento sociale. Ogni essere umano è infatti un tutto unico ed indivisibile e non può essere isolato dal contesto in cui è collocato.

La comprensione del paziente e del suo stile di vita permette al terapeuta di spiegare al soggetto ciò che ha compreso di lui. Egli deve assicurarsi che l’interpretazione, dopo un iniziale fisiologico rifiuto, venga accettata dal paziente e, per fare questo, deve dimostrare di essere in grado, alla luce del suo stile di vita, di spiegare le azioni del paziente e, se possibile, di prevederle.

Una volta che il soggetto è stato messo nella condizione di comprendere gli errori che caratterizzano il suo stile di vita, il terapeuta lo supporta nel rafforzamento del sentimento sociale residuo. All’aumentare del sentimento sociale, il paziente riprende coraggio, comprende maggiormente i suoi errori e tende pertanto a non commetterli più.

Il merito di Adler è quello di aver riconosciuto un ruolo attivo al paziente: il suo cambiamento in terapia non è un successo attribuibile al terapeuta, il quale si limita ad individuare gli errori, ma è il paziente stesso a modificare il suo modo di vivere. L’analisi dei primi ricordi in psicoterapia,

insieme ad altri contenuti presi in esame durante il primo colloquio, è perciò essenziale nel garantire un processo di maturazione del sé che conduca ad una nuova concezione di se stesso e degli altri.

Bibliografia

- Adler, A. (1949). *Prassi e Teoria della Psicologia Individuale* (V. Ascari, trad.). Astrolabio.
- Ansbacher, H.L. & Ansbacher, R.R. (1956). *The Individual Psychology of Alfred Adler*. Harper & Row/Torchbooks.
- Ansbacher, H.L. (1973). Adler's interpretation of early recollections: historical account. *Journal of Individual Psychology*, 29(2), 135-145.
- Ansbacher, H.L. (1978). An early recollection of Lyndon Johnson. Adlerian considerations. *Journal of Individual Psychology*, 15(2), 29-33.
- Canel, A.N. (2016). Compatibility of the relationship of early recollections and life style with parent schemas obtained through Adlerian Interviews. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 16(3), 891-914.
- Ellenberger, H.F. (2003). *La scoperta dell'inconscio*. (2 voll.). Bollati Boringhieri.
- Friedman, J. & Schiffman, H. (1962). Early recollections of schizophrenic and depressed patients. *Journal of Individual Psychology*, 18(1), 57-61.
- Jackson, M. & Sechrest, L. (1962). Early recollections in four neurotic diagnosis categories. *Journal of Individual Psychology*, 18(1), 52-56.
- Jones, E. (1953). *Vita e opere di Sigmund Freud*. Il Saggiatore.
- Jung, C.G. (1961). *Ricordi, sogni, riflessioni*. Rizzoli.
- Kadis, A.L., Greene, J.S. & Freedman, N. (1952-53). Early childhood recollections-an Integrative Technique of Personality Test Data. *Journal of Individual Psychology*, 10(1-2), 31-42.
- McCarter, R.E., Schiffman H.M. & Tomkins, S.S. (1961). Early recollections as predictors of Tomkins-Horn Picture Arrangement Test Performance. *Journal of Individual Psychology*, 17(2), 177-180.
- Mosak, H.H. & Kopp, R.R. (1973). The early recollections of Adler, Freud and Jung. *Journal of Individual Psychology*, 29(2), 157-166.
- Pagani, P.L. (2003). *Piccolo lessico adleriano*. Istituto Alfred Adler di Milano.

Parenti, F. (1983). *La Psicologia Individuale dopo Adler. Teoria generale adleriana. Lineamenti di psichiatria dinamica. Metodologia e tecniche di analisi.* Astrolabio.

Plotke, P. (1949). First memories of “normal” and of “delinquent” girls. *Journal of Individual Psychology*, 7(1), 15-20.

Schrecker, P. (1973). Individual psychological significance of first childhood recollections. *Journal of Individual Psychology*, 29 (2), 146-156.

La finzione utile e creativa nella clinica adleriana di *Bianca Maria de Adamich**

ABSTRACT (ITA)

L'articolo propone una riflessione sulle caratteristiche di utilità, funzionalità e creatività del concetto di finzione. L'analisi teorica del costrutto è seguita da un approfondimento di alcune caratteristiche della finzione e delle interazioni con altri temi cardine della Psicologia Individuale. Trasversalmente a tale analisi, è proposto un contributo relativo ad alcuni aspetti applicativi della finzione nell'ambito della salute mentale e in riferimento al ruolo di clinici, laddove la dinamica finzionale può costituire un interessante criterio interpretativo.

Parole chiave: finzione, utilità, creatività, Psicologia Individuale, salute mentale

Useful and creative fiction in the Adlerian clinic by *Bianca Maria de Adamich*

ABSTRACT (ENG)

The article offers a reflection on the characteristics of utility, functionality and creativity of the notion of fiction. The theoretical analysis of the construct is followed by a deepening of some characteristics of fiction and of the interactions with other core themes of Individual Psychology. Transversely to this analysis, a contribution is proposed relating to some practical aspects of fiction in mental health and with reference to the role of clinicians, where the fictional dynamic may constitute an interesting interpretative criterion.

Keywords: fiction, utility, creativity, Individual Psychology, mental health

* CRIFU

1. Adler e la finzione

La finzione è uno dei costrutti cardine del pensiero adleriano e possiede etimologicamente un significato dal valore creativo: dal latino *factio* deriva il significato di “atto del simulare”, ma anche di “azione che modella”, e ancora dal latino *ingere* quello di “plasmare”.

Secondo la Psicologia Individuale, le finzioni sono modalità, più o meno lontane dalla realtà condivisa del senso comune, utilizzate dagli individui per affrontare e compensare i propri vissuti di inferiorità in vista di un obiettivo di sicurezza (Canzano, 2007); sono, cioè, costrutti mentali che sostengono lo stile di vita (o personalità) e che si strutturano nella prima infanzia, per poi permanere per tutta la vita attraverso artifici di tipo positivo o negativo (Pagani, 2002).

Alfred Adler comprese l'aspetto finzionale della nostra mente (Hillman, 1983): l'intera vita psichica è finzionale; in altre parole, la finzionalità permea l'intero orizzonte psicologico. Il concetto di finzione diviene allora una delle fondamentali costruzioni per la spiegazione della natura umana e, in quanto costruzione, è esso stesso di natura finzionale.

Il concetto di finzione fu elaborato da Adler a partire dalla “Filosofia del come se” (*Als Ob*) di Hans Vaihinger, ma anche in riferimento a Immanuel Kant e a Friedrich Wilhelm Nietzsche. Kant attribuì alle rappresentazioni soggettive un utile valore conoscitivo e Nietzsche superò per primo il dualismo verità-finzione impostando la decostruzione del concetto di verità e spostando la centralità epistemologica sulle finzioni del soggetto. Secondo Vaihinger (1911), la finzione è un costrutto ausiliario provvisorio originato dalla creatività umana, che non ha controparte nella realtà, ma che ha l'utile funzione di renderci capaci di trattare con essa.

A partire dai contributi dei filosofi sopraccitati, Adler (1912) ha sviluppato il concetto di finzione, impostandolo come cardine della Psicologia Individuale a più livelli: dal punto di vista epistemologico, poiché la teoria è presa in considerazione come finzione e in questa direzione Adler introduce una concezione di psicologia come modo di finzione (Hillman, 1983); dal punto di vista teorico, in quanto la finzione è considerata strumento utile e guida che indirizza l'individuo verso la propria meta; infine, in senso clinico, come vedremo più avanti.

La finzione può avere quindi molteplici valenze, da quella intrasoggettiva a quella interpersonale, relazionale e culturale. Infatti, il concetto di finzione è analizzabile da diversi punti di vista ed in svariati contesti, proprio perché li permea: dal punto di vista filosofico, epistemologico, gnoseologico, ma anche da quello neurofisiologico e da quello etologico; è un concetto centrale e fondativo nell'etica, nella giurisprudenza, nella letteratura, nella matematica, nella pedagogia, nelle arti e nella religione, nell'umorismo e nella stessa psicologia come sistema di finzioni (Ellenberger, 1970). La finzione ha inoltre un ruolo importante nell'elaborazione onirica, in cui l'individuo inscena figure e situazioni in cui può mettersi alla prova: il sogno è una delle

manifestazioni della struttura finzionale della mente, per i suoi aspetti simbolici, analogici, metaforici ed è luogo d'azione del potere creativo dell'individuo in senso progettuale (Bosetto, 2010).

Dunque, la finzione costituisce uno strumento che l'individuo può utilizzare nel delineare la propria vita e si colloca all'interno dello sfondo interpretativo del funzionamento psichico dell'essere umano come soggettivo e finalistico. L'utilità pratica delle finzioni è in tal modo legata alla loro capacità di disporre l'individuo ad agire. Infatti, le finzioni possono costituire utili errori, consapevoli o meno, quando hanno la funzione di raggiungere scopi pratici e socialmente accettabili, oppure divenire disfunzionali quando si sostituiscono alla realtà (Canzano, 2007).

Maiullari, de Adamich e Fragapane (2019, p. 612) affermano che le finzioni “non sono altro che dei costrutti mentali che l'uomo elabora grazie alla sua capacità ‘fantasticonirica’: idee e convinzioni emotive, prima ancora che intellettive, che il bambino fin dalla nascita inizia a comporre, implicitamente e poi anche esplicitamente, inconsciamente e poi anche coscientemente, per costruire su di esse il proprio stile di vita”.

I movimenti psicologici finzionali, in quanto componenti strutturali della personalità e come valutazioni che il soggetto si è dato circa se stesso, la realtà esterna e l'ideale perseguito (Balzano, 2011), contribuiscono così a creare lo stile di vita degli individui. In tal modo, le finzioni definiscono una trama grazie alla quale ognuno crea il proprio progetto esistenziale.

2. Meta finzionale come compensazione del sentimento di inferiorità

La soggettività che caratterizza le costruzioni finzionali degli individui è presente anche nell'elaborazione delle proprie mete finali. In linea con la concettualizzazione del finalismo causale, Adler introduce l'esistenza di mete finzionali o finzioni guida, che indirizzano l'individuo nella definizione dei propri comportamenti e del proprio stile di vita. La meta finzionale costituisce la costruzione dell'esistenza di ciascuno, sulla base di determinanti oggettive (eredità, ambiente, inferiorità d'organo, esperienze passate) e della situazione attuale, ma soprattutto a partire dal vissuto soggettivo del proprio futuro.

La meta finzionale è così principio di causalità interna all'individuo, che ne unifica lo stile di vita e che permette, grazie alla sua funzione di orientamento nel mondo e di progettualità, l'attuazione di strategie compensative del sentimento d'inferiorità.

Sentimento d'inferiorità e tensione alla perfezione sono costruzioni finzionali (Hillman, 1983), elaborate dalla persona per controllare i propri sentimenti d'insicurezza e per alimentare il proprio senso di onnipotenza. La mente stabilisce e costruisce delle finzioni guida che indirizzano gli individui nel modo di vivere e di sentire e che sono strutturate in polarità opposte quali sopra-

sotto, forte-debole, maschile-femminile. Il pensiero antitetico è la più essenziale delle protezioni costituite dalle finzioni guida (Adler, 1912) ed è in sé una protezione dalla realtà, che è caratterizzata da differenziazioni sfumate (Adler, 1931).

Dunque, il vissuto di inferiorità e l'aspirazione alla sicurezza generano nell'individuo un ideale di personalità e questi, per orientarsi nel mondo, si costruisce uno schema composto dalle proprie finzioni; tale schema è diretto, all'interno di una dinamica compensatoria, a quella che è la sua meta finzionale, la quale è in larga misura di natura inconscia. L'insicurezza diviene il proprio opposto, verso cui l'individuo tende. Prende così vita la finzione della meta di superiorità, che si struttura attraverso l'utilizzo di una contro-finzione che funge da correttivo per tale meta, fornendole un valore sociale e morale che la rendano accettabile. La meta di superiorità è un'utile forza trainante per gli individui e ne indirizza scelte e azioni, costringendo lo spirito a prevedere e a perfezionarsi (Adler, 1920), ma quando l'ideale di personalità viene percepito come reale – raggiungibile nelle nevrosi, vero nelle psicosi (Canzano, 2007) –, perde la sua utilità.

L'individuo con un buon compenso psichico riesce a mantenere un buon equilibrio tra la propria finzione guida e la propria contro-finzione.

In definitiva, la finzione, in presenza di un ostacolo, interviene in direzione compensativa, influenzando l'azione reale; è in questo modo che la mente, attraverso la costruzione finzionale, interagisce con il mondo esterno.

3. La finzione nella clinica

Accostandosi all'ambito clinico, è possibile addentrarsi in un'interessante riflessione sul ruolo e sull'importanza della finzione nella strutturazione della vita psichica, sia essa patologica o sana.

Adler definisce la maggior parte delle finzioni non solo come soggettive, ma anche come inconscie: le finzioni possono tradursi in mete consapevoli, così come in desideri inconsapevoli, e in entrambi i casi la persona si comporterà in modo congruente con i contenuti finzionali (Oberst & Stewart, 2003). Allora, le finzioni svolgono un importante ruolo a livello inconscio ed è nei momenti di difficoltà, o in presenza di un sentimento di inferiorità, che agiscono con potenza (Adler, 1912).

Ispirandosi alla legge della trasposizione delle idee di Vaithinger (*continuum* finzioni-idee-dogmi), Adler (1912) rende le finzioni un utile strumento di lavoro nella clinica: laddove ci si occupi del funzionamento non patologico, la finzione è un semplice strumento; nel caso del pensiero di tipo nevrotico, vi è un tentativo di mettere in atto la/e finzione/i; infine, il pensiero di tipo psicotico costituirebbe un tentativo di assicurazione attraverso la dogmatizzazione e la materializzazione delle finzioni.

In altre parole, nel pensiero dell'uomo con un buon equilibrio psichico la finzione è conservata come espediente; diversamente, nel pensiero nevrotico vi è un tentativo di realizzare una finzione rafforzata, che allontana la persona dal proprio ambiente (Parenti, 1983), e in quello psicotico vi è una reificazione della finzione (Ansbacher & Ansbacher, 1956), che perde la propria flessibilità funzionale e il contatto con la realtà.

La valutazione delle finzioni è dunque un utile strumento a livello psicodiagnostico, attraverso cui è possibile cogliere eventuali aspetti patologici, analizzando il grado di distorsione della realtà e la presenza di compartecipazione emotiva o di prevaricazione. È dunque possibile valutare il tipo di finzione utilizzata dalle persone e se la finzione sia vitale o rafforzata: in tale direzione, possono essere valutate la condivisibilità (finzione utile solo a se stessi o anche agli altri), la meta (vantaggi egoistici o comuni), la plasticità (rigidità o possibilità di abbandono/sostituzione) (Canzano, 2007).

Laddove la finzione preveda l'utilizzo di artifici positivi (dunque finalità non di prevaricazione, bensì di compartecipazione emotiva, comprensione e valorizzazione reciproca), si può parlare di finzione vitale.

Giacomo Mezzena, nel classificare le finzioni (1994), definisce vitali quelle che non tendono a sganciarsi dalla realtà, ma sono piuttosto orientate a questa poiché, nonostante l'assenza di una corrispondenza oggettiva nella realtà immediata, possono proporsi tale corrispondenza come obiettivo finale, all'interno di un percorso soggettivo adeguato a ciascuna personalità (Mezzena, 1981).

Ogni essere umano crea le proprie finzioni e ciò è una condizione necessaria; è solamente l'adesione a finzioni inutili che conduce ad un disagio psicologico. L'individuo che rifiuta di rivedere le finzioni divenute inutili, segue una logica di compensazione del sentimento di inferiorità (Oberst & Stewart, 2003).

Prendendo in considerazione l'ambito della psicoterapia, questa ha il compito di favorire lo smantellamento delle finzioni rafforzate, accompagnato dall'incoraggiamento all'individuazione di una meta nella realtà e alla costruzione di finzioni vitali, ovvero prefigurazioni positive di eventi futuri di possibile realizzazione (Mezzena, 1988).

Dunque, se il disagio mentale è legato al grado di letteralismo con cui l'individuo interpreta e vive le proprie finzioni, il percorso di cura può concentrarsi sul riconoscimento del valore finzionale delle proprie convinzioni. Infatti, la differenza tra disagio e benessere mentale dipende dal senso che ciascuno attribuisce alle finzioni (Hillman, 1983).

4. Essere clinici tra volontà di potenza e sentimento sociale

Può allora essere interessante riflettere sull'importanza della finzione nell'ambito della salute mentale, spostando l'attenzione dall'ambito della patologia (in cui è ben chiara la potente azione delle finzioni) a quello del lavoro clinico ad ampio spettro.

La finzione di essere un curante s'inscrive nella cornice sociale che definisce salute e malattia mentale e che caratterizza i ruoli in tale contesto. Dunque, i clinici sono tali perché esistono i pazienti, i quali vivono il ruolo di pazienti in quanto definito dalla suddetta finzione. È proprio in questo senso che il clinico si nutre delle finzioni che lo circondano per definire la propria, la quale acquisisce un senso e dà forma al suo stile di vita.

Emerge così l'importanza della dimensione relazionale delle finzioni, proprio perché l'essere umano è nutrito non solo dalle dinamiche finzionali che attivamente costruisce, ma anche da quelle che lo circondano e ne determinano lo stile di vita.

Nella definizione della propria identità lavorativa (spesso anche personale) e nel lavoro con l'utenza, il clinico utilizza quella che è una delle finzioni guida dell'esistenza, ovvero il sentimento sociale o *Gemeinschaftsgefühl* (Hillman, 1990).

Sentimento sociale e volontà di potenza sono due fondamentali costrutti adleriani che interagiscono nel caratterizzare la qualità delle finzioni: laddove nella finzione rafforzata vi è un predominio della volontà di potenza (poiché la finzione è rivolta a se stessa e non ha utilità per gli altri), nella finzione vitale prevale il sentimento sociale.

Applicando tale interazione alle dinamiche che caratterizzano i vissuti di chi svolge un lavoro clinico, si può ritenere, da un lato, che i clinici abbiano raggiunto e riescano a mantenere un buon equilibrio tra le proprie istanze di volontà di potenza e di sentimento sociale e che quindi l'ideale di personalità svolga un ruolo di meta che nel complesso è funzionale; da un altro punto di vista, però, si può notare come, tra i clinici, la finzione di onnipotenza insita nell'essere "curanti", se non riconosciuta e utilizzata come finzione, possa sfociare in un vero e proprio sentimento di onnipotenza e nella convinzione di essere "guaritori", cosa che cristallizza la relazione in senso gerarchico e causa la perdita della reale funzione di cura.

Possiamo allora ipotizzare che, laddove sia ben sviluppato e indirizzato il sentimento sociale, la finzione sia vitale, mentre laddove il lavoro di clinico risponda a una logica di tipo narcisistico, prevalga la volontà di potenza.

L'utilità di una finzione guida è legata al fatto che sia ragionevole di modo che le proprie azioni siano utili per gli altri (Hillman, 1983); allora, un lavoro di relazione quale l'impegno clinico dovrebbe costituire l'attuazione, sul versante utile, della finzione del sentimento sociale.

Quanto detto vale a maggior ragione se si considera anche che il *Gemeinschaftsgefühl* s'inscrive nella più ampia rete del lavoro tra clinici, che si struttura nel lavoro di gruppo e nell'interazione tra i servizi, laddove l'équipe stessa è uno strumento finzionale che rende maggiormente efficace l'intervento con l'utenza.

5. La finzione come dinamica utile e prospettico-progettuale nel lavoro clinico

Da quanto discusso finora, emerge l'utilità del concetto di finzione nel riflettere sul lavoro in ambito clinico.

Tale interesse è motivato dalla funzionalità delle finzioni, quando cioè queste hanno la capacità di far vivere sul lato utile della vita (Parenti & Pagani, 1980).

Per valutare se una finzione sia funzionale o disfunzionale, è necessario considerare non tanto il grado di corrispondenza con la realtà o il grado di verità, quanto il grado di utilità rispetto alla meta (Oberst & Stewart, 2003).

Allora, le finzioni sono pragmaticamente utili quando legano l'individuo al proprio passato e lo proiettano in modo creativo verso il futuro (Ansbacher & Ansbacher, 1956). Per potersi orientare nella propria esistenza, l'essere umano ha bisogno di creare attivamente delle costruzioni soggettive, dei *come se*, che riflettano il proprio stile di vita orientato in senso prospettico.

Per mantenere tale utilità e in linea con una prospettiva di benessere mentale, è necessario attuare una costante revisione e, quando necessario, un adattamento delle proprie finzioni. La flessibilità e l'accettazione della permanenza nel mondo finzionale sono connesse all'equilibrio psichico e dunque a minori possibilità di condizioni psicopatologiche.

Tale flessibilità si rivela estremamente utile per i clinici, che possono beneficiare della conoscenza e della consapevolezza in merito alle proprie mete finzionali. La scelta professionale può essere letta come una finzione sul lato utile della vita, che svolge diverse funzioni, a partire dall'aiuto all'utenza, fino alla definizione identitaria, al rafforzamento dell'autostima, alla compensazione di un sentimento di inferiorità, in riferimento costante alle svariate dinamiche individuali.

In merito al ruolo compensatorio delle finzioni, possiamo pensare che, nel caso dei clinici, queste si sviluppino auspicabilmente sul lato utile della vita e si concretizzino nella scelta professionale. È quindi possibile presupporre, a livello ipotetico, che una persona che ha scelto di perseguire la strada di clinico nell'ambito della salute mentale costruisca attivamente la propria finzione per compensare qualche propria fragilità o, come menzionato sopra, un sentimento di inferiorità che sente dentro di sé. Oppure, si può ipotizzare che il clinico effettui la propria scelta professionale per compensare la presenza di aggressività, mettendo la propria calma, la propria pazienza e la propria capacità di ascolto al servizio del proprio lavoro e dei pazienti. Inoltre, si può ipotizzare

che tali risorse non siano innaturali, ma che al contrario siano componenti integranti dell'identità dell'individuo, che in quella finzione hanno trovato un canale espressivo funzionale.

Ciò che è comune a tali possibilità, è che la dinamica finzionale creata è utile e non è rivolta esclusivamente all'aiuto e al sostegno ai pazienti, bensì anche all'aumento o al mantenimento dell'autostima del soggetto, la cui personalità (o stile di vita) è legata con tutte le probabilità a tale finzione.

Lo stile di vita di ciascuno, infatti, viene costruito secondo le proprie finzioni, che possono essere vitali o rafforzate, e, così come i pazienti, anche gli operatori hanno definito la propria personalità e scelto il proprio percorso, anche lavorativo, seguendo le proprie finzioni.

La stessa definizione di clinico (colui che applica l'arte di curare il malato a letto) s'inserisce nel percorso teso alla meta finzionale della persona, che sceglie, più o meno consapevolmente, con diversi obiettivi, svariate ragioni e molteplici significati, di vivere seguendo la finzione di essere un curante.

Nel caso del clinico, la definizione della propria identità lavorativa è tendenzialmente guidata da una finzione vitale, che per esempio può permettere di sublimare alcune tendenze caratteriali, o di compensare alcuni aspetti dello stile di vita attraverso lo sviluppo di altri.

Ancora oltre, il ruolo di clinico può essere "messo in crisi" dallo svelamento della dinamica finzionale anche da parte dei pazienti stessi, quando esplicitano la valenza della relazione clinica tra pazienti e curanti, oppure quando verbalizzano la propria consapevolezza relativa all'assunzione di una maschera/finzione che permette loro di sostare nella propria condizione. Il clinico, di fronte ad una tale consapevolezza, non può che interrogarsi sulle finzioni che definiscono salute e patologia, pazienti e curanti.

Inoltre, il professionista nell'ambito della salute mentale non può che interrogarsi sulle proprie finzioni, sul loro significato in relazione alla propria storia di vita e in riferimento al proprio futuro, sulla propria consapevolezza dell'esistenza delle dinamiche finzionali, sul grado di funzionalità/utilità delle stesse all'interno del proprio stile di vita.

Per l'operatore, allora, la finzione può costituire un utile strumento per riflettere sulla propria attività clinica e per gestire con consapevolezza e creatività il proprio ruolo. Tale valutazione può inserirsi anche all'interno della supervisione individuale o d'équipe, la quale è peraltro una costruzione finzionale di grande utilità.

6. Conclusioni per una finzione utile e creativa

Il presente contributo, che costituisce una proposta di riflessione su un tema ricco e interessante, suscettibile di elaborazioni e approfondimenti, ha voluto mettere in risalto il valore di utilità e

creatività del concetto di finzione, come strumento di analisi e come filtro interpretativo di dinamiche personali, sociali e lavorative.

In particolare, si è tentato di riflettere sull'importanza delle finzioni nella gestione del ruolo di clinici nell'ambito della salute mentale e si è potuto osservare come tale prospettiva sia complessa e articolata, in quanto delineata a partire da una finzione di base che definisce benessere e disturbo mentale.

In conclusione, poiché una meta, come storia che mostra una via, è una storia che cura (Hillman, 1983), si potrebbe pensare che, se la storia che cura prevede un percorso orientato ad una meta in cui camminano accanto pazienti e operatori, questi stessi possano trarre beneficio dall'esperienza nella pratica clinica quotidiana della propria meta finzionale.

Si potrebbe allora pensare che tale percorso, permeato da molteplici finzioni, sia storia che cura non solo per i pazienti, ma anche per gli stessi clinici.

Bibliografia

- Adler, A. (1912). *Über den nervösen Charakter*. Tr. it. *Il temperamento nervoso*. Newton Compton, 1971.
- Adler, A. (1920). *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*. Bergmann. Tr. it. *Prassi e teoria della Psicologia Individuale*. Astrolabio, 1967.
- Adler, A. (1931). *What life should mean to you*. Grosset & Dunlap. Tr. it. *Cos'è la Psicologia Individuale*. Newton Compton, 1976.
- Ansbacher, H.L. & Ansbacher, R.R. (1956). *The Individual Psychology of Alfred Adler*. Harper & Row/Torchbooks, 1964. Tr. it. *La Psicologia Individuale di Alfred Adler*. Martinelli, 1997.
- Balzano, G. (2011). La rete delle finzioni nella costruzione e nella modifica dello Stile di vita. *Rivista di Psicologia Individuale*, suppl. n. 69, 27-34.
- Bosetto, D. (2010). Le finzioni estetiche nella teoria individualpsicologica. *Rivista di Psicologia Individuale*, n. 68, 29-37.
- Canzano, C. (2007). *Teoria della Psicologia Individuale Comparata. La filosofia del come se e le finzioni*. Scuola Adleriana di Psicoterapia dell'Istituto Alfred Adler di Milano.
- Ellenberger, H.F. (1970). *The Discovery of the Unconscious. The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*. Basic Books. Tr. it. *La scoperta dell'inconscio. Storia della psichiatria dinamica*. Bollati Boringhieri, 1972.

- Hillman, J. (1983). *Healing fiction*. Station Hill Press. Tr. it. *Le storie che curano*. Raffaello Cortina, 1984.
- Hillman, J. (1988). Power and Gemeinschaftsgefühl. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, n. 44 (1), 3-12. Tr. it. Potere e sentimento sociale. *Individual Psychology Dossier II*, Saiga, 1990, 31-43.
- Maiullari, F., de Adamich, B.M. & Fragapane, M.C. (2019). Il finalismo del sogno nella Psicologia Individuale di Alfred Adler. *Psicoterapia e Scienze Umane*, n. 53 (4), 599-624.
- Mezzena, G. (1981). *Dalla finzione rafforzata alla finzione vitale*. II Congresso Nazionale S.I.P.I., Camogli 9-11 ottobre 1981.
- Mezzena, G. (1988). Le finzioni e la loro successione nella psicoterapia. *Rivista di Psicologia Individuale*, nn. 28-29, 16-24.
- Mezzena, G. (1994). La “finzione” nell’educazione e nel trattamento analitico. *Rivista di Psicologia Individuale*, n. 35, 51-58.
- Oberst, U. & Stewart, A.E. (2003). *Adlerian Psychotherapy. An Advanced Approach to Individual Psychology*. Routledge.
- Pagani, P.L. (2002). *Piccolo lessico adleriano, Dizionario argomentato dei lemmi e delle locuzioni della Psicologia Individuale*. Istituto Alfred Adler di Milano.
- Parenti, F. (1983). *La Psicologia Individuale dopo Adler*. Astrolabio.
- Parenti, F. & Pagani, P.L. (1980). *Protesta in grigio*. Editoriale Nuova.
- Vaihinger, H. (1911). *Die Philosophie des Als Ob*. Salzwasser-Verlag. Tr. it. *La filosofia del “come se”*. Astrolabio, 1967.

I tre livelli dell'inferiorità: dal sentimento al suo complesso

*di Simone Evangelista**

ABSTRACT (ITA)

L'obiettivo del seguente lavoro è di fornire una lettura – in chiave adleriana – della psicopatologia nel suo insieme. Partendo dal concetto fondamentale di sentimento d'inferiorità, e dall'assunto che la sofferenza psicologica è il prodotto del passaggio da questo al suo complesso, si indagano quegli elementi che fondano la probabilità del suddetto movimento. In particolare, viene proposta l'idea che il complesso d'inferiorità sia il risultato dell'influenza di tre forze precise: genitoriale, sociale e ontologica. Dunque, nelle seguenti pagine tali vettori vengono esplorati attraverso la psicologia individuale di Alfred Adler e la filosofia di Nietzsche e Schopenhauer.

Parole chiave: complesso, inferiorità, genitorialità, società, natura

The three levels of inferiority: from the feeling to its complex

by Simone Evangelista

ABSTRACT (ENG)

The aim of this paper is to provide an interpretation – in Adlerian key – of the psychopathology as a whole. Starting from the fundamental concept of the feeling of inferiority and from the assumption that the psychological suffering is the result of the transition from this feeling to its complex, we try to investigate those elements which generate the possibility of this transition. In particular, it will be proposed the idea that the inferiority complex is the result of three precise factors: parenthood, society and ontology. Hence, on the following pages these factors will be explored through Alfred Adler's Individual Psychology and Nietzsche and Schopenhauer's philosophy.

Keywords: inferiority, complex, parenthood, society, nature

* CRIFU

Introduzione

Cos'è in fondo una psicopatologia, se non l'accensione fiammeggiante di un'inferiorità? Al di là di qualsiasi nome decidiamo di dare alla sofferenza psichica, in gioco, non c'è forse un comune denominatore? Un indietreggiamento del soggetto? Un urlo che dice “non ce la faccio”? Al centro non c'è forse un sentimento d'inadeguatezza? Un sentire di non avere la forza, la capacità, l'abilità, la struttura per reggere i compiti della vita? Ovvero ciò-che-è?

Come riconobbe Adler, il sentimento d'inferiorità non è patologico di per sé. Non rappresenta una malattia, una stortura. Tutt'altro, è una biologia. Ognuno di noi viene al mondo *con e in* un'inferiorità. È la condizione di partenza: siamo limitati, precari; in mano all'Altro. Ad un Altro che può gettare le basi per la nostra evoluzione o decretare la nostra fine. Siamo inermi, senza schermi, dipendenti. E lo sappiamo: dall'inizio e sin troppo bene.

Ma è proprio questa consapevolezza – riconobbe ancora Adler – che spinge il bambino alla conquista della sua vita. Mattone dopo mattone, costruisce un sé. Eppure, anche quando diverrà un adulto compiuto, qualcosa di incompiuto sempre resterà. Vi sarà sempre una mancanza, una traccia, un meno rispetto ad un indefinito che caratterizzerà perennemente la sua esistenza: ed è proprio questo meno, che fonda il nostro vissuto *naturale e costante* a cui diamo il nome di *sentimento d'inferiorità*.

Ciò significa che non è il sentimento d'inferiorità ad originare una patologia, bensì la sua stortura, la sua deviazione, la sua “*accentuazione abnorme e scompensata*” (Parenti, 1983, p. 14), il suo incendiamento, la sua dilatazione, la sua espansione, il suo ingrandimento; il suo *complesso*, che, altro non è che la “credenza di una persona nella sua incapacità a risolvere i problemi della vita” (Adler in Orgler, 1970, p. 59).

Detto questo, chiariti i termini in campo, possiamo sostenere – all'interno di un'ottica adleriana – che la psicopatologia, la sofferenza psichica, la deviazione dell'uomo nell'immondezzaio della vita, nel suo spreco, è il passaggio, la consegna, lo scivolamento, *dal* sentimento d'inferiorità *al* suo complesso. La psicopatologia, detto lapidariamente, è l'estrinsecazione di *un* complesso d'inferiorità.

Da qui, nasce spontanea la domanda circa il *cosa*. Ovvero: se lo star male è dipeso dal salto dal sentimento al complesso d'inferiorità, *cosa* ha fatto sì che ciò accadesse? *Cosa* ha, se non determinato, creato la probabilità di tutto questo? Una risposta possibile si posa su tre livelli. Tre alvei all'interno dei quali si insinuano quelle forze, quegli elementi, quelle responsabilità, che *spingono* un soggetto-umano a considerarsi fundamentalmente incapace e che gli insegnano a vedere la vita non come possibilità di slancio ma come esperienza chiusa su se stessa su cui non vale la pena investire.

L'inferiorità familiare

Se Adler ci ricorda come non sia “possibile studiare un essere umano in condizioni di isolamento, ma solo all'interno del suo contesto sociale” (Shulman & Mosak, 2008, p. 13), dobbiamo naturalmente rivolgere la nostra attenzione in primis alla famiglia e ai primi rapporti che il bambino ha intrattenuto.

Lungi dal voler ridurre la genitorialità ad un manuale, ad un insieme di regole – compito tra l'altro *impossibile* –, su almeno due punti, possiamo convenire con grande facilità. Il primo concerne l'*atto genitoriale* per eccellenza. Atto che non può che riguardare e rientrare nella dialettica riconoscimento/restituzione: *riconoscere* il figlio attraverso l'accoglienza del suo grido e *restituirgli* un'esperienza che *compensi* la nuova condizione in modo sufficientemente buono. È il *compito vitale* del genitore: fornire al figlio un'esperienza di senso attraverso l'offerta di uno spazio psichico e sentimentale. Uno spazio che possa accoglierlo, includerlo; e che fundamentalmente gli rimandi che la sua vita non è un “caso”, ma un desiderio voluto che ha cambiato la visione, l'immagine del mondo. È il *primo atto indispensabile*, se ricordiamo che la vita – soprattutto infantile – acquisisce senso solo attraverso l'Altro; solo attraverso l'allogamento nella vita dell'Altro.

Il secondo punto, invece, concerne la libertà che bisogna concedere alla vita. La libertà è un concetto complesso: qui non è da intendersi come l'esclusione di ogni Legge, quanto come la possibilità di realizzare il proprio desiderio. Concedere la libertà ad un figlio vuol dire non obbligarlo a recitare una parte in una commedia che non ha scritto lui. Vuol dire educarlo ad un sano fallimento: perché solo chi *trasforma* uno sbaglio nel punto di rinsaldamento del proprio desiderio e non ne fa l'onta, la resa rispetto alla propria esistenza, può dirsi libero.

Tenendo fermi questi due punti appena esposti, adesso, ciò su cui dobbiamo puntare la nostra attenzione, è una sorta di doppio binario del sentimento d'inferiorità. Adler ci insegna che tale sentimento non è affatto patologico, anzi. È la condizione strutturale, ontologica, obiettiva, con la quale il bambino viene al mondo:

Si deve tuttavia tener presente che tutti i fanciulli si affacciano alla vita in uno stato d'inferiorità e che la loro sopravvivenza è legata al sentimento sociale che li accomuna e che li circonda. Se consideriamo poi che essi traggono, dal fatto di essere piccoli e ancora maldestri, l'impressione di essere inadatti alla vita, dobbiamo concludere che un *sentimento d'inferiorità* più o meno radicato sussiste sempre alla base di ogni esistenza psichica (Adler, 1994, p. 71).

Dunque ogni essere umano, “affacciandosi alla vita”, deve fare i conti con l'inferiorità. Il bambino è inadeguato, manca di strumenti fisici e cognitivi per potersela cavare. Ed è compito dell'ambiente fornire ciò di cui ha bisogno per *trasformare* questo stato di cose. Ma è proprio qui,

proprio in questo compito dell'ambiente che v'è il rischio di una deviazione. Seguiamo la definizione che Parenti dà del sentimento d'inferiorità: "Nell'infanzia il sentimento d'inferiorità è una costante e naturale condizione d'inadeguatezza e disagio, dovuta a obiettive insufficienze di ordine fisico, comportamentale e conoscitivo nei confronti degli adulti e dell'ambiente in genere". Prosegue: "Quando l'ambiente gli fornisce apporti favorevoli, il bambino conquista in modo lento e graduale una posizione di parità, superando il sentimento di inferiorità nella sua forma infantile" (Parenti, 1983, p. 14). Dunque, v'è chiaramente una *responsabilità* da parte dell'ambiente, dei genitori, nel fornire "apporti favorevoli", strumenti, possibilità di una linea-guida, per passare da una condizione di naturale inferiorità ad una di maggior sicurezza. È importante ricordare che, pur fornendo ciò di cui v'è bisogno, ugualmente il sentimento d'inferiorità ci accompagnerà per tutta la vita. In effetti, è ancora Adler a dirci che il sentimento d'inferiorità non è mai del tutto superato. Non esiste fase della vita in cui questo sia eliminato, obliterato. E allora la questione circa il problema della vita diventa non tanto come trascendere – nel senso di un completo superamento – l'inferiorità, quanto come passare *costantemente* da una condizione di "minus" ad una di "plus"; come scivolare pervicacemente da una situazione di inferiorità ad una di superiorità. La modalità di risposta a questo problema, dipende dallo *stile di vita* del soggetto: e per comprenderlo, dobbiamo tornare necessariamente ai primi anni dell'infanzia e agli "apporti favorevoli" offerti dall'ambiente.

È chiaro che gli elementi – come suggerisce F. Parenti (1983) – che possono accentuare il sentimento d'inferiorità sono tra i più diversi e disparati (un'inferiorità d'organo ad esempio, o le condizioni culturali/razziali/economiche). Ciò che in questo contesto ci interessa, però, sono i due punti esposti poc'anzi. Se da un lato non è possibile esaurire l'arduo compito del genitore in un insieme preordinato di comportamenti e atteggiamenti, dall'altro non possiamo non riconoscere negli elementi introdotti – desiderio dell'Altro e libertà –, i punti precipui, ineliminabili, imprescindibili, per qualsiasi azione educativa degna di questo nome. Non è scontato che questi ci siano, tutt'altro. La loro mancanza, costituendo un *difetto nel punto di partenza*, è ciò che generalmente produce problemi. È come se, eludendo quei primi atti, non si creassero le condizioni buone, sane, favorevoli, per affacciarsi con serenità al mondo. Come se la mancanza di quegli "apporti favorevoli", osteggiasse l'ingresso nel mondo attraverso un *doppio velo*, uno più del necessario, e non consentisse di posarsi sul *lato utile della vita*.

La mancanza del desiderio come desiderio dell'Altro, i suoi effetti disastrosi, possiamo riscontrarli con grande facilità. Il desiderio dell'Altro concerne fundamentalmente la domanda d'amore e noi tutti sappiamo cosa comporta il suo rifiuto: una *caduta*, una mancanza d'appigli; una vita che di fatto è gettata nel vuoto, nel non-senso. In questo risiede tutta la portata della visione adleriana dell'infanzia e la differenza con quella freudiana. Infatti, se riconosciamo che non v'è alcun

nucleo narcisistico, monolitico, ciò vuol dire che la vita umana si alimenta *sin da subito* del pensiero e della considerazione dell'Altro.¹ La sua esclusione è ciò che veicola fundamentalmente il messaggio di non-appartenenza, di una non-importanza rispetto all'oggetto e dunque rispetto al mondo. Questa immagine di inutilità rispetto a se stessi è ciò che influenza, rende probabile, crea le condizioni per la deviazione del bambino, perché non lo aiuta nel passaggio dal “minus” al “plus”; anzi, intensifica il suo sentimento d'inferiorità, che se non troverà vie alternative – magari attraverso successivi incontri – da seguire, si convertirà con tutta probabilità in un *complesso*. È questo ciò che bisogna rilevare con chiarezza: la mancanza della presenza dell'Altro – così come l'essere figli di un progetto –, il sentire di non appartenere, il rifiuto di una collocazione, insomma, l'elusione della domanda d'amore, è ciò che produce un'immagine di insignificanza rispetto al proprio sé, che, se introiettata, getta le basi per la *prima caduta* e la conversione del naturale sentimento d'inferiorità in un patologico complesso.

L'inferiorità sociale

Adler (1967, p. 12) scrive: “*Non siamo in grado di pensare, di sentire, di volere, di agire senza avere in mente un fine*”. La vita è movimento. Costante tentativo di salita, di passaggio da una condizione d'inferiorità ad una di superiorità. Questo è il nostro fine, come esseri umani. Nasciamo in una condizione di netto svantaggio, e la nostra vita è contrassegnata dalla continua ripresa di questa inferiorità, per giungere al di là della stessa. Il fine non è un divertimento, un mero obiettivo, un'aggiunta di vita, ma la vita in sé perché è essa stessa che richiede, *esige* una meta. In effetti, Adler riconosce che il “porsi la meta” è ciò che accomuna tutti noi indipendentemente dalla condizione mentale. Semmai, ciò che cambia è la *modalità* attraverso la quale la inseguiamo. Ma in tutti noi è presente, e a ben vedere, è sempre la medesima: “Dalla osservazione più precisa risulta che il modo migliore per comprendere i movimenti psichici di qualsiasi genere è di porre come premessa fondamentale che essi sono volti ad una *meta di superiorità*” (Adler, 1967, p. 16).² Dunque ogni fatto della vita psichica, ogni azione, ogni movimento, ogni processo, è immerso in una teleologia; teso verso una direzione, un fine. Senza quest'ultimo, la vita non sarebbe altro che vagabondaggio, esperienza di svuotamento, vita raminga, un *brancolare* (Maiullari, 2013).

¹ Nella sua teoria Adler tenda a considerare molto più di Freud l'importanza dell'Altro. Il “bisogno d'affetto” si soddisfa solo *mediante l'Altro*: la sua parola, il suo atto. In questo senso, il narcisismo non è altro che un ripiegamento dovuto alla mancanza di un *riconoscimento singolare* del bambino: “Tra i fenomeni psicologici osservabili nei bambini, il bisogno d'affetto si manifesta in epoche relativamente precoci. Le espressioni del bisogno d'affetto sono sufficientemente presenti e conosciute. I bambini vogliono essere coccolati, amati e lodati. Essi hanno la tendenza a stare rannicchiati vicino alle persone amate e a dormire nel letto con loro. Più tardi, questo desiderio tende a un rapporto d'amore da cui ha origine l'affetto per i parenti, l'amicizia, il sentimento sociale e l'amore” (Adler in Ansbacher, 1997, pp. 26-27).

² Il corsivo è mio.

Tuttavia, se da un lato riconosciamo che la lezione di Adler illumina la radice umana, dall'altro non possiamo disconoscere il fatto che oggi, ad essere in crisi, è proprio la suddetta, insieme a tutto l'albero. Ed è proprio qui, in questa schisi – che vede da una parte il fine e dall'altra l'estrema difficoltà a realizzarlo –, che la strada di Adler si interseca con quella di Nietzsche:

'Dov'è andato Dio?' gridò. 'Io ve lo dirò! Noi tutti siamo assassini! Ma come abbiamo fatto questo? Come abbiamo potuto berci tutto il mare? Chi ci ha dato una spugna per cancellare l'intero orizzonte? Che cosa abbiamo fatto quando abbiamo liberato questa terra dalle catene che l'univano al suo sole? Dove andrà adesso? E dove andremo noi? Lontani da tutti i soli? Precipiteremo senza sosta? Avanti, indietro, di lato, da ogni parte? Esiste ancora un sopra e un sotto? Non andremo errando in un nulla infinito? Non alita su di noi il soffio dello spazio deserto? E non si è fatto più freddo? Non si fa sempre più notte, sempre più notte? Non bisogna accendere le lanterne fin dal mattino? Non udiamo lo strepito degli affossatori che seppelliscono Dio? Non avvertiamo ancor niente della putrefazione divina?... Anche gli dei si putrefanno! Dio è morto! Dio continua a esser morto! E noi l'abbiamo ucciso!' (Nietzsche, 2017, p. 132).

Queste parole costituiscono la più grande diagnosi che sia mai stata formulata in Occidente. La parola di Nietzsche è tranchant, ficcante, elettrica; di una potenza tale che oggi arriva a noi come un sonoro schiaffo in faccia. Con la morte di Dio muore la sua idea, la visione di un futuro che non è più una promessa. Con la sua dipartita, esplose come uno shrapnel l'ontologico sentimento d'inferiorità dell'uomo, che ad oggi si trova del tutto impreparato ad affrontare ciò-che-è. Così la vita diventa una scusa, come suggeriva Adler (1967), e schiacciante è ormai la delusione per un'esistenza agognata che rimane sempre e solo fantasia. Prestando l'orecchio, non è poi così difficile ravvisare il senso di totale smarrimento che ne deriva. Smarrimento che solitamente fa la sua epifania mediante la depressione, un disturbo d'ansia o ciò che vogliamo. Tutte espressioni sintomatologiche che denunciano una nuova esasperazione dettata dal terribile, spaventoso e onniavvolgente sentimento di vuoto.

La morte di Dio non è un evento tra gli eventi. Uno dei tanti. È l'evento che spacca in modo irreparabile la stessa concezione del tempo. È ciò che ci costringe a ripensare *tout court* alla sua forma e, di fatto, alla direzione intrapresa dall'uomo. In effetti, la questione non risiede più solo ed esclusivamente nella linea direttrice intrapresa dal singolo, quanto nella strada che l'uomo come specie ha deciso di percorrere oramai da tempo.

Disquisire sulla morte di Dio non significa affatto aprire un dibattito circa la sua esistenza. Tale espressione non indica infatti una presa di posizione atea. Ciò che costituisce il vero cuore della questione, è piuttosto la caduta, il collasso, l'evaporazione del fondamento di Dio. Dire "Dio è morto", vuol dire sostenere che la sua rappresentazione, il suo archetipo, semplicemente non fa più mondo. Ovvero che il mondo può esistere, scorrere, reggersi, anche senza la sua idea.

È importante comprendere che le parole di Nietzsche non sono mere elucubrazioni filosofiche. Non sono mera trascendenza linguistica, quanto un'immanenza, un pragmatismo tellurico i cui effetti nel quotidiano sono disastrosi e oramai evidenti, se non accecanti. L'annuncio della morte di Dio coincide con l'ingresso a tutti gli effetti dell'uomo nel tempo nichilistico, che Nietzsche così definisce: “Manca il fine; manca la risposta al ‘perché?’ (...) *i valori supremi si svalutano*” (Nietzsche in Galimberti, 2018, p. 822).

Che i valori si svalutano non è di per sé importante, in quanto, come scrive Maiullari, la morale altro non è che l'insieme delle “regole migliori e più ‘convenienti’ che una data comunità ha trovato per sé per meglio adattarsi e sopravvivere al proprio ambiente” (Maiullari, 2013, p. 61). Dunque i valori della morale non sono altro che dei coefficienti sociali che cambiano costantemente con il mutare della società stessa. Questo non è di per sé sconvolgente. Le prime due asserzioni, invece, risultano molto più importanti e taglienti. Definire questo tempo, come il tempo che non offre più il “fine” e la risposta al “perché?”, significa riconoscere che l'uomo, *de facto*, ha smarrito ogni bussola; significa che non è più in grado di orientarsi e non ha più alcun controllo su se stesso. I suoi problemi, non riguardano più precipuamente l'ordine relazionale/affettivo, ma investono la categoria seducente ma illusoria del senso. Con l'ascesa del tempo della tecnica, l'uomo si sente perso. Caduto fuori dalla storia e non essendo più riconosciuto come soggetto desiderante, ma solo come funzionario d'apparato, egli non sa più chi è. Non sa più che strada sta percorrendo. Tutto gli sembra vacuo, inane. Non si riconosce più allo specchio. E così, muovendosi tra l'angoscia della domanda e la delusione del non ricevere risposta, finisce col chiedersi più radicalmente: “Perché sono al mondo?”. Un chiedere che investe particolarmente il mondo giovanile, che oramai non ha più alcuna remora a dichiarare di aver pensato almeno una volta di farsi fuori, perché tutto privo di senso.

Avvertiamo, dunque, la portata tonitruante dell'annuncio nietzschiano. “Dio è morto” vuol dire che lo scopo della vita è venuto meno, perché oramai svelata è la menzogna che per duemila anni ha regnato in Occidente. È questo il vero punto di partenza per comprendere la psicopatologia odierna: Dio è morto, ed è arrivato il momento di farne il lutto.

Dalla combinazione dei due pensieri – di Adler e di Nietzsche –, possiamo comprendere la foggia della nuova sofferenza. In effetti, tentando di accostarli, avvertiamo l'urto, lo stridio, l'impossibilità dell'incontro. Da un lato abbiamo riconosciuto che l'uomo è una meta, un fine, uno scopo, una direzione, dall'altra abbiamo indicato il nostro tempo – seguendo Nietzsche –, come un tempo in cui tutte queste categorie, a seguito del collasso della menzogna bimillenaria, sono venute meno. Non solo. Venuta meno è anche la pulsione, la forza, il coraggio che ci spinge al raggiungimento della meta: “Ecco, la fiducia nella vita è morta: la vita stessa diventa *problema*” (Nietzsche, 2017, p. 14). Insistiamo su questo punto.

Differentemente dalla psicoanalisi, la psicologia individuale non pone al centro la domanda “da dove?”, bensì “verso dove?”. Non che l’origine non abbia la sua importanza. È evidente come il passato sia traccia, impronta, e influenzi l’avvenire, ma ciò che acquisisce ancora più importanza è la direzione, il fine che l’uomo ha in mente. Questo perché solo avendo chiaro l’obiettivo del soggetto, possiamo comprendere i suoi movimenti psichici:

La domanda fondamentale della vita psichica sana e morbosa non è: da dove? ma bensì: verso dove? E soltanto quando conosciamo la mèta efficiente e direttiva di una persona possiamo avere la pretesa di capire i suoi movimenti, che per noi hanno il valore di preparativi individuali. Proprio in questo: verso dove? sta il motivo (Adler, 1967, p. 220).

Ma se il soggetto umano non ha più un fine, una direzione, uno scopo, come ci è possibile coglierne il movimento? Risulta evidente come qui – nella mancanza di un fine e altresì nel coraggio di perseguirlo – risieda la questione. La morte di Dio implica il collasso di una visione collettiva che genera uno smarrimento generalizzato, conseguenza dell’attuazione di un modello socio-economico, di sviluppo e di idea di uomo, che evidentemente ha fallito.

Il vantaggio della psicologia adleriana è quello di consentirci di vedere e impostare questo stato di cose come il vero focus. Non comprimendo l’attenzione sul solo mondo intrapsichico del soggetto, ed elevandosi a “psicologia sociale”, il modello adleriano riesce a fornire strumenti per poter comprendere *in primis* ciò che accade nella comunità, per poter capire, *in secundis*, ciò che non va nei singoli soggetti.³ È questo lo sforzo che bisogna compiere. L’errore da non commettere è proprio quello di pretendere di spiegare la sofferenza psichica a partire da una sterile e asettica classificazione sintomatologica chiusa all’interno di una logica monodirezionale. Piuttosto, bisogna impegnarsi per tentare una lettura della dinamica circolare tra un modello di società e di sviluppo, e il movimento degli individui all’interno di questo; che, con i loro *stili di vita*, influenzano il modello stesso, in un senso o in un altro. Ciò che dobbiamo comprendere, è che la psicopatologia si modifica con la variazione della società. Se non partiamo da questo, non comprenderemo mai nulla. Se da un lato, rimane vera, ad esempio, la correlazione tra la depressione e il concetto di perdita, dall’altro, oramai, le cose non stanno più solo così. La depressione, oggi è legata precipuamente al concetto di competizione, al principio di performance, figlio della reificazione dell’uomo, oramai schiacciato sul modello aziendale. Tale riduzione, è il risultato di un’inversione precisa, data dal sopravanzare e dall’allogamento tracotante dell’età della tecnica; che, divenuta oramai *padrona*, avendo sfruttato la morte di Dio e

³ Su questo, Adler è più che chiaro: “La psicologia individuale è probabilmente la teoria più completa per ciò che attiene alla posizione dell’uomo in relazione ai problemi derivanti dalla vita sociale e, per questo motivo, deve essere considerata una psicologia sociale” (Adler in Ansbacher, 1997, p. 166).

con essa la foggia nichilistica e misera del nostro tempo, ha spinto gradualmente l'uomo fuori dalla storia:

Sulle ceneri dei valori e delle ideologie tradizionali ciò che compensatoriamente è cresciuto e continua a crescere a dismisura è la tecnica, tanto da divenire il nuovo magico strumento a disposizione della volontà di potenza, il nuovo valore imperante con tutte le caratteristiche del *deinòn* e del *perissòn*, il nuovo tarlo che lavora inesorabilmente per un nichilismo sempre più banale e pervasivo. (...) *con la tecnica si sta realizzando la classica inversione del servo che diventa padrone del suo padrone...* (Maiullari, 2013, pp. 17-99).⁴

La tecnica, non è più al servizio dell'uomo, ma è divenuta essa stessa padrona. La tecnica, con la sua unica ed eterna Legge – ottenere il massimo dei risultati con l'impiego minimo dei mezzi –, non offre visioni, rappresentazioni, vie d'uscita; la tecnica semplicemente funziona ed ha una sola meta: accrescere se stessa. È evidente, da questo stato di cose, che l'uomo ne esce radicalmente modificato. Non potendo eguagliare l'efficienza della macchina, che conduce ad un accrescimento sempre maggiore dei risultati, egli è praticamente messo all'angolo della vita. Non conta più nulla. Sente di non avere più le carte in regola per contribuire all'evoluzione del suo gruppo. Chiaramente ciò porta all'exasperazione il suo sentimento d'inferiorità, che diviene un *complesso*: consapevolezza della propria inutilità.

In altre parole, l'età della tecnica – che non ha scopo – impedisce all'uomo quel sacro e primevo movimento dall'inferiorità alla superiorità, perché la partita è persa in partenza. O meglio, la partita non c'è proprio. Per quante energie impieghi, egli mai potrà competere con i processi informatici. Da qui ne deriva uno scadimento, un peggioramento della sua condizione, un annichilimento del suo coraggio per guadagnarsi un posto nel mondo e in ultimo, l'intensificazione del suo complesso d'inferiorità. La depressione, diviene inefficacia: “La depressione (è) *una malattia della responsabilità*, in cui predomina un sentimento d'insufficienza: il depresso non si sente all'altezza” (Ehrenberg, 2010, pp. 4-5). L'uomo, fondamentale, è irretito dalla logica dell'azienda, che a sua volta risponde a quella del mercato, fatta di frenesia, compulsione, guadagno, maniacalità e ingrandimento senza sosta e senza scopo di se stesso. Tutto questo finisce per gravare sul sistema psichico del soggetto, che risponde a non si sa più cosa. Spende energie che non reintegra. È rapito da un ritmo incessante, da una corsa frenetica al niente. Il soggetto umano è costretto ad adattarsi ed aggiornarsi alla velocità di un software, pena la fuoriuscita dal tessuto sociale. E più s'aggancia e non si stacca da questa follia, più si perde; smarrisce la sua identità, e con essa, il suo desiderio. In altre parole, non sa più chi è.

⁴ Il corsivo è mio.

Nella cultura della performance, in cui ciò che conta è solo l'atto teso ad un'acquisizione, il potenziamento idiota di se stessi, acefalo e senza alcun senso di vita, il sentimento d'inferiorità acquisisce una nuova forma. Non si tratta più della foggia costituzionale, di base. Del costante e innato sentimento, frutto di un dato di realtà. Qui parliamo di un'intensificazione *indotta* di tale sentimento, che si trasforma in complesso. La tecnica spodesta Dio, indica, accusa e illumina l'inefficacia del soggetto umano, che in quanto tale, non riesce ad eguagliare l'efficienza e la velocità delle macchine e per questo viene gradualmente espulso, ostracizzato, perché inutile al raggiungimento dell'obiettivo di fondo, nichilistico, che punta a trasformare ogni cosa, nel più breve tempo possibile, in un niente. In gioco, vi è il tramonto definitivo di un sistema normativo, che si reggeva sulla domanda circa la liceità di un'azione. Tale Legge, non agganciata più ad alcun Padre, scivola via; non pone più argini ad alcun desiderio che, libero di andare dove vuole, non si chiede più cosa sia giusto o sbagliato, buono o cattivo, bello o brutto, ma si interroga solo sulla capacità effettiva di compiere quella determinata azione. E il soggetto, da tutto questo, ne esce totalmente modificato.

L'uomo non ha più una meta, perché la tecnica è la nuova padrona, il nuovo Dio. Non offrendo visioni del mondo, ma chiedendo solo costante crescita in vista del nulla, e pretendendo per questo fine, illimitate energie, il soggetto praticamente si perde. Non potendo competere con tutto questo, ma percependo che la vita è tutta lì, egli s'arrende. Non ha coraggio. È vigliacco. Pusillanime. Non sa più cosa desidera. Un pomeriggio in solitaria è sufficiente per procurargli un attacco di panico, perché ritrovandosi faccia e faccia con se stesso, non sa più, eliminato l'organo di appartenenza, chi è. L'uomo degli anni '2000 soffre di un complesso d'inferiorità, perché è scivolato fuori dalla storia.

L'inferiorità ontologica

L'uomo necessita di una meta. Senza questa, in pratica non potrebbe esistere. La sua vita sarebbe un mero brancolare. Al di là dei progetti individuali e singolari, possiamo rintracciare un filo rosso che lega tutti i piani, per quanto diversi, degli uomini. Una meta uguale per tutti. Un nocciolo, un nucleo, un cuore che accomuna il desiderio dell'uomo in quante tale. Questo risiede, come ha ben individuato Adler, nell'aspirazione alla superiorità. Ogni desiderio umano, ogni sogno rincorso, ogni progetto ideato, tutto ciò che rientra nel cantiere umano, è teso verso una meta di superiorità – alla sua aspirazione. La nostra vita è un costante movimento compensatorio. Un tentativo incessante, che mai s'acquieta, di raggiungere una situazione di plus per compensare il sentimento d'inferiorità ontologico. Questo movimento rappresenta la forza motrice del comportamento umano. Risiede tutto qui. Questo è il "fatto fondamentale" della nostra vita.

Dall'infanzia in poi, ogni pensiero, ogni atto, ogni parola, tutto, sarà teso verso una superiorità che mai si raggiungerà, se non per aspirare nuovamente ad essa: “Soltanto la certezza di aver raggiunto un livello soddisfacente nel tentativo di elevarsi può procurargli un sentimento di tranquillità, di valore, di felicità. Dopo aver raggiunto uno scopo, si sente di nuovo attirato in avanti. Essere un uomo, dunque, significa avere un sentimento d'inferiorità che esige costantemente la sua compensazione” (Adler in Ansbacher, 1997, p. 120).

Ma di cosa si tratta, più precisamente? Abbiamo definito il sentimento d'inferiorità come un sentimento naturale e costante. Un sentimento che non ci abbandona mai del tutto, legato alla nostra infanzia. Effettivamente la nostra infanzia è il periodo in cui più viene fuori la nostra inferiorità. È una fase storica della nostra vita in cui sperimentiamo maggiormente l'inefficacia, l'insufficienza di vivere. Ma non è solo questo. Il sentimento d'inferiorità non è legato solo a codesta condizione. Non è solo la conseguenza di una constatazione. Un vissuto frutto dell'evidenza che senza l'Altro siamo spacciati. Il sentimento d'inferiorità sembra piuttosto essere legato a qualcosa di molto più profondo. A qualcosa che fonda il nostro essere umani. Un incompreso, che in quanto tale, crea un inconscio, e in quanto inassimilabile, rimane incompreso. A ciò che è occhio, ponte verso la nostra vera essenza: l'atroce, il terribile, l'inevitabile; la nostra morte.

Questo è il cuore del sentimento d'inferiorità. Un cuore che precede ogni discorso, ogni insufficienza, ogni infanzia. Il nucleo caldo dell'inferiorità risiede nella coscienza dalla morte; nel sapere sin troppo bene che l'escatologia del tempo altro non è che un'illusione. Che la nostra teleologia è uno schermo, un velo davanti al terribile, una meta dinanzi all'assenza di meta. Ecco perché per l'uomo è così importante il fine, lo scopo, Dio. Dietro il desiderio del suo raggiungimento, vi è un'aspirazione ancora più profonda, che è dar senso alla morte. Annullarla. Obnubilarla. Nasconderla. È la grande differenza con il mondo animale. È chiaro che tutti gli esseri viventi, in quanto tali, muoiono. Ma ciò che caratterizza l'uomo è il pensiero, il sapere di dover morire. Un'idea terrificante, non accettata, respinta. Un problema che si fa anche culturale, in quanto immersi in un modello che imprigiona l'ontologia, che insegna ad aver paura, a temere, a respingere la morte. Tratto evidente nell'atteggiamento che si ha con i bambini. Complice anche l'idiozia del discorso medico che in molti casi non cura un bel niente. Non-si-prende-cura. Semplicemente allunga la vista del soggetto, costretto a vedere fino alla fine il decadimento del suo essere. La medicina non guarda al soggetto; non entra nella storia, ma riduce lo stesso ad una sommatoria di organi. Potenzia il difetto di uno di questi e distrugge gli altri che compongono il sistema. Moriamo male perché non siamo educati alla morte.

La costanza e il carattere naturale del sentimento d'inferiorità sembrano essere legati a questo: al dato incontrovertibile della nostra finitudine. Al dato incontestabile che non ricade tanto – e solo

– nel fatto che siamo mortali, quanto piuttosto nel fatto che di questa nessuno sa nulla. Non è un evento della previsione. Non rientra nella programmazione. Nessuno sa quando arriverà. Altra finzione dell'essere umano: pensare di morire da vecchio. Come se la vecchiaia fosse sinonimo di morte. Non è così. Il tratto inassimilabile della morte ricade più propriamente nel fatto che nessuno sa quando accadrà. E nell'estrema difficoltà ad accettare che il momento potrebbe cadere ed accadere insieme a questa parola. È il non sapere, l'impossibilità di far rientrare la morte nell'ordine del giorno, che conduce l'uomo ad un'instabilità senza fine. Ad un ribaltamento nauseante. Alla spinta continua fuori dal mondo e al movimento compensatorio di rientrarvi. Il sentimento d'inferiorità è la consapevolezza di dover morire e di sapere di non poter sapere quando accadrà. È sapere che la vita è un tentativo d'equilibrio nella follia più totale. E che anche se raggiunto, questo è fragile e potrà spezzarsi da un momento all'altro. Ed è qui che risiede il nucleo della nevrosi e della psicopatologia in generale.

La più grande finzione, il più grande errore commesso dall'essere umano, risiede nella sua tracotanza. Nel credersi Soggetto del mondo. O ancora più radicalmente, nel credere che il mondo sia suo; che il mondo sia una sua proprietà – un oggetto in mano al Soggetto. L'uomo ha cominciato a decadere nel momento in cui s'è fatto padrone. Nel momento in cui ha trasformato la natura, il cosmo, in un oggetto da padroneggiare, da dominare. È con tutta probabilità la più grande perversione attuata dall'uomo. L'aver retrocesso la potenza e la bellezza della natura, al suo desiderio di niente. L'aver asservito la natura ai suoi scopi demenziali, distruttivi ed empì. Possiamo pensare che qui nasca la frattura, il trauma sempre presente che l'uomo porta in sé. È in effetti dalla distorsione completa del rapporto uomo-natura, dalla sua concezione egoica, solipsistica, che vede una padronanza assoluta sul mondo, che s'è perso il rapporto con la morte. Il desiderio e l'illusione di dominio sul mondo, ha restituito all'uomo la finzione di credersi Dio. La sua aspirazione alla superiorità ha assorbito un-eccesso; è divenuta mera volontà di potenza. La realizzazione dei suoi sogni idioti, gli ha restituito l'idea di poter essere immortale; di essere un Dio che decide e che tutto può. E proprio qui si insinua quel velo, quell'illusione, la finzione di non dover mai morire. Perché ci siamo autoproclamati governatori del cosmo.

Dietro l'uomo, dietro le sue sciocchezze, vi è una grande potenza. Il vero Dio; la vera dominatrice: la natura. Noi siamo oggetti della natura, non tutto il contrario. La natura non è un oggetto in mano all'uomo assunto a Soggetto. Semmai la natura è il Soggetto della vita e noi siamo il suo oggetto. Nel senso che noi, soggetti-oggetti in mano al Soggetto, serviamo ad uno scopo ben preciso: la sua prosecuzione. Niente di più. Niente di meno. Se la natura potesse, farebbe a meno di noi, data la nostra stupidità. Siamo noi ad essere chiusi in uno scopo, quello della natura:

Non è del singolo individuo, ma solo dell'intera specie che la natura si preoccupa, e per la sua conservazione si impegna con la più grande serietà, prendendosene cura con tutte le proprie forze, attraverso un enorme numero di principi generativi e della grande forza dell'istinto della riproduzione. L'individuo, al contrario, per la natura non ha alcun valore, né lo può avere, dato che il suo regno è costituito da un tempo infinito, da uno spazio infinito e, in essi, da un numero infinito di individui possibili; il quale, in conseguenza di ciò, non solo è esposto in mille modi, per i casi più insignificanti, al rischio della distruzione, ma ad essa è già destinato e originariamente condotto dalla natura stessa, a partire dall'istante in cui egli abbia contribuito alla conservazione della specie (Schopenhauer, 2013, p. 357).

In questo senso siamo oggetti in mano al Soggetto della natura. La natura non è interessata al singolo, all'individuo, al particolare, ma solo a noi come specie. Ci dota della sessualità e dell'aggressività semplicemente per l'apertura e la chiusura del cerchio. Ma al pari di tutte le cose, moriamo. La morte è insita della nostra nascita. La nostra nascita ha già odore di morte. Nascendo, già moriamo un po'. Siamo asserviti, aspirati, sussunti in qualcosa di più grande. Siamo un oggetto destinato-a. Mezzo, strumento atto alla riproduzione senza scopo che è la volontà, o, pleonasticamente, volontà di vita. La nostra vera essenza è fatta di niente, la nostra costituzione è un niente; siamo solo un'indifferenza:

La natura, la cui intima essenza è la stessa volontà di vivere, spinge con tutte le sue forze l'uomo, come l'animale, alla riproduzione della specie. Con il che essa ha raggiunto lo scopo al quale l'individuo le poteva servire, ed è ora del tutto indifferente nei confronti della sua fine, dato che alla natura, come alla volontà di vivere, sta a cuore solamente la conservazione della specie, e per l'individuo è niente (Schopenhauer, 2013, pp. 422-423).⁵

È in questo punto, in questo preciso crocevia, che si consuma il cuore dell'inferiorità umana. Nel rapporto uomo-natura, nella constatazione di essere oggetti in mano al Soggetto, nel riconoscimento lontano di essere un niente assorbito da un ciclo eterno, affiora la vera inferiorità dell'uomo: la terza forza, quella più terribile – perché ontologica. Nella stessa struttura umana, al di là e molto prima dell'infanzia, l'uomo sperimenta l'inassimilabile. L'uomo nasce inferiore. L'uomo è inferiorità. Il suo errore di base è pensarsi come individuo e non facente parte di una specie. Ma alla natura, infinitamente più forte, che decide come e quando, dell'individuo, del soggetto, non può che interessare meno di niente. Qui riscontriamo *l'inferiorità più profonda*. Ontologica, strutturale, fatta di pelle. L'uomo si illude di padroneggiare; di dominare. Di

⁵ In modo più lapidario, nei *Parerga e paralipomena*, Schopenhauer scrive: “La natura (...) fa tutto unicamente per la specie e nulla per l'individuo come tale, poiché per essa *la prima è tutto e il secondo nulla*” (Schopenhauer, 2017, vol. 1, p. 288, corsivo mio).

competere con il suo complesso di superiorità, con la iattanza della tecnica. Ma da questa battaglia, ne esce sconfitto.

Non è questa, in fondo, la cifra più radicale e più tranchant dell'inferiorità umana? Dietro l'inferiorità d'organo, dell'infanzia e della società stessa, non vi è un'ontologia dell'inferiorità? Connessa al fatto di girare invano su questa giostra? Al fatto, evidente, che il mondo girerà nonostante e soprattutto dopo la nostra morte? È in effetti ciò che si riscontra nel disagio giovanile. Nei giovani pazienti che denunciano il fatto che tutto è inutile, che nulla ha senso. L'annichilimento del senso non è solo la conseguenza della morte di Dio, del collasso di un insieme di significati che davano senso dal mondo, quanto una verità; il cuore e l'essenza delle cose. Un senso che s'annulla perché la maggior parte delle cose esisterà dopo di noi. È in fondo il dramma d'amore: constatare che l'amato vive anche dopo di noi. Costatare che nonostante il tempo d'amore fosse carico di senso, questo non vale più nulla perché l'altro – il mondo – continua a vivere lo stesso.

Il sentimento d'inferiorità non nasce a partire dalla condizione di Hilflos infantile, da un'inermità intesa come essere oggetto dell'Altro umano, ma dall'essere oggetto in mano ad un Soggetto molto più potente, che è la natura. È il fondamento dell'inconscio. Il cuore, la struttura, l'impalcatura che regge e dà vita alle nostre illusioni. È il punto di partenza che si rinnova e s'estrinseca nel lattante, nel suo poter cadere nel niente del niente.

Da qui ne deriva anche una riconcettualizzazione della libertà. Su questo punto, Adler, se da un lato riconosce e consegna al soggetto una libertà, intesa come responsabilità, come costruzione dello stile di vita per poter rispondere adeguatamente e con desiderio ai compiti vitali, dall'altro sembra riconoscere altresì una non-piena libertà. Nel senso che non può non ammettere che vi è un qualcosa prima del soggetto. Che il soggetto è collocato in una costrizione. Possiamo pensare a quest'ultima nei termini comunitari. Nella "verità" dell'umano come essere politico. Un essere parte di qualcosa più grande di lui che lo consegna ad un dovere e ad un imprescindibile. È lecito compiere un tale movimento teoretico: spingere l'attenzione che Adler pone alla società, alla vita dell'uomo nella società, nella categoria più ampia della natura di Schopenhauer. Come a dire che la potenza, la padronanza che precede il soggetto umano in Schopenhauer, la ritroviamo nella necessità del sentimento sociale in Adler. Come a dire che se dal punto di vista di Schopenhauer siamo funzionari della specie, elementi necessari alla sua prosecuzione, dal punto di vista adleriano questa tesi non cambia radicalmente, ma risulta semplicemente traslata nel contesto sociale. La natura è il sociale e il sociale è la natura. Siamo comunque elementi necessari-a. Elementi indispensabili alla sua prosecuzione. Se il soggetto viene meno al suo – ai compiti vitali –, la società collassa. In questo senso non si è pienamente liberi. Così come serviamo la natura,

così serviamo la società. Il compito vitale è il dovere. Il modo attraverso cui il soggetto umano lascia in piedi l'assetto sociale. Per questo:

La vita psichica dell'uomo, sempre costretta ad affrontare compiti in vario grado determinati dall'esterno, non può disporre di sé liberamente. I vari doveri dell'uomo sono sottoposti alla *logica della vita collettiva*, che si prospetta come condizione essenziale. L'uomo subisce costantemente il peso di questa logica, cui può opporre solo in parte la sua volontà. (...) Di qui sorge una delle basi fondamentali della nostra conoscenza dell'uomo: è necessario fondarci, come su di una *verità assoluta*, sulle regole contingenti del gioco di un gruppo, quali si presentano sulla Terra (...) A piccoli passi, superando ostacoli ed errori, è possibile avvicinarci a questa verità assoluta. (...) Come le variazioni climatiche impongono all'uomo determinate esigenze (quali la protezione dal freddo e la costruzione di edifici), così la vita sociale comporta per l'uomo altrettante ovvie necessità (Adler, 1994, pp. 42-43).

Per i motivi suesposti, possiamo definire questo, come il livello più basso, più profondo e terribile dell'inferiorità. Il più angosciante, perché contenente – per l'appunto – la consapevolezza paradossalmente inconscia del nostro essere; la cognizione incompresa dell'essenza del nostro essere. Ovvero del nostro essere soggetti condizionati, influenzati da forze che agiscono dietro, al di là e nonostante la nostra presenza. Su questo l'umano deve confrontarsi, è innegabile. Ma allo stesso tempo questo non è un male. Infatti, se introiettata, compresa, allogata, questa consapevolezza diviene la più grande energia. È qui che si gioca la partita. Soprattutto su questo livello che precede gli altri due. Nel sapere che qualcosa agisce al di là di noi, acquattato, pronto a sferrare il suo colpo. Pronto ad assaltare, a stravolgere, a distruggere, ma anche a rinnovare, costruire, vivere:

Da un punto di vista strettamente connesso alla natura, l'uomo è un essere inferiore. *Questa inferiorità, che egli porta con sé sin dalla nascita e che avverte come limitazione e come fattore d'insicurezza, rappresenta un vero e proprio continuo stimolo*, che lo spinge a cercare una via d'uscita per garantirsi un adattamento alla vita e in cui trova un incitamento per creare e perfezionare una situazione atta a compensare gli svantaggi della sua posizione nella natura (Adler, 1994, p. 44).

Chi potrebbe seriamente dubitare del fatto che l'individuo umano, così *maltrattato dalla natura*, è stato provvidenzialmente fornito di un potente senso di inferiorità che lo spinge verso una rivale superiore, la sicurezza e la conquista? Questa rivale, temibile e imposta, contro il senso di inferiorità, che si sveglia e si rinnova in ogni bambino, costituisce il fatto fondamentale dell'evoluzione umana (Adler in Orgler, 1970, p. 58).

È nella consapevolezza del nostro essere finiti, nel sapere che ci sarà un'ultima ora, che dobbiamo ricavare l'energia e la pazzia per lasciare un segno nell'assurdo. Rifiutare la morte vuol dire rifiutare la vita. Farne un'angoscia perpetua e cristallizzata significa estrapolare dalla vita, solo la sua preclusione. È passare da ciò che siamo, ciò a cui siamo destinati, ad un'illusione – all'impossibilità dell'azione. A ciò che costituisce *il vero peccato*: lo spreco dato da un silenzio vigliacco; da un movimento cementificato che suggella *l'avvenuto passaggio*. Nella fine, nella sua *mancata accettazione*, il sentimento è già divenuto complesso; e ogni possibilità, è già persa. È nella morte, nella sua introiezione, che è nascosta la soluzione al brusio di Taos.

Conclusione

Il primo luogo del bambino, il luogo attraverso cui il bambino si affaccia alla vita, non è il mondo; non è mai il mondo, bensì la mente dell'Altro. Il bambino si affaccia al mondo e alla vita sempre attraverso un-Altro. Noi siamo sempre in qualche modo presi, sussunti, aspirati, inglobati, dall'Altro e dal suo desiderio. Il nostro sguardo iniziale, il nostro affacciarci-a, è sempre mediato dall'Altro: dai suoi valori, dai suoi ideali, dalle sue Leggi, dalle sue visioni circa l'esistenza. Quest'assunto, ovvero il riconoscimento della precedenza di un-Altro prima del soggetto, di un soggetto come soggetto *ex post*, è, come abbiamo visto, qualcosa che vale ad un triplice livello: genitoriale, sociale, ontologico/naturale.

Vi è sempre un-Altro che precede il bambino, la cui condizione di partenza è di essere un oggetto-in-mano-a. Il mondo è sempre abburattato attraverso gli ideali e le rappresentazioni di un-Altro. Per questo il bambino sperimenta sin da subito un sentimento d'inferiorità. Non solo a causa della naturale condizione di *Hilfflos*, ma anche – e soprattutto – per via di un-Altro che stabilisce cosa è e cosa non è. Dal suo riconoscimento e dai suoi eventuali progetti, dipenderà e penderà una probabilità. L'essenza, precederà l'esistenza.

Ma come abbiamo avuto modo di vedere, non è solo questo. L'Altro non è da intendersi solo come soggetto-genitoriale, ma anche come società o ente di natura. Anche la società, infatti – così come i genitori e la natura –, rappresenta un-Altro che precede il soggetto; che precede la sua possibilità di essere *un* soggetto. La sua decisione *tecnica* è indiscutibile. Non si contesta; se non nelle solite farse. La sua è un'operazione di instillazione della speranza, cioè del niente. Un modo per acquietare le spinte personali, i suoni reboanti dei sovvertimenti. La vita è ridotta ormai ad un'attesa di revisione, ad una preparazione infinita al “domani, cioè, semplicemente, ad un altro oggi” (Sartre, 2014, p. 212).

E infine la natura, il Soggetto. In effetti, come abbiamo sostenuto, il soggetto-umano altro non è un oggetto in mano al Soggetto della natura. La natura è ciò che scavalca, lascia dietro, pone una

distanza irrecuperabile con tutto il resto. È – seguendo Eraclito – la stessa per tutti. È ciò che è al di là degli dei e degli uomini; perché essa “sempre era, è, e sarà” (Eraclito in Galimberti, 2019, p. 289). Non è opera di nessun dio; di nessun uomo. E in questo senso l'essere umano, la sua giustizia, si misura in rapporto ad essa. Rispetto al suo essere a-partire-da; dal suo essere un essere che considera, che *si* considera parte, una parte che in quanto tale partecipa e non domina. Ma tale è la sua inferiorità, l'incapacità di accettarsi come essere finito, destinato-a, scavalcato dalla natura e dalla morte, che i ruoli sono stati ribaltati. L'uomo è finito in un'inversione, un moto illusorio; un'invenzione chiamata *Occidente*.

Se le cose stanno così, se il soggetto-umano è sempre anticipato, scavalcato, inglobato dall'Altro, risulta evidente come il concetto di libertà vada ripensato. Può la libertà, stando a ciò che abbiamo detto, essere considerata una pura trascendenza? Un poter-essere sempre e comunque? Una sempiterna apertura? Un imperituro movimento in avanti? Considerarla tale, significherebbe fornire della libertà, solo una versione retorica; un'esaltazione idealistica che non corrisponde al Reale. La libertà non può considerarsi *solo* come progetto; attuazione certa di un'ideazione. Restare in questi termini, significherebbe l'eliminazione o la mancata considerazione dei tre livelli di cui sopra. Escluderebbe dal discorso circa la *conoscenza dell'uomo* la presa mortifera o mortificante dell'Altro. A questo punto dovremmo considerare l'uomo come un *Ens causa sui*. Un prodotto fabbricato da sé, albergato in una gabbia, una teca di vetro, una bolla al riparo dalle influenze esterne, e non è così: perché come ricorda Sartre, il bambino nasce all'interno di un mondo “*già significante*” (Sartre in Recalcati, 2021, p. 69), indipendente dalla sua scelta.

Ma allora? Ciò cosa significa? Che non esiste la libertà? Non proprio. Piuttosto, si tratta di ripensare il suo concetto a partire non da – come abbiamo appena detto – una mera e pura trascendenza, quanto da una ripresa. Nessuno di noi sceglie la mano iniziale. Nessuno di noi sceglie i propri genitori, il luogo di nascita, il Paese, i traumi. Nessuno di noi ha scelto di nascere e nessuno di noi è in grado di aggirare la morte. Dunque, se partiamo da qui, dal riconoscimento dell'influenza della grande Presa dell'Altro, possiamo – attraverso il nostro *potere creativo* – riprendere tutto questo. Ripescare il passato che non abbiamo scelto e ci ha influenzato – nel bene e nel male – e rimodellarlo; riplasmarlo, incanalarlo, modificarlo, curvarlo, ripiegarlo, circoscriverlo, spezzettarlo. Prenderne il buono e lasciare il marcio. O meglio, prendere il marcio e farne una commestibilità.

È evidente, che se l'esistenza si fermasse nella morsa iattante dell'Altro, nel suo progetto *già-dato*, non vi sarebbe vita. La vita sarebbe impossibilitata a nascere; ad evolversi in una possibilità possibile. È ciò che si riscontra all'inizio di una psicoterapia, è ciò che il soggetto porta: un blocco. La persona è bloccata, non evolve, nel senso che è ferma all'Altro – alla sua colpa. Questa è una strada che giustamente Adler segnala come poco proficua, dal momento che i genitori

potrebbero “appellarsi, a loro volta, agli errori dei propri genitori, e così via per generazioni” (Adler in Ansbacher, 1997, p. 378). Non la finiremmo più.

La strada, dunque, deve necessariamente essere diversa, e la psicoterapia offre un’occasione. Se da una parte, chiaramente, è importante se non indispensabile, ripassare per le vie tortuose dell’infanzia, per i dolori, le sofferenze, le mancanze dei nostri genitori, dall’altra parte è fondamentale convertire tutto questo – il discorso dell’Altro: genitori, società, natura – nel punto di partenza. Il lavoro, deve essere quello di un ri-centramento. Un sospendere il giudizio per riportare al centro la persona, la sua parola. Un ri-passare per quelle vie, non per farne – seguendo ancora Adler – la *scusa* (1967), ma la più grande qualità; un saldo punto di forza. Trasformare il *difetto* in un *effetto*. Mischiare le carte attraverso un sovvertimento dell’eredità dell’Altro – mediante una sua conversione. Si tratta di riplasmare il sintomo ricevuto dall’Altro, facendone fondamento del nostro desiderio.

Detto in altri termini, la psicoterapia offre una possibilità: quella di rileggere la nostra storia, per poter fare, di ciò che abbiamo ricevuto dall’Altro, non l’ultima parola, ma qualcosa d’Altro. È questa, in fondo, una versione accettabile e realistica della libertà: non pura trascendenza, quanto possibilità di convertire il sintomo ereditato dall’Altro in un movimento; in un moto verso Altro. In questo senso la psicoterapia concede, se non la felicità, almeno la sua chance.

Bibliografia

- Adler, A. (1967). *Prassi e teoria della psicologia individuale*. Astrolabio.
- Adler, A. (1994). *La conoscenza dell’uomo*. Newton Compton.
- Ansbacher, H.L. & Ansbacher, R.R. (1997). *La psicologia individuale di Alfred Adler*. Psycho-G. Martinelli.
- Ehrenberg, A. (2010). *La fatica di essere se stessi*. Einaudi.
- Galimberti, U. (2018). *Nuovo dizionario di psicologia*. Feltrinelli.
- Galimberti, U. (2019). *Il tramonto dell’Occidente*. Feltrinelli.
- Maiullari, F. (2013). *L’inferiorità e la compensazione. Principi di analisi adleriana per il terzo millennio*. Mimesis.
- Nietzsche, F. (2017). *La gaia scienza*. Theoria.
- Orgler, H. (1970). *Alfred Adler e la sua opera. Il trionfo sul complesso di inferiorità*. Astrolabio-Ubaldini.
- Parenti, F. (1983). *La psicologia individuale di Alfred Adler*. Astrolabio-Ubaldini.

Recalcati, M. (2021). *Ritorno a Jean-Paul Sartre. Esistenza, infanzia e desiderio*. Einaudi.

Sartre, J.-P. (2019). *La nausea*. Einaudi.

Schopenhauer, A. (2013). *Il mondo come volontà e rappresentazione*. Einaudi.

Schopenhauer, A. (2017). *Parerga e paralipomena*. Adelphi.

Shulman, B.H. & Mosak, H.H. (2008). *Manuale per l'analisi dello stile di vita*. FrancoAngeli.

Il caso di Valentina: l'apprendimento di compensazioni negative e positive di *Clementina Pizza**

ABSTRACT (ITA)

Il caso clinico presentato tratteggia una donna dalla personalità timorosa e sottomessa, artificio appreso per avere il controllo e il dominio sul mondo circostante. La persona è arrivata in terapia proprio perché le compensazioni attuate per il superamento del sentimento di inferiorità sono risultate fallimentari, al punto da generarle ansia e angoscia per il suo futuro senza uscita. Proprio il timore della trascuratezza emotiva induce la paziente a creare molteplici “artifici” psichici, in virtù dei quali possa negare a se stessa il proprio disagio interiore e recitare la parte di colei che “è capace”. Tale processo mentale è naturalmente in larga misura inconscio, intervallato spesso da fulgenti illuminazioni che riferisce la paziente stessa, sin dalle prime sedute.

Parole chiave: sentimento d'inferiorità, compensazione, paura, finzioni, dipendenze emotiva

Valentina's case: l'apprendimento di compensazioni negative e positive by *Clementina Pizza*

ABSTRACT (ENG)

The clinical case depicts a woman with a fearful and submissive personality, an artifice learned to have control and dominion on the surrounding world. The person has arrived in therapy precisely because the compensations made for the overcoming of the feeling of inferiority have proved to be bankrupt, to the point of generating anxiety and anguish for her future without exit. Precisely the fear of emotional neglect induces the patient to create multiple psychic “artifices”, through which she can deny her own inner discomfort and recite the part of the person who is “capable”. This mental process is, of course, largely unconscious, often interspersed with radiant illuminations that the patient herself refers to, from the first sessions.

Keywords: inferiority feeling, compensations, fear, fictions, emotional dependence

* CRIFU

1. Sentimento inferiorità

1.1 Senso e complesso di inferiorità

Un bambino che si affaccia alla vita si trova in una condizione di inferiorità ed è proprio dal sentimento di insufficienza, di insicurezza, che deriva l'impulso a realizzarsi un fine per la propria esistenza. Sin dall'infanzia il fanciullo ha interesse ad attirare l'attenzione dei propri genitori per dominare l'ambiente. Le sue piccole dimensioni, la debolezza la mancanza di capacità di auto appagarsi, le grandi piccole mancanze sono tutte cause che lo spingono a sviluppare la propria forza. Il bambino costruisce di continuo nel vuoto del futuro, incalzato da una necessità impellente di superamento. Spesso organi malati, educazione viziante o l'incuria spingono i bambini a perseguire mete che sono in contrasto con il benessere del singolo e con l'evoluzione dell'umanità. Il bambino nel suo primo tentativo di adeguarsi all'ambiente adotta un comportamento creativo; questo adeguamento, che è differente da caso a caso, genera un movimento, che ha come scopo, una meta di sicurezza e di superamento. Però non tutte le forme di vita fanno un uso corretto di questa evoluzione e può accadere che se ne ostacoli il corso.

Il senso d'inferiorità che è presente in tutti gli uomini, genera nel soggetto il desiderio di avanzare e si palesa nelle tempeste della vita abbastanza chiaramente quando si trovano dinanzi a prove difficili. Osservando il quadro completo delle sue manifestazioni emerge lo stile di vita dell'individuo, unitario in ogni circostanza dell'esistenza. Però non si può non notare nella ribellione, nell'ira o nel disprezzo uno stile di vita particolarmente attivo, che si impone il traguardo della superiorità, stimolato dal senso di inferiorità. Invece al contrario stili di vita con linea di arretramento dal problema aborrito, può generare nevrosi o psicosi e atteggiamenti masochistici. Nella preparazione ad affrontare i problemi della vita è molto spesso caratterizzata dalla mancanza di senso sociale o di cooperazione o di umanità. Dinanzi a un problema, dunque, questa preparazione inadeguata fa mostrare l'inferiorità fisica e psichica della persona. I sentimenti di inferiorità si manifestano non solo nel carattere, ma anche nel movimento, nell'atteggiamento e nei pensieri dell'individuo; i modi attraverso i quali si esprime un senso di inferiorità esaltato dalla mancanza di senso sociale, appaiono a pieno titolo quando si manifesta un problema. La prima causa di insuccesso è la persistenza di uno stato di shock, che si accompagna al tentativo di alleggerirsi da una situazione pesante creata dal forte senso di inferiorità, con una aspirazione incessante a porre fine alla condizione di *minus*.

Paura, timidezza, pessimismo, sono tutti stati d'animo che si aggravano in forte misura dinanzi a prove importanti; nella nevrosi diventano sintomi patologici più o meno pronunciati. Anche il movimento dell'individuo subisce un rallentamento e costui non affronta il problema esistente,

preferendo rimanere nelle retrovie. In questi casi accanto al “sì” che accentua la pressione del sentimento sociale, e quindi della fiducia nella cooperazione con l’altro, viene però fatto sempre seguire da un “ma” che avendo una forza maggiore impedisce la guarigione. Questi tipi di personalità usano per esempio il senso di colpa per ostacolare la progressione (Adler, 1927). Da dove nasce il complesso di inferiorità partendo da un senso di inferiorità? Il complesso di inferiorità consiste nella continua presenza delle conseguenze del senso di inferiorità associata a una forte carenza di sentimento sociale. In particolare, si palesa in caso di organi menomati o di un’infanzia in cui si è convissuto con la sensazione di essere stati trascurati.

1.2 La paura – L’origine dal senso di inferiorità

Presupposto fondamentale degli stati emotivi è il sentimento di inferiorità e di insicurezza che spinge l’individuo a investire tutte le sue energie per agire. In questo modo la persona si protende verso la vittoria; l’esistenza di un avversario è essenziale, perché altrimenti non avrebbe senso di esistere la paura. Quei soggetti che non si ritengono capaci di realizzare il loro fine di prevalenza e quindi si sentono incerti, non rinunciano alla meta, ma al contrario raddoppiano i loro sforzi attraverso l’aiuto degli stati emotivi. Di conseguenza, l’individuo posto di fronte al sentimento di inferiorità, canalizzerà tutte le sue energie per affermare i suoi diritti che possono essere sia veri che presunti.

Tra le varie espressioni dell’emotività, in questo lavoro, ci si focalizzerà sull’angoscia o paura, dal momento che sarà l’elemento portante del vissuto emotivo del caso clinico che sarà presentato nel paragrafo successivo. È un’emozione molto importante nella vita di un individuo, poiché oltre ad essere separatrice può anche indurre a un legame con gli altri. Un fanciullo che si è trovato in uno stato di angoscia può ritrovarsi a uscire da una situazione e successivamente cadere in un’altra analoga allo scopo di sentirsi protetto. Quindi la persona non vuole esibire una diretta superiorità sull’ambiente ma al contrario una sconfitta. Ciò che all’apparenza potrebbe sembrare una devalorizzazione al contrario cela un’esigenza di superiorità e di predominio, perché nel fuggire da una situazione angosciante a un’altra cerca di acquistare le energie necessarie per affrontare il pericolo dal quale si sente minacciato, e superarlo. La paura e il terrore primitivo trovano entrambi la loro origine nell’assoluta mancanza di sicurezza e nella consapevolezza della propria debolezza e inferiorità nei confronti dell’ambiente (Adler, 1927). Il fanciullo da solo non ha le conoscenze necessarie per far fronte alle difficoltà della vita, e pertanto, non si può orientare da solo, e necessita dell’intervento di un’altra persona che sia in grado di colmare le sue lacune attraverso la guida e il sostegno.

Un supporto inadeguato nell'infanzia favorirà lo sviluppo di una persona ansiosa che tende la mano agli altri allo scopo di mantenere vivo l'interesse e la stima così faticosamente ottenuta. La tendenza di questi individui a ricercare l'appoggio nella vita di qualcuno nasconde però, il tentativo di creare un rapporto di dominio, come se l'altro fosse venuto al mondo allo scopo di aiutare le persone ansiose. Essi hanno perso la loro indipendenza e anche se ricercano la compagnia degli altri hanno però un sentimento sociale molto debole, perché attraverso la paura o l'angoscia, cercano di raggiungere una posizione di privilegio e di sottomettere gli altri al proprio dominio. L'angoscia è usata per esercitare un dominio sul mondo esterno e non per ottenere cooperazione.

1.3 Compensazioni

Il bambino sin dall'infanzia cerca di portarsi in una situazione di primo piano per ricevere l'interesse dei propri genitori e superare così il sentimento di inferiorità. Queste sono manifestazioni dettate dal sentimento di inferiorità che spingono il fanciullo ad autovalorizzarsi, allo scopo di dominare l'ambiente. Il fine ultimo si struttura dunque per consentire alla persona di sentirsi superiore e di elevare la propria personalità al punto di ottenere una vita che sia degna di essere vissuta. Le impressioni che derivano da questo fine guideranno le percezioni e ne conseguirà la canalizzazione dell'energia con la quale si accantoneranno alcuni ricordi e ne arriveranno degli altri. Le impressioni saranno il frutto di una scelta ispirata da un fine preciso. Sarà costante preoccupazione far fronte a qualsiasi evento, così da mantenere intatto lo scopo prescelto. A partire dalle impressioni si sposterà ogni cosa in una dimensione verso il mantenimento di un orientamento, nel caos della vita.

Il sentimento di inferiorità è strettamente correlato alla capacità di comprensione che il soggetto ha in età evolutiva. Il fanciullo può trovarsi dinanzi a situazioni tanto complesse, dalle quali ricavare valutazioni del grado di inferiorità e di insicurezza non prive di errore. Durante l'infanzia il sentimento del bambino è soggetto a continue variazioni fino a che esso non si consolida e si esteriorizza come stima di sé stesso. Quando ciò si realizza, si ha una compensazione, ovvero un compromesso nei confronti del sentimento di inferiorità, che determina poi lo sviluppo del fine ultimo. Quando i bambini restano traumatizzati dalle carenze affettive che hanno dovuto affrontare, finiscono per rinunciare a ogni tentativo di avvicinarsi all'ambiente. Si immaginano pertanto, di avere rapporti con un mondo ostile, con cui è impossibile comunicare.

2. Il caso clinico

Valentina ha 46 anni, vive a Milano, è diplomata in ragioneria ed è dipendente nell'ufficio contabilità di una società milanese. Inviata dall'U.O. Psichiatria tramite conoscenze interne all'ospedale, la struttura le ha riconosciuto due cicli di colloqui, sebbene non sia ritenuta una paziente psichiatrica. La donna ha chiesto supporto psicologico perché, usando l'espressione le *“briciole riempiono la mia vita”* vuole lavorare sulla sofferenza generata dall'accontentarsi.

I suoi genitori sono pugliesi, trasferiti per motivi di lavoro a Milano. Il padre di 71 anni è un ex carabiniere, ora pensionato, mentre la madre di 69 anni era assistente di poltrona presso uno studio dentistico. I genitori anche se piuttosto anziani, hanno un ruolo di riferimento significativo per Valentina. Schematici i tratti con cui la paziente li descrive: la madre è una donna insoddisfatta, si sente usata dalla città in cui è migrata e non si è mai integrata; ha poche amiche e si dedica solo ai sacrifici. Il padre invece è *“un pezzo di pane”* che si definisce ingenuo e riconosce l'importanza della moglie, perché lo mette davanti alle verità. Senza di lei si farebbe ingannare dagli altri. Valentina si sente complice del padre, poiché questi la coinvolgeva nelle uscite di piacere, chiedendole di mantenere il silenzio nei confronti della madre che non approvava il tempo dedicato alle uscite di svago.

È la primogenita, seguita da un fratello minore di 5 anni, del quale tiene solo a precisare *“mi ha lasciata sola per continuare a giocare a palla, quando gli avevo chiesto supporto per trovare una soluzione ai conflitti dei nostri genitori?”*. Il fanciullo aveva circa 10 anni all'epoca dell'episodio riportato dalla donna.

Valentina è separata dal 2017 dall'ex marito, Antonio, e dal loro matrimonio è nato un figlio di 7 anni ipoglicemico, con conseguente invalidità e riconoscimento dei diritti derivanti dalla legge 104 che le consentono l'assistenza. Dell'uomo riferisce che l'ha amato in modo assoluto accontentandolo, cercando di circondarlo il più possibile di affetto. Nel tratteggiare l'ex marito lo definisce ingombrante e in gruppo dice *“ha una personalità che emerge, perché esprime la sua opinione, talvolta interrompendo o ridicolizzando l'altro”*. Inoltre, riporta che è vendicativo e per questa ragione nasconde l'attuale relazione che ha con Gianluca, suo vicino di casa ed ex amico comune della coppia insieme all'ex moglie di quest'ultimo. Anch'egli è separato, ma entrambi, mantengono nascosta la relazione nata nel 2016, e si incontrano di nascosto *“scappando per alberghi”*, nonostante non siano più amanti. La signora era stata attratta dall'introspezione di Gianluca, ma dopo lo slancio iniziale e la separazione dalla moglie egli è stato assalito da demoni e dalla paura di apparire egoista e pertanto, non vuole uscire allo scoperto.

2.1 I primi ricordi

Dalla raccolta dei primi ricordi emergono vissuti di terrore primitivo. Il primo si riferisce a un'estate in cui all'età di 5 anni era stata lasciata dai nonni paterni in Puglia per trascorrere l'estate, mentre i suoi genitori erano ritornati a Milano per lavorare. In particolare, riferisce un episodio in cui il nonno sgridava lo zio che non andava a lavorare, mentre la nonna portava avanti i lavori faticosi. Valentina riporta un vissuto di angoscia e di ansia perché i suoi genitori non erano presenti.

L'ansia intrapsichica riportata dalla donna è una manifestazione del sentimento di inferiorità provato in quella situazione. Lo stato emotivo serve a proteggersi dalla consapevolezza del senso di inferiorità, dalla sensazione di sentirsi persi e quindi di non avere stima di sé e degli altri.

Nel secondo ricordo, all'età di 5 anni, accompagnava il padre a far visita ai parenti quando andavano in Puglia. In particolare, la signora aveva un cugino handicappato che urlava e la terrorizzava; per questo si rifiutava di accompagnare in visita suo papà. Nel corso del racconto la donna riferisce *“ingenuamente mi diceva ti tengo in braccio, tralasciando l'attenzione emotiva”*. Quando la donna li rimprovera del fatto che non si sia sentita protetta, la madre si giustifica dicendo che la verità va mostrata.

2.2 Il sentimento di inferiorità

La donna ha riportato sentimenti di insicurezza nel rapporto con l'ex marito, tant'è che con lui non si è mai esposta per la paura di sentirsi dire di avere un brutto carattere. Al contrario, con i genitori riferisce di riuscire a essere se stessa, perché l'errore viene tollerato e non si viene abbandonati. La signora non è mai stata completamente se stessa nel rapporto con il marito e si ripeteva spesso *“ma sì”* allo scopo di accettare le scelte che non condivideva. La paura è un'emozione che sottende molto spesso i racconti della signora e che nel suo caso, la unisce alle persone che la circondano. Teme che l'ex marito possa vendicarsi qualora scoprisse che ha una relazione con un loro ex amico comune. Questo timore le impedisce di apportare un cambiamento alla propria vita e assiste all'evolversi di quella degli altri. Ad esempio, Antonio dal canto suo ha intessuto una relazione con un'altra donna e convive con lei e la figlia di quest'ultima.

In un colloquio la donna stessa ammette che la sua sottomissione mira ad avere un controllo sulle azioni degli altri, facendo emergere così uno scarso sentimento sociale, mascherato però dalla tendenza a offrire soluzioni a chi la circonda, per ricevere in cambio interesse, e abbassare lo stato ansiogeno in cui la solitudine la getta.

La non curanza dei genitori per i suoi bisogni era stata probabilmente vissuta come un'umiliazione o addirittura come un annientamento della sua esistenza. La sua precedente esperienza le aveva provocato un sentimento di autosvalutazione, determinando lo sviluppo di un carattere nevrotico caratterizzato dal chiedere inconsciamente e coercitivamente a se stessa, di soddisfare tutte le aspettative degli altri non solo per meritare il diritto ad esistere, ma anche, per sentirsi amata ed apprezzata. L'errore del suo sforzo sta in questa coercizione, nell'idea che solo attraverso l'utilizzo della capacità si può ottenere qualcosa e non con la sola forza di volontà. La signora in uno dei suoi racconti riferisce che si sforzava di trovare una soluzione ai conflitti dei genitori con la speranza, vana, di ricevere, al termine, il riconoscimento dei bisogni al quale lei bramava. Il concetto di aver bisogno di guadagnarsi il diritto di vivere è nevroticamente errato, perché in realtà esso è innato, pertanto, non ci si deve guadagnare nulla essendo un dato di fatto. In merito la donna riporta di non aver creato limiti nel rapporto con l'ex marito perché tesa a dimostrare di essere una brava moglie.

I tratti del carattere della signora, come la paura, l'insicurezza, l'indecisione e l'obbedienza remissiva, sono frutto di idee di piccolezza o tendenza masochistica, derivanti dal sentimento di inferiorità provato.

Valentina rimane sottomessa all'ex marito, nonostante quest'ultimo conviva con un'altra donna, poiché teme che il lato vendicativo dell'uomo, mostrato quando questi, 15 anni prima, scoprì l'adulterio di un'amica del gruppo con un ragazzo della comitiva, possa palesarsi anche contro di lei, sottraendole l'affidamento del figlio, vista la sovrapponibilità delle due situazioni, la sua a quella degli amici fedifraghi. La tenuta della finzione è tenuta in piedi dalla locuzione "sì...ma" che dinanzi alle possibilità offerte dal terapeuta di omettere dettagli sulla propria relazione non essendo tenuta a dare spiegazioni, la paziente incolpa la madre di averla invitata a nascondersi, non assumendosi così, la responsabilità dei suoi comportamenti e resistendo in questo modo al trattamento con conseguente tenuta del blocco (Adler, 1927).

2.3 Le compensazioni attuate

Gli stratagemmi progettuali per sconfiggere o eludere le situazioni interiorizzanti sono esplicitati dalla donna stessa quando riferisce "*dinanzi a situazioni non controllabili, le forzavo offrendo soluzioni agli altri*". Svareti sono i ricordi che supportano questa lucida lettura autocritica. Il primo fra tutti sono i tentativi di mediazione che attuava durante l'adolescenza per ristabilire la pace in famiglia, afflitta dai conflitti, che culminavano anche con minacce di morte del nonno paterno contro i suoi genitori. Da giovane investiva tutte le sue energie nell'offrire loro soluzioni, invitandoli anche ad una terapia di coppia oppure a concentrarsi su di lei ed il fratello, allo scopo di vedere

finalmente la fine della trascuratezza dei suoi stati emotivi. Offrire aiuto agli altri è quindi la compensazione attuata dalla signora in vista di un premio finale mai raggiunto. Purtroppo, tutti i tentativi perpetrati sono stati vani, minando fallimento dopo fallimento, la sua autostima. Si è dinanzi a compensazioni negative che non raggiungendo il loro scopo, vanno a minare il senso di autoefficacia di Valentina, con conseguente blocco del suo sviluppo.

Si ricorda che la donna assistette al violento litigio nella casa del nonno provando un profondo vissuto di inferiorità, trascuratezza e abbandono. Nel corso della sua esistenza con focus particolare sull'ex marito, Valentina, per non cadere nel medesimo stato di smarrimento, riferirà: *“con lui non sono mai stata realmente me stessa”*. Compiacendo l'uomo evitava così litigi a fronte dei quali si sarebbe sentita persa. Accettava, senza chiedere spiegazioni o rimostranze, le grosse spese e finanziamenti richiesti per cambiare sovente moto o automobili, nonostante ciò contrastasse con i suoi valori. Si ripeteva *“ma sì Valentina”*, sottomettendosi alle decisioni dell'uomo, per evitare discussioni.

Sentirsi capace consente a Valentina di superare il sentimento di inferiorità e a tale fine, utilizza persino una seduta per trovare conferma dalla terapeuta di essere in grado di offrire la giusta soluzione a chi la circonda. Nel corso del colloquio, la signora racconta di aver suggerito all'amica indecisa di non far partecipare i figli al funerale del nonno, per evitargli la sofferenza che il lutto comporterebbe. Terminato il racconto, la signora chiede al terapeuta conferma della validità del suggerimento offerto. L'episodio porta alla luce la necessità di raccogliere la conferma di essere una brava figura di aiuto, e ricevendola da un professionista del supporto psicologico, avrebbe visto rinforzata positivamente una sua compensazione negativa. Con l'uso dello spazio e del tempo della seduta, Valentina mette alla prova la terapeuta. Troverà di nuovo conferma la sua sfiducia nell'altro, ingaggiato per prendersi cura della sua ferita? Quale grande delusione sarebbe stata non trovare comprensione per il suo vissuto emotivo, così tanto trascurato nel corso di tutta la sua esistenza? Se il terapeuta si fosse interessato alla sofferenza dell'amica, questo avrebbe suscitato la sua *“segreta paura di non valere nulla”*. L'episodio è stato usato in terapia per spostare il focus della donna sui suoi bisogni emotivi messi in secondo piano se ci si fosse concentrati sulla bontà del consiglio, dato ad una persona che in passato, Valentina riconosce di non aver tenuto conto dei suggerimenti che le aveva elargito.

Quella seduta ha rappresentato un punto di svolta nella terapia poiché le volte successive Valentina riporta un insight che le ha permesso di auto-osservarsi e prendere consapevolezza. Dice: *“Stavo trascurando anche mio figlio. Interrompevo il pranzo della domenica per rispondere alla chiamata di Gianluca, poiché ha a disposizione solo pochi minuti per sentirmi. Mi sono vista da fuori e non voglio più togliere del tempo alla mia creatura”*.

2.4 I sogni

Il sentimento d'inferiorità provato dalla donna senza il supporto della sua famiglia, che rievoca la profonda solitudine e il senso di angoscia del primo ricordo, è nel seguente sogno perfettamente rappresentato: *“Ho sognato la casa dei miei genitori in disordine. Avevano deciso di partire improvvisamente e trovavo nel lavandino sporco un maccherone. I miei mi avevano comunicato di essere in partenza, ed io mi sentivo disperata”*. Le sue associazioni libere si focalizzano sulla sporcizia e sulla pasta emersi nel sogno. Entrambe rappresentano il lato pratico sul quale i suoi genitori si sono concentrati maggiormente nel corso della loro vita, la pulizia e il rispetto delle tradizioni con il pranzo della domenica, andando però così a trascurare i suoi bisogni emotivi. Il modello educativo originario aveva quindi creato una grande sofferenza che aveva cercato di compensare con la ricerca del proprio benessere, avvalendosi però di appoggi esterni, nello specifico, la famiglia dell'ex marito. Ciò dimostra che non possiede un grado di autonomia e di autostima tali da allontanarsi dal modello genitoriale creando compensazioni positive proprie, perché riferisce *“quando mi allontanavo dai loro schemi venivo giudicata”*. Lo slancio verso l'autonomia ha quindi subito rinforzi negativi che l'hanno costretta ad avere bisogno di un sostegno, per poterli realizzare. Infatti, ricorda, *“la mia ex suocera mi dava grosse concessioni”*. La famiglia di Antonio era contrapposta a quella di origine; l'ex marito sperperava molto denaro, supportato anche dall'aiuto economico dei genitori, e nonostante notasse le grosse uscite, a volte anche per motivi futili, lasciava passare. Ma ora la donna, che non ha un compagno accanto riferisce *“mi sento senza un nucleo”* e cosa accadrebbe se dovesse verificarsi ciò che le è apparso in sogno? I genitori nella storia della paziente sono stati l'unico supporto per affrontare le difficoltà della vita, come per esempio nella gestione del figlio malato di ipoglicemia, al punto da escludere l'ex marito dall'adempimento dei propri doveri di padre. Ora però sono anziani e il sogno getta una luce sul futuro che l'attende e su come si sente dinanzi alla dipartita finale dei suoi genitori, purtroppo persa e sopraffatta dal sentimento di inferiorità (Maiullari et al., 2019).

2.5 Trattamento

Il percorso è durato quattro mesi, ma seppur per un breve periodo, si è impostata una terapia supportiva che ha permesso di apportare alcuni piccoli cambiamenti nella vita della donna, oltre ad assistere ad un accresciuto desiderio di mettersi in gioco, nonostante le angosce e il senso di inadeguatezza che l'apertura al nuovo comportasse.

Si è fatto leva su compensazioni positive che spingessero la signora ad impegnare il proprio tempo per sé stessa, essendo troppo dedita all'accudimento degli altri. L'ossessione per il

compagno ha trovato terreno fertile nel lungo periodo di isolamento da Covid, ma le riaperture favorite dal periodo estivo hanno incentivato l'incoraggiamento alla ripresa della vita sociale, con l'organizzazione con le colleghe di aperitivi e altri momenti di relax.

Nel corso delle settimane Valentina, dopo essersi accorta di trascurare il proprio aspetto fisico, ha avviato un piano di attività sportiva e di dieta per rendersi più piacevole. La maggiore sicurezza acquisita con la ritrovata forma fisica e la maggior cura del vestiario l'hanno fatta notare e raccogliere gli apprezzamenti dei numerosi corteggiatori che le gravitavano intorno. Per l'esiguo numero di relazioni amorose avuto in passato, la signora si sentiva inferiore ad altre donne di maggiore esperienza in ambito sentimentale, ma dopo aver condiviso in seduta l'inutilità del *curriculum* per sentirsi adeguata accanto all'uomo che si ama e con il quale si deve essere sé stessi, ha intensificato le chat di *dating*, uscendo di sovente con diversi uomini e approfondendone la conoscenza davanti a un caffè o a un aperitivo. Nei colloqui individuali si faceva una valutazione dei vari corteggiatori elencando pregi e difetti, desideri e paure derivanti dai vari appuntamenti. Indipendente dall'esito degli incontri, erano ottime possibilità per misurarsi con il mondo maschile, sentirsi apprezzata e uscire dalla bolla di isolamento in cui l'attuale relazione d'amore, ormai a un punto morto, la teneva bloccata.

Con l'avanzare della consapevolezza riguardo alla sua relazione affettiva, si osserva l'investimento delle sue energie e del suo tempo nella componente più fruttifera e utile della vita. Tra questi in ambito lavorativo la signora riferisce di "*voler mettere di più la testa*" nelle attività che deve svolgere, accorgendosi, inoltre, che tenendosi impegnata il suo pensiero ossessivo per Gianluca si attenua.

I litigi gettavano la donna nell'angoscia primaria abbandonica che si manifestava con un iniziale dolore di stomaco per concludersi con la defecazione. Dei conflitti dai quali è stata afflitta a partire dai primi ricordi è stata fatta una rilettura che andasse ad ampliare le convinzioni costruite sino ad allora, ripercorrendo il linguaggio del corpo, espresso attraverso le sensazioni provate. In particolare, il dolore iniziale allo stomaco causato dalla tensione, si trasformava in defecazione e, focalizzando l'attenzione su quest'ultima fase, la signora riporta la sensazione di benessere lasciata, attribuendo quindi alle discussioni un significato nuovo, come la possibilità di togliersi qualcosa di indigesto appunto, che una volta eliminato, fa sentire meglio.

3. Conclusioni

Il breve percorso della signora ha permesso di svelare la ricorsività delle situazioni in cui si ritrova e che hanno come fine ultimo l'ottenimento della protezione, in particolare del padre. Questi nei primi ricordi non aveva accolto il bisogno di comprensione e supporto nei confronti del cugino disabile, poi offerti per l'accudimento del figlio malato, sostituendosi ai doveri che avrebbe dovuto espletare invece l'ex marito. È un continuo gioco di trascuratezza da parte delle figure maschili che la circondano, perché solo così ha appreso la possibilità di sentirsi vista dal padre, superando quel senso di smarrimento in cui tali situazioni la gettano, ma impendendo la crescita e il movimento della sua vita, per portarsi con le sue forze al di fuori di una situazione di *minus*, alimentando così la stima di sé.

Il supporto del terapeuta ha previsto l'impiego degli strumenti terapeutici adleriani per far emergere gli stati angoscianti tenuti nascosti e farli esplodere intorno a possibilità nuove che potessero liberare il campo d'azione verso il lato utile della vita, con l'investimento delle energie in ambiti vitali sino a quel momento tralasciati.

Bibliografia

- Adler, A. (1912). *Über den nervösen Charakter*. Bergmann. Tr. it. *Il temperamento nervoso*. Astrolabio. 2003.
- Adler, A. (1927). *Menschenkenntnis*. Hirzel. Tr. it. *La conoscenza dell'uomo*. Newton Compton. 1994.
- Adler, A. (1933). *Der Sinn des Lebens*. Passer. Tr. it. *Il senso della vita* (P.L. Pagani, introduzione). Newton Compton. 1997.
- Ansbacher, H.L. & Ansbacher, R.R. (1956). *The Individual Psychology of Adler*. Harper & Row/Torchbooks. Tr. it. *La Psicologia Individuale di Alfred Adler*. Martinelli. 1997.
- Ellenberger, H.F. (1970). *The Discovery of the Unconscious. The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*. Basic Books. Tr. it. *La scoperta dell'inconscio. Storia della psichiatria dinamica*. Bollati Boringhieri, 1972.
- Liggi Ferbelli, A. (2007). *Il finalismo causale (Dispensa)*. Istituto Alfred Adler di Milano.
- Maiullari, F., de Adamich, B. & Fracapane, M. (2019). Il finalismo del sogno nella psicologia individuale di Alfred Adler. *Riv. Psicoterapia e scienze umane*, 26, 599-624.
- Pagani, P.L. (2000). Discorso sulla Psicologia Individuale e sull'eclettismo. *Riv. Psicol. Indiv.*, 48, 21-39.

Pagani, P.L. (2003). *Piccolo lessico adleriano (Dispensa). Dizionario argomentato dei lemmi e delle locuzioni della Psicologia Individuale*. Istituto Alfred Adler di Milano.

Parenti, F. (1981). *Adler dopo Adler. Teoria generale adleriana, lineamenti di psichiatria dinamica e tecniche di analisi, (Dispensa)* (P.L. Pagani, con la collaborazione di). Istituto Alfred Adler di Milano.

Slavin, M.O. (2016). Relational Psychoanalysis and the Tragic-Existential Aspect of the Human Condition. *Psychoanalytic Dialogues*, 26, 537-548.

Stern, D.N. (2004). *The Present Moment in Psychotherapy and Everyday Life*. Norton.

Ipotesi sull'origine del pensiero adleriano: analisi del retroterra religioso ebraico di *Aurelio Calcagno**

ABSTRACT (ITA)

Nel presente lavoro si vuole indagare il rapporto di Alfred Adler con la sua ebraicità. Le sue opere, la letteratura scientifica, le varie fonti biografiche a nostra disposizione poco o nulla ci dicono al riguardo. Attraverso l'analisi dei principali costrutti adleriani ed il loro confronto con alcuni elementi della fede ebraica si è cercato di rintracciare questo presunto rapporto. Della conversione di Alfred Adler dall'ebraismo al protestantesimo avvenuta nel 1904 non conosciamo con esattezza le ragioni. La spiegazione ufficiale è che, secondo lo stesso autore, attraverso il cristianesimo meglio si potevano realizzare le istanze umanitarie di cui egli si faceva portatore. Le difficoltà finanziarie del padre di Adler, un commerciante ebreo, portarono al dissesto economico dell'intera famiglia. Tutto ciò ha avuto un'influenza nella scelta di Adler di abbandonare la fede ebraica? Nel presente lavoro cercheremo di rinvenire la presenza di un approccio ebraico all'esistenza da parte di Adler.

Parole chiave: Adler, ebraismo, psicologia individuale, polisemia, analisi adleriana

Hypothesis on the origin of Adlerian thought: analysis of the Jewish religious background by *Aurelio Calcagno*

ABSTRACT (ENG)

In this paper we want to investigate the connection between Alfred Adler and his Jewishness. His works, the scientific literature, the various biographical sources at our disposal tell us little or nothing about it. Through the analysis of the main Adlerian constructs and their comparison with some elements of the Jewish faith, it has been attempted to trace this alleged relationship. We do not know the exact reasons for the conversion of Alfred Adler from Judaism to Protestantism in 1904. The official explanation is that, according to the author himself, through Christianity the humanitarian requests he made himself the bearer could better be realized. The financial difficulties of Adler's father, a Jewish merchant, led to the economic disruption of the entire family. Did all this have an influence on Adler's choice to abandon the Jewish faith? In this work we will try to find the presence of a Jewish approach to existence in Adler's worldview.

Keywords: Adler, Judaism, individual psychology, polysemy, Adlerian Analysis

* CRIFU

1. Biografia di Alfred Adler

1.1 Vita

Il materiale biografico riferito ad Alfred Adler è prevalentemente rintracciabile su quattro biografie, rispettivamente ad opera di Manes Sperber, Hertha Orgler, Phyllis Bottome e Carl Furtmüller (Marasco, 2012).

Alfred Adler nacque il 7 febbraio 1870 in un sobborgo di Vienna (Rovera, 2016) da una famiglia di modeste condizioni economiche. I suoi genitori, Leopold e Pauline, erano commercianti ungheresi di religione ebraica. Essi dovettero affrontare un'importante crisi finanziaria, che solo successivamente poté essere arginata grazie all'iniziativa del fratello maggiore di Adler (Sigmund). Il padre di Adler era infatti un piccolo commerciante di cereali che ad un certo punto andò incontro ad un grosso dissesto economico. A seguito di tale crisi, Alfred, secondo di sei fratelli, si trasferì all'età di sette anni con tutta la sua famiglia nel quartiere ebraico di Leopoldstadt.

La tradizione ebraica può, molto genericamente, essere divisa in due grandi tronconi principali: i Sefarditi e gli Ashkenaziti. I primi provenienti dalla penisola iberica, i quali presentano tradizioni culturali proprie e adottano una lingua chiamata *ladino*. I secondi, invece, stanziati nell'Europa dell'est, anch'essi con una propria tradizione culturale autonoma e contraddistinti dall'utilizzo della lingua *Yiddish* (Cipriani, 2020). Molto verosimilmente, la famiglia di Adler si rifaceva alla tradizione ebraica Ashkenazita, considerando la loro ubicazione geografica e l'utilizzo della lingua tedesca, molto simile all'Yiddish (che è una sorta di dialetto germanico scritto con caratteri dell'alfabeto ebraico).

All'età di nove anni Adler fu iscritto allo *Sperlgymnasium*, frequentato anche da Sigmund Freud.

Alfred Adler fu sin da bambino segnato da una salute cagionevole e visse l'esperienza del lutto di un fratello deceduto in tenera età.

Nel 1888 si iscrisse alla Facoltà di Medicina all'Università di Vienna, dove si laureò nel 1895 (Marasco, 2012). Adler conseguì la laurea in Medicina e si specializzò in Neuropsichiatria, prestò inoltre servizio militare presso l'Ospedale militare di Presburg dell'esercito ungherese.

Negli anni della sua gioventù si appassionò anche alla politica, propugnando ideali socialdemocratici ed interessandosi alle problematiche femminili.

Nel 1897 Adler sposò Raissa Epstein, che da Mosca era venuta a studiare biologia all'Università di Zurigo (Rovera, 2016).

Nel 1904, unitamente alle figlie Valentine e Alexandra, Adler si convertì dalla religione ebraica al cristianesimo, battezzandosi nella chiesa protestante di Dorotheergasse, in quanto egli credeva che in questa religione meglio si potevano realizzare le istanze umanitarie da cui era mosso.

Nel 1916 venne richiamato in servizio nell'esercito austro-ungarico come medico militare. Nel 1926 venne nominato professore dell'Istituto Pedagogico di Vienna (Marasco, 2016). Nel 1934 si trasferì con tutta la famiglia negli Stati Uniti d'America a motivo della persecuzione nazista verso la "razza ebraica". Negli Usa gli fu offerta la possibilità di dedicarsi all'insegnamento universitario (Pagani, 2012). La sua morte avvenne il 28 maggio 1937 ad Aberdin in Scozia, a causa di una crisi coronarica. Lì si era recato per prendere parte ad un ciclo di conferenze, nonostante il suo stato di salute fosse già cagionevole.

1.2 Pubblicazioni e attività scientifica

Una volta conseguita la laurea in Medicina e ottenuta la specializzazione in Neuropsichiatria, Adler scrisse degli articoli tra i quali compare il *Manuale per la salute dei sarti*, del 1898 (Rovera, 2016). Nel 1902 egli entrò in contatto con Sigmund Freud e aderì al primo dei gruppi di psicoanalisti.

Nel 1907 pubblicò il libro *Studio sull'inferiorità organica e sull'omosessualità* (Rovera, 2016).

Nel 1910 Freud raccomandò Adler quale presidente della Società Psicoanalitica viennese.

Nel 1911, tuttavia, le divergenze tra Freud ed Adler diventarono insanabili, soprattutto dopo numerose discussioni inerenti i concetti di "protesta virile" e "istanze aggressive". Così Adler, insieme a Furtmüller e ad altri sei membri della Società Psicoanalitica viennese, fondò inizialmente la Società per la Libera Psicoanalisi e, successivamente, la Società per la Psicologia Individuale Comparata (Rovera, 2016).

Nel 1912 Adler pubblicò il suo secondo libro dal titolo: *Il temperamento nervoso*, mentre tra il 1913 ed il 1914 uscì un volume intitolato *Formare e guarire*, il quale costituisce il primo manuale di Psicologia Individuale.

Intorno al 1916, una volta inviato come medico militare al reparto neuropsichiatrico degli ospedali di Sommering e di Cracovia, Adler scrisse una serie di saggi sui seguenti temi: *Nevrosi di guerra*, *Bolscevismo* e *Contro la violenza* (Rovera, 2016).

Nel 1920 uscì il libro *Prassi e teoria della Individual-Psicologia*, mentre nel 1927 diede alle stampe la *Conoscenza dell'uomo*.

Nel 1933 uscì ad Amburgo il *Senso della vita*. Nello stesso anno Alfred Adler e il pastore luterano Ernst Jahn scrissero insieme un libro su *Religione e Psicologia Individuale*.

Infine, nel 1934-1935, Adler fondò negli Stati Uniti il *Journal for Individual Psychology*.

1.3 Matrice culturale ufficiale

Come rileva Rovera (2016), non è facile distinguere in modo univoco quale sia stata la matrice culturale che abbia influenzato il pensiero di Alfred Adler. Soprattutto non è facile individuare quale sia stato il processo di tale influenza culturale: diretto oppure indiretto? È opinione del sottoscritto che molto, nella formazione del pensiero scientifico di Adler, abbia giocato il retroterra religioso e sociale ebraico, attraverso un lento processo di osmosi culturale. In ogni caso, resta doveroso procedere secondo fonti ufficiali, delegando le ulteriori speculazioni ai passaggi successivi del presente lavoro.

Sicuramente la Psicologia Individuale adleriana molto deve all'incontro con Freud e con la sua Psicoanalisi. Ulteriori contributi devono rintracciarsi nella filosofia di Leibniz, per l'unità indivisibile dell'uomo, e nel pensiero kantiano per gli aspetti pratico-antropologici ed etico-morali (Rovera, 2016).

Vi sono inoltre impronte di Bachofen per ciò che riguarda le concezioni di “protesta virile” e “senso comunitario”, e di Nietzsche per il concetto di “volontà di potenza”. Queste, d'altronde, sono solo alcune delle principali influenze culturali che vengono attribuite al pensiero di Alfred Adler.

Verranno nel prosieguo considerati i costrutti adleriani che rappresentano un ponte ideale tra la presunta osmosi culturale ebraica ed il suo pensiero maturo ed ultimo. Tenuto presente che la letteratura scientifica disponibile poco o nulla ci dice del rapporto tra Adler e la sua ebraicità.

2. Concetti di psicologia individuale comparata

2.1 Determinismo psichico e finalismo psichico

Come rileva Gabbard (2015), l'approccio psicodinamico accoglie il principio del determinismo psichico, in base al quale la nostra vita cosciente ed il nostro comportamento sarebbero in gran parte il prodotto di forze inconsce in relazione dinamica tra loro. L'inconscio è una sorta di contenitore di eventi ed esperienze passate, che lasciano una traccia stabile nella nostra memoria influenzando il nostro sviluppo come individui. È Sigmund Freud a fondare con la Psicoanalisi il paradigma del determinismo psichico, attraverso l'analisi dell'inconscio. Freud ritiene che il bambino (Gabbard, 2015), nel proprio percorso verso la maturità, attraversa tre principali fasi dello sviluppo psicosessuale: orale, anale e genitale. Ognuna di queste è associata ad una particolare zona corporea, nella quale la libido, cioè l'energia sessuale del bambino, è concentrata. Lo sviluppo della personalità, in base alla seconda topica freudiana, porta all'organizzazione di tre

istanze nella psiche del soggetto: l'Es ove risiedono le pulsioni sessuali ed aggressive innate; l'Io che si sviluppa in funzione della soddisfazione di tali pulsioni in accordo con le esigenze della realtà; il Super-Io che si sviluppa con l'interiorizzazione dei valori e delle norme veicolati dall'esterno.

Il senso del lavoro terapeutico in base alla Psicoanalisi freudiana è quello di “rendere conscio l'inconscio”, mediante diverse tecniche: l'interpretazione dei sogni, le libere associazioni, la relazione terapeutica (con l'analisi del transfert e del controtransfert).

Con Adler, il principio del determinismo psichico freudiano viene letteralmente ribaltato in un nuovo paradigma: quello del finalismo psichico. Tale principio è posto da Adler a fondamento della sua linea teorica: la Psicologia Individuale Comparata. In essa l'immagine che della personalità viene creata è di tipo unitario (Adler, 1967). Vi è pertanto una linea che unisce tutti i fenomeni psichici di un individuo, la quale segue una meta prestabilita. Secondo Adler, infatti, “non siamo in grado di pensare, di sentire, di volere, di agire senza avere in mente una meta” (Adler, 1967). Questa meta finale nasce in ognuno di noi consciamente o inconsciamente, non venendo mai compresa a pieno. Tutti i movimenti parziali dei nostri processi psichici, dunque tutte le mete preliminari che creiamo (consapevolmente o meno) sono destinati a cadere ed a seguire un'unica meta fittizia che orienta il nostro piano di vita. Tra queste mete (e questi movimenti) parziali vi è convergenza verso l'unica meta fittizia. Dunque il nostro organismo, sia in caso di malattia che nel pieno stato di salute, obbedisce a questo principio teleologico. Ciò che distingue la persona affetta da psicopatologia dalla persona sana, è che la prima ha una maggiore tendenza alla sicurezza. La meta di superiorità presente nell'individuo lo porta a sentirsi simile a Dio. Questo desiderio di superiorità spinge il soggetto a scontrarsi con la realtà nel procurarsi maggiori sicurezze per la propria personalità, si può determinare così uno stato di disagio e di malattia psichica. Vedremo meglio nel paragrafo successivo questo aspetto, considerando le due istanze adleriane innate: “volontà di potenza” e “sentimento sociale”.

2.2 Volontà di potenza e sentimento sociale

Adler riconosce nell'essere umano due istanze fondamentali: la “volontà di potenza” ed il “sentimento sociale”.

“La volontà di potenza è un'energia che indirizza l'uomo, sia a livello conscio sia inconscio, verso obiettivi d'innalzamento, d'affermazione personale, di confronto competitivo o almeno d'autoprotezione ai fini della propria sopravvivenza” (Pagani, 2003). “Il sentimento sociale è il bisogno insito in ogni uomo di cooperare e di partecipare emotivamente con i propri simili” (Pagani, 2003). È stato grazie all'interazione tra queste due istanze che l'uomo ha potuto costruire

una civiltà e raggiungere dei risultati importanti. Entrambe queste forze direttrici hanno consentito alla comunità umana di soddisfare le seguenti esigenze: autoaffermazione, sopravvivenza, organizzazione sociale, sostegno reciproco, adattamento all'ambiente, organizzazione del lavoro, valorizzazione delle attitudini e dei requisiti personali, cooperazione a vantaggio dell'intera specie umana, ecc.

Il campo d'azione della "volontà di potenza" si estende ai vari settori della vita: affetto, lavoro, socialità; essa si serve di dominio o conservazione per finalità di potere.

La locuzione "volontà di potenza" è stata da Adler mutuata da Nietzsche (*der Wille zur Macht*), anche se ne ha attribuito un significato differente. Per Nietzsche, infatti, la "volontà di potenza" è "un'energia fondamentale, lontana da strutturazioni di tipo moralistico, capace di sovrintendere a tutti i comportamenti umani, condizione irrinunciabile di abnegazione e coraggio" (Pagani, 2003). Questa energia viene usata sia come meccanismo di attacco che di difesa.

Quanto al sentimento sociale esso ha consentito all'uomo la suddivisione del lavoro, permettendo ad ognuno di cooperare nella comunità in modo differenziato in base alle proprie specifiche.

2.3 Inferiorità e compensazione

Come rileva Maiullari (2013), il termine inferiorità è generalmente riferibile a chi prova nella propria vita un senso di pochezza, di nullità, di insicurezza, di incertezza, di non essere all'altezza. L'inferiorità costituisce insieme alla compensazione una coppia concettuale indissolubile che è alla base della vita di ogni essere vivente, dunque anche degli esseri umani. La vita sulla terra ha sin da subito dovuto affrontare il compito di fare in conti con la propria limitatezza costituzionale rispetto all'ambiente, inferiorità che in senso assoluto corrisponde alla dimensione della mortalità insita in tutti i viventi (Maiullari, 2013). Ogni organismo vivente è un tutt'uno, che inspiegabilmente ha contezza di tutte le proprie parti le quali sono da salvaguardare, in quanto costituiscono un tutto da difendere. Pertanto, "la dinamica inferiorità/compensazione deve essere considerata un meccanismo generale unificante della materia vivente" (Maiullari, 2013).

Il principio di fondo è che inferiorità e compensazione sono alla base dell'evoluzione della specie, al punto che li troviamo in vari ambiti: biologia, religione, etica, politica, ecc.

Sempre secondo Maiullari (2013) vi sono nove leggi fondamentali che regolano la dinamica dell'inferiorità e della compensazione nell'uomo:

- 1) Vivere è compensare un'inferiorità;
- 2) La vita trova la propria compensazione a scapito di altra vita;
- 3) Inferiorità e compensazione dipendono da spinte interne e dall'ambiente;
- 4) Lo stile di vita costituisce la sintesi della dinamica inferiorità/compensazione;

- 5) La *metis* è quell'abilità mentale che consente alla volontà di potenza ed allo stile di vita di interfacciarsi tra di loro;
- 6) L'inferiorità e la compensazione sono biologicamente inconscie e relazionali;
- 7) La forza di compensazione va oltre l'adattamento e la sopravvivenza diventando desiderio di vita ideale;
- 8) Il desiderio di vita ideale può degenerare portando alla distruzione di sé ed all'assoggettamento dell'altro;
- 9) La dinamica inferiorità/compensazione è indipendente da fattori quali intelligenza, cultura, posizione sociale.

La volontà di potenza va pertanto educata così che il conseguente stile di vita, che il soggetto adotterà, potrà garantire a lui stesso armonia, benessere ed adattamento. Il ruolo dell'educazione svolge quindi una funzione cruciale nel modulare la dinamica inferiorità/adattamento. Dinamica, questa, che è biologicamente inscritta in tutti i viventi e che trova nell'uomo la sua più complessa espressione. Si tratta di un dispositivo ben definito e dinamico che determina nell'uomo una variabilità di comportamenti, i quali non consentono di raggiungere uno status di superiorità assoluto e duraturo. Anzi pongono l'uomo di fronte a continue sfide da dover affrontare con esiti che talvolta (se non spesso) possono anche essere poco incoraggianti.

2.4 Malsicurezza e unità della personalità

Secondo Adler, il sentimento di inferiorità che il bambino sperimenta in un mondo di adulti determina in lui un vissuto di malsicurezza nelle proprie capacità rispetto all'ambiente circostante. Quando vi sono poi inferiorità d'organo importanti, nel bambino questa malsicurezza si accentua maggiormente. Si può determinare quindi un complesso di inferiorità. L'inferiorità percepita in generale dal bambino e dall'adulto minaccia l'unità della propria personalità. Tale condizione porta a darsi una meta di superiorità e attiva delle compensazioni. Ciò su cui si vuole portare l'attenzione in questo breve paragrafo è che la minaccia all'unità della personalità nel soggetto attiva una serie di strategie per preservare questa stessa unità (perdita di unità = condizione di pericolo).

2.5 Sè Creativo

Potremmo giustapporre al concetto freudiano dell'Io il concetto adleriano del Sè creativo. Il primo costa di un insieme di processi che consentono all'individuo di approcciare la realtà, mediando tra le esigenze di questa e le spinte pulsionali inconscie. Il secondo invece è un

costrutto che chiama in causa la soggettività dell'individuo, consentendogli di organizzare le proprie esperienze in base a delle mete finzionali. Il Sè creativo è dotato di un potere enorme in quanto orienta tutta la personalità del soggetto. Potremmo asserire che esso è il costrutto adleriano che sovraordina tutti gli altri costrutti sopra esposti.

Nel corso della psicoterapia ad orientamento adleriano il paziente ed il terapeuta costituiscono insieme una coppia creativa. La cura adleriana si configura pertanto come un sistema cooperativo tra due soggetti. In questo modo il ruolo del paziente è tutt'altro che passivo, nè il terapeuta può essere considerato uno "specchio neutro" (così come viene inteso nella psicoanalisi freudiana).

Nel Sè creativo del paziente, attraverso il supporto del terapeuta, risiedono le risorse e le possibilità di cura. Ponendoci nell'ottica adleriana, anche un eventuale fallimento della cura andrebbe inquadrato come un fallimento biunivoco della coppia terapeuta-paziente, non unicamente attribuibile alle resistenze del paziente che hanno impedito il processo di terapeutico (così come spesso avviene nel giustificare i fallimenti terapeutici nel setting psicoanalitico tradizionale). Pertanto, la coppia terapeutica adleriana conserva in Sè due aspetti: la giusta asimmetria dei ruoli terapeuta-paziente e la cooperazione tra questi due ruoli per finalità di cura. Terapeuta e paziente insieme creano nuove possibilità che prima non esistevano. Questo grande potere attribuito alla creatività, o meglio "al creare insieme", è un tratto connotativo dell'analisi adleriana.

3. Elementi di fede ebraica

3.1 *Alef bet*

La lingua ebraica fa parte del gruppo linguistico semitico nord-occidentale, le cui prime attestazioni risalgono al secondo millennio avanti era volgare (a.C.). Per lingua semitica si intende la lingua parlata dai popoli, che secondo il testo biblico, discesero da Sem, uno dei figli di Noè (Deiana & Spreafico, 2019). Per *Alef bet* intendiamo invece l'alfabeto ebraico (fine II millennio AEV / a.C.) che consta di 22 consonanti, privo quindi di vocali, la quali furono aggiunte solo successivamente per fissare la tradizione fonetica del testo biblico (VI-VIII secolo EV/d.C.). La lingua ebraica si scrive da destra verso sinistra. Essa presenta un fenomeno chiamato polisemia, per cui uno stesso gruppo di consonanti (costituenti una parola scritta priva di vocali) può rimandare a suoni diversi, quindi a termini diversi ed a significati diversi. Questo perchè ogni parola può accogliere vocali differenti.

Un altro aspetto dell'alfabeto ebraico è costituito dal fatto che ad ognuna delle vocali è associato un valore numerico. Da questo si può dedurre che la somma dei valori numerici di una parola

determina una cifra, la quale può essere messa in relazione con la cifra ricavata da altre parole. Questo fenomeno apre la possibilità a speculazioni e riflessioni varie. Da ciò si è sviluppato lo studio della Cabala, dottrina ebraica riferita all'interpretazione simbolica del senso della Bibbia.

Un ulteriore aspetto peculiare riguardante la lingua ebraica è riferito all'uso del verbo, il quale si fonda normalmente su tre consonanti radicali. Il verbo ebraico è molto diverso da quello delle lingue indoeuropee, in quanto non prevede l'esistenza di modi e tempi (Deiana & Spreafico, 2019).

La lingua ebraica presta particolare attenzione alla qualità dell'azione e la struttura sintattica delle frasi spesso è retta sul verbo anziché sul nome.

Da queste considerazioni preliminari possiamo tracciare alcuni paralleli tra la lingua ebraica e la psicologia individuale adleriana. La lingua è infatti lo strumento che consente all'individuo di concettualizzare il mondo. Il fatto che le vocali non figurino nella lingua ebraica scritta, almeno fino al VI-VIII secolo EV/d.C., ma figurino solo nel parlato, ha sicuramente costituito un modo interessante di rapportarsi alla realtà. Una realtà che di per sé non è univoca ma può essere letta e riletta in vari modi. Alfred Adler ha verosimilmente assorbito dalla sua famiglia di origine, nel corso della sua infanzia e adolescenza, la cultura ebraica ed il modo di approcciarsi alla realtà secondo questa. Dai medesimi oggetti (consonanti) nascono modi differenti di attribuire senso alle cose. In merito si può citare Esodo 32, 16, dove è scritto che le tavole della legge sono scolpite direttamente da Dio sulla pietra. A tal proposito, il verbo scolpire deriva dalla traduzione del verbo ebraico *charut*. Si presti attenzione al fatto che invece la parola *cherut* vuol significare libertà. Entrambi questi verbi ebraici hanno la stessa base di consonanti: ח ר ת quindi si scrivono nello stesso modo pur leggendosi in modo differente (Cipriani, 2018). Da ciò si vuole evidenziare come il fenomeno della polisemia sopra richiamato non sia una semplice particolarità linguistica dell'ebraico ma costituisce un modo peculiare di approcciarsi alla realtà. L'ipotesi avanzata nel presente elaborato è che la polisemia plasmi anche la percezione e la cognizione del soggetto che ne fa esperienza.

È possibile che in qualche misura Adler abbia, direttamente o indirettamente, esperito la polisemia nel suo contesto di socializzazione primario e secondario (famiglia e comunità). Seguendo l'ipotesi di cui sopra, questo fatto avrà verosimilmente condizionato anche il suo modo di concettualizzare la psiche umana, più specificamente l'inconscio.

Ricordiamo che Alfred Adler collaborò con Sigmund Freud dal 1902 al 1911 nell'ambito del gruppo psicoanalitico. Questa collaborazione fu attiva fino a quando le divergenze teoriche tra Adler e Freud non provocarono la prima divisione di tale gruppo. Tra i vari elementi di discordanza tra i due citiamo il paradigma scientifico entro cui inquadrare il funzionamento dell'inconscio. Per Freud l'inconscio funziona in base al principio del determinismo psichico

mentre per Adler esso sottostà al principio del finalismo psichico (entrambi sopra descritti). Ebbene, la discordanza riguardava il senso da dare ai contenuti psichici inconsci; per Freud essi costituivano la causa del disturbo psichico, mentre per Adler costituivano un tentativo di soluzione di questo. Ma tutto ciò non è come attribuire a dei medesimi elementi (i contenuti dell'inconscio) due prospettive diverse? In un certo senso sarebbe come attribuire alle stesse consonanti dei suoni, delle vocalizzazioni, e di conseguenza dei significati differenti.

Anche il concetto di finzioni, che Adler mutua da Vaihinger incorporandolo nel proprio modello teorico e arricchendolo, rientra se vogliamo in una sorta di scrittura e di riscrittura della realtà che l'individuo opera. Quando le finzioni che un individuo costruisce per se stesso diventano disadattive, a detrimento del proprio sentimento sociale, allora si instaura la nevrosi e la psicosi. Va da sé che una buona parte delle nostre finzioni deve essere socialmente condivisa e deve trovare rispecchiamento nelle convenzioni della nostra collettività. Anche il linguaggio è una convenzione, ed al pari delle finzioni deve poter mantenere una base condivisa pur ammettendo una certa variabilità di suoni e significati. Ebbene, la lingua ebraica contiene entrambe queste proprietà: da una parte è costituita da una convenzione condivisa, costituita dalle consonanti, e dall'altra offre una variabilità nella vocalizzazione di queste consonanti.

Segno	nome	trascrizione e pronuncia*	scrittura corsiva	valore numerico**
א	'alef	' (spirito lene)	א	1
ב ב	beth	b, b	בב	2
ג ג	ghimel	g, g (suono duro)	גג	3
ד ד	daleth	d, d	דד	4
ה	he	h (aspirata)	ה	5
ו	waw (=uau)	w (inglese)	ו	6
ז	zain	z (dolce)	ז	7
ח	heth	h (gutturale)	ח	8
ט	ṭeth	ṭ	ט	9
י	yod	y oppure j	י	10
כ כ ך	kaf	k, k	ככך	20
ל	lamed	l	ל	30
מ ם	mem	m	מם	40
נ ן	nun	n	נן	50
ס	samekh	s	ס	60
ע	'ayn	' (spirito aspro)	ע	70
פ פ ף	pe	p, p	פפף	80
צ ץ	ṣade	ṣ	צץ	90
ק	qof	q	ק	100
ר	resh	r	ר	200
ש	śin	ś	ש	300
שׁ	šin	š	שׁ	"
ת ת	tau	t, t	תת	400

Tabella 1: alfabeto ebraico (costituito da sole consonanti) (Deiana & Spreafico, 2019).

3.2 *Echad*

Lo *Shemà Israel* è una preghiera fondamentale nell'ebraismo, nella parte iniziale essa recita: “Ascolta Israel, YHVH è nostro Elohim, YHVH unicamente” (Deuteronomio 6, 4; Cipriani, 2018). Il concetto a cui si vuole qui dare risalto è quello dell'unicità di Dio. Il termine *echad* vuol dire: unico / uno / unicamente.

Dio nella tradizione ebraica può essere chiamato in diversi modi, tra questi vi sono: Elohim e YHWH (quest'ultimo è il tetragramma sacro impronunciabile). Per ciò che attiene gli attributi riferiti al Dio unico della fede ebraica il Talmud babilonese ne elenca diversi: esistente, incorporeo, onnipresente, onnipotente, onnisciente, eterno, giusto, misericordioso, santo, perfetto, ineffabile (Cohen, 2020). È un Dio che sa anche essere severo e che talvolta compie azioni che non sono immediatamente comprensibili. A tal proposito si cita il seguente episodio: “I figli di Aronne, Nadav e Avinu, presero ognuno il proprio braciere, vi posero del fuoco e vi misero l'incenso, e avvicinarono davanti a YHVH un fuoco straniero che egli non aveva loro ordinato” (Cipriani, 2013). L'episodio si conclude con la fuoriuscita di un fuoco che uccise Nadav e Avinu, mentre il loro padre rimase in assoluto silenzio. L'interpretazione di questo fuoco estraneo riportata dal Rabbino Haim Fabrizio Cipriani (Cipriani, 2013) è che esso simboleggi una sorta di passione incontrollata da parte dei figli di Aronne, una sorta di desiderio di fondersi con il Divino. Vale a dire un'espressione solipsistica della spiritualità che viene punita finendo in tragedia, espressione che è contraria alle basi della religiosità ebraica. Questo passaggio è fondamentale per introdurre un parallelo con la riflessione adleriana sull'espressione del desiderio di superiorità da parte dell'individuo. Tutti i movimenti psichici sono per Alfred Adler volti ad una meta di superiorità. Ogni individuo è condotto dal desiderio di sentirsi simile a Dio, spingendo l'individuo stesso a costruirsi delle finzioni per poter far fronte alla propria malsicurezza e mantenere un senso unitario della propria personalità. Ma quando questo desiderio di sentirsi simile a Dio contrasta in modo evidente con la realtà, allora ci si ammala e subentra la psicopatologia. Verosimilmente il soggetto nevrotico perseguirà un perfezionismo estremo, lacerando i propri rapporti interpersonali, mentre il soggetto psicotico cercherà di rendere dogma tale desiderio di sentirsi simile a Dio.

Ebbene, che cosa centra la vicenda dei figli di Aronne uccisi dal fuoco divino con la psicopatologia descritta da Adler? Effettivamente entrambe le due posizioni convergono nel considerare negativa ogni forma di fusione con il Divino. Impostata in questi termini, la questione “è molto più ebraica che cristiana”, nel senso che la comunione con il Divino non deve essere intesa come una incorporazione di questo oppure come una sua assimilazione. Tutt'altro,

deve essere qualcosa di controllato, metodico e regolamentato, dove i due soggetti coinvolti: l'umano ed il Divino, rimangono distinti e separati.

Non si intende qui ovviamente affrontare un dibattito teologico, che esula inoltre dallo scopo del presente elaborato. Si vuole semplicemente precisare l'ipotesi di partenza, cioè che il pensiero adleriano, in filigrana e nella profondità del suo impianto teorico, porta con sé importanti elementi della Fede ebraica.

L'ebraismo si trasmette in modo matrilineare, cioè da madre a figlio (almeno per la tradizione ortodossa). Con ciò si intende affermare che già nel ventre della madre il futuro nascituro si nutre di abitudini ebraiche, che successivamente lo porteranno a ricevere una serie di precetti e regole di vita. Anche se la letteratura esistente non ci dice nulla al riguardo, anche Alfred Adler avrà sin da bambino ricevuto verosimilmente un'impronta ebraica. Quanto questa presunta impronta ha influenzato il suo pensiero di uomo di scienza?

3.3 *Mitzràim*

Il libro dell'Esodo narra dell'uscita del popolo ebraico dall'Egitto, ove era schiavo. Si tratta di un allontanamento costante dall'Egitto, in quanto la possibilità di un simbolico ritorno in esso è sempre presente (Cipriani, 2013). Cioè, anche se la fuoriuscita da questa condizione di ristrettezza (*Mitzràim*), rappresenta per il popolo ebraico la fine della schiavitù e la conquista della libertà dopo secoli di costrizione, vediamo che questo non è vero in modo assoluto. Dopo l'uscita dall'Egitto, guidati da Mosè, il popolo ebraico vaga per il deserto rimpiangendo la schiavitù egiziana. Secondo la tradizione ebraica, al libro dell'Esodo si può dare un carattere universale, applicando il dato storico specifico dell'uscita dei figli di Israel da *Mitzràim* (Egitto), un valore estendibile alla condizione umana in generale. Si tratta della liberazione dell'uomo dalla propria tirannia, dai propri confinamenti (Cipriani, 2013). Oltre a porre fine ad una condizione di sofferenza e di privazione della libertà personale, l'uscita dai propri confinamenti ("dal proprio Egitto"), consente anche di dar corpo ai propri obblighi morali verso l'altro. Il parallelo che qui si vuole delineare rispetto all'impianto teorico individualpsicologico, concerne il concetto di "meta di superiorità" adleriana. Rileviamo che al pari dell'uscita dall'Egitto (così come sopra descritta) la meta di superiorità non consente all'uomo di raggiungere in modo assoluto una condizione di supremazia e vantaggio, essa casomai orienta il comportamento dell'individuo strutturandone la personalità. La possibilità del ritorno ad una condizione di schiavitù interiore è sempre possibile. Essa può essere vista come una forma di schiavitù dalle proprie ipercompensazioni e dalle proprie finzioni rafforzate. Elementi, questi ultimi due, che hanno valenza di disagio psichico e psicopatologia nella logica adleriana.

3.4 *Mitzvòt*

La *mitzvà* implica un'azione da seguire. Dal Pentateuco (Torah) si possono estrapolare 613 precetti (*mitzvòt*) che il popolo ebraico ha ricevuto da Dio tramite Moshè e che si è impegnato a seguire: “tutto ciò che il Signore ha detto, faremo e ascolteremo” (Esodo 24, 7; Bahbout, 2019). Ora, l'ebraismo è un sistema di vita nel quale ogni situazione e circostanza prevede comportamenti precisi a cui attenersi.

La Torah stabilisce con chiarezza quali sono le azioni giuste da compiere ma non ne spiega il perchè. Per questo motivo si può affermare che l'ebraismo è privo di dogmi, al contrario del cristianesimo. Quindi, al posto di parlare di ortodossia è più corretto riferirsi ad una “ortopraxia ebraica” (Bahbout, 2019). Questa dimensione marcata del fare conserva spesso in sé un aspetto di incomprendimento e non conoscenza che viene accettato, valorizzato e salvaguardato nell'ebraismo. Quando Moshè chiese di conoscere Dio, Egli rispose: “Vedrai la mia parte posteriore, ma non vedrai il mio volto” (Esodo 33, 24). Questo significa che non si può conoscere l'essenza di Dio ma solo le conseguenze indirette delle sue azioni (Bahbout, 2019). Tale passaggio è fondamentale per capire il senso delle *mitzvòt*, cioè dei 613 precetti che Dio ha comandato al popolo di Israele per onorare il loro rapporto. Vi è infine un'ulteriore considerazione da poter fare: si può obbligare una persona ad agire un comportamento ma non si può obbligare a credere. Tutte queste premesse ci consentono di riflettere sul grande peso che Alfred Adler ha attribuito all'educazione nel processo evolutivo del soggetto. Per alcuni tratti la sua linea teorica è una forma di psicopedagogia, essa si sposa molto bene al contesto scolastico ed alla gestione delle problematiche comportamentali che emergono in questo ambito.

Anche l'analisi dello stile di vita del paziente, nel corso processo terapeutico, mantiene una forte connotazione pragmatica e costituisce un concreto strumento per la conduzione dell'analisi adleriana. Attraverso le tre dimensioni che lo compongono, lavoro, amore e socialità, lo stile di vita del paziente ci dice molto sul suo grado di benessere psichico, sulle sue inferiorità, compensazioni, finzioni, meta di superiorità, ecc. Pertanto, questa dimensione del fare che permea la Psicologia Individuale Adleriana mi pare, forse con un po' di audacia creativa da parte del sottoscritto, molto in relazione con il fare dei 613 precetti dell'ebraismo.

3.5 *Mashiach*

Con il termine ebraico traslitterato *mashiach* ci si riferisce al Messia, cioè l'unto dal Signore. Notiamo che per gli ebrei ortodossi il Messia in quanto persona, discendente di Davide, ancora deve venire. Gli ebrei riformati invece considerano la venuta del Messia non come la venuta di

una persona fisica bensì come l'instaurarsi di un'era messianica. Per certi versi la fondazione dello Stato di Israele nel 1948 corrisponde all'inizio di un'era messianica. Va da sé che l'era messianica è una condizione generale sociale, politica, storica, economica, ecc. che può realizzarsi ed anche venir successivamente meno.

In ogni caso, a prescindere dalla corrente ebraica a cui si fa riferimento (ortodosso o riformato), qui si vuole ulteriormente sottolineare il carattere di incompiutezza della storia della Fede ebraica. Stesso tipo di incompiutezza che in un certo senso troviamo nella Psicoanalisi freudiana. È del 1937 l'opera di Sigmund Freud dal titolo *Analisi terminabile ed analisi interminabile*. Per il padre della psicoanalisi la coscientizzazione del paziente circa le proprie dinamiche interne riferite al sintomo che lamenta, già di per sé costituiscono una forma di cura se non di guarigione. In realtà la guarigione in quanto tale non avviene mai in modo assoluto, considerando anche la notevole durata dei trattamenti psicoanalitici.

Alfred Adler ha lavorato per anni insieme a Freud nell'ambito della costituzione della Psicoanalisi come scienza dell'uomo. Successivamente se ne distanziò creando una propria linea teorica, la Psicologia Individuale per l'appunto. Anche Freud proveniva da una famiglia di religione ebraica. L'esposizione di Alfred Adler al pensiero ebraico si ebbe pertanto su almeno due fronti: dalla propria famiglia di origine e dalla frequentazione di Sigmund Freud (ebreo di origine proprio come lui). Quanto peso questi due fattori abbiano avuto sul pensiero di Adler non è dato saperlo in modo certo, essendo impossibile tracciare l'eventuale assimilazione per osmosi che egli avrebbe potuto ricevere da parte della religione e del pensiero ebraico. Tutto ciò che possiamo fare è avanzare delle ipotesi, o meglio fare delle congetture e tentare di tracciare dei paralleli, non avendo alcun banco di prova ove validare l'ipotesi generale portata avanti dal presente elaborato.

3.6 Shabbat

Il Sabato è il giorno che ogni ebreo santifica. Questo giorno corrisponde al settimo giorno nel quale Dio cessò la propria attività creatrice dell'universo. Parimenti, ad ogni ebreo è comandato di cessare ogni attività lavorativa, più precisamente ogni attività creatrice rispetto all'ambiente, il settimo giorno.

L'uomo quindi ha sei giorni per poter lavorare, creare, trasformare il proprio ambiente, ma il settimo si deve riposare dedicandosi ad altro (Bahbout, 2019). Lo Shabbat è un giorno santo, in cui viene preparato un pranzo festivo (più buono di quelli abituali), dove ci si reca in Sinagoga per pregare, dove si rinsaldano i legami affettivi, dove ci si dedica a sé stessi e tanto altro ancora. In questo giorno vi sono pertanto delle azioni che si possono fare ed azioni che non si possono fare. Ad esempio: spostare un mobile è concesso in quanto azione faticosa ma non creativa, invece

accendere un fuoco oppure una lampada evidenzia invece la potenza creativa dell'uomo e pertanto non è ammessa. In buona sostanza di Shabbat l'uomo rinuncia al dominio sull'ambiente. La creazione per la religione ebraica è un processo che si rinnova continuamente e non è un evento conclusosi tanto tempo fa. L'uomo è in un certo senso co-artefice insieme a Dio della creazione e parimenti a Lui si astiene da quest'opera il settimo giorno.

Il concetto della creatività adleriana sopra descritta, utilizzata per finalità terapeutiche, ha delle affinità con il concetto della creatività nell'ebraismo: in entrambi i due ambiti essa si realizza in modo cooperativo. Con ciò non si vuole assolutamente associare la figura del terapeuta alla figura di Dio, semplicemente si vuole portare l'attenzione sul fatto che la coppia creativa sussiste nonostante l'asimmetricità tra ruoli. Se poi, come è scritto nei testi sacri, Dio ha fatto l'uomo a sua immagine, allora il paragone di cui sopra diviene plausibile.

4. Conclusione

Il presente elaborato non ha alcuna pretesa di riscrivere la biografia e lo sviluppo del pensiero di Alfred Alder. Si è semplicemente cercato di aprire uno spazio di riflessione nuovo, a latere delle fonti ufficiali attualmente disponibili su di lui. Sono stati messi a confronto alcuni dei principali costrutti adleriani con elementi della Fede ebraica. Per alcuni versi i paralleli tracciati potrebbero essere risultati originali, si spera in ogni caso utili e di stimolo. Si è cercato tuttavia di osservare nell'esposizione degli argomenti un rigore logico, quale metodo per validare l'ipotesi iniziale, cioè che il pensiero scientifico di Alfred Adler si poggia (almeno indirettamente) sulla ricchezza della tradizione culturale e religiosa ebraica.

Come già accennato nell'introduzione, l'esperienza del dissesto finanziario avuto dal padre di Alder, evento che ha inevitabilmente avuto ripercussioni negative sull'intera famiglia, associato alla conversione nel 1904 di Alfred Adler al protestantesimo forse ci dicono qualcosa di rilevante. I due eventi potrebbero essere correlati e mediati da una forma di rifiuto sviluppata da Adler per tutto ciò che rappresentava il retroterra familiare. Forse più che di rifiuto si potrebbe parlare di una presa di distanza da parte di Alder rispetto al retroterra culturale e religioso familiare.

A questi dati si aggiungano anche l'inferiorità organica vissuta da Alder durante la sua infanzia a causa del rachitismo e le divergenze su tematiche scientifiche avute con Sigmund Freud, ebreo anch'egli, nel corso della sua vita adulta.

Ancora, l'esperienza di un lutto sperimentato durante l'infanzia, cioè la morte del fratello minore vissuta da Adler in tenera età, l'intervento salvifico poi del fratello maggiore Sigmund (che portava lo stesso nome di Freud) nel risollevare le sorti economiche della sua famiglia a seguito

del *crack* subito dal padre; tutti questi eventi avranno avuto un riverbero nella formazione del pensiero scientifico di Adler?

Pare delinarsi in Alfred Adler un *unicum* esperienziale che va a costituire un possibile sentimento di inferiorità. Un difficile vissuto emotivo con cui Alfred Adler si è dovuto probabilmente misurare e che ha dovuto conseguentemente compensare. Verosimilmente può essere stato proprio questo presunto sentimento di inferiorità ad avergli imposto un rinnovamento sia identitario che lavorativo.

In conclusione, si vuole riflettere su queste due linee di movimento rinvenibili nella storia di Alfred Adler:

1) Dalla Psicoanalisi alla Psicologia Individuale

2) Dalla Fede ebraica al Cristianesimo protestante

Come abbiamo visto, si tratta di cambiamenti ampiamente documentati dalle fonti in nostro possesso. Come tutti i cambiamenti, qualcosa della posizione originaria del soggetto forse permane anche nella nuova condizione raggiunta. Sarebbe riduttivo negare il contributo che la Psicoanalisi ha avuto nella nascita della Psicologia Individuale, sarebbe tuttavia altrettanto riduttivo negare l'influenza costruttiva che la Fede ebraica può aver esercitato sul pensiero di Alfred Adler.

Bibliografia

- Adler, A. (1967). *Teoria e prassi della psicologia individuale*. Astrolabio.
- Adler, A. (1997). *Il senso della vita* (S. Bonarelli, trad.). Newton Compton.
- Adler, A. & Jahn, E. (2014). *Religione e psicologia individuale*. Mimesis.
- Bahbout, S. (2019). *Ebraismo. La storia, i profeti, la cultura*. Giunti.
- Cipriani, H.F. (2013). *Voce di silenzio sottile*. Casa Editrice Giuntina.
- Cipriani, H.F. (2018). *Schiudi le mie labbra*. Casa Editrice Giuntina.
- Cipriani, H.F. (2020). *Haggadà etz haim*. Independently Published.
- Cohen, A. (2020). *Il Talmud*. Laterza.
- Deiana, G. & Spreafico, A. (2019). *Guida allo studio dell'ebraico biblico*. Claudiana.
- Gabbard, G.O. (2015). *Psichiatria psicodinamica. Quinta edizione basata sul DSM-5*. Raffaello Cortina.
- Maiullari, F. (2013). *L'inferiorità e la compensazione*. Mimesis.

Pagani, P.L. (2003). *Piccolo lessico adleriano*. Scuola adleriana di psicoterapia dell'Istituto Alfred Adler di Milano.

Rovera, G.G. (2016). La psicologia individuale. *Rivista di Psicologia Individuale*, n. 80, 63-83.

Studi adleriani

Rivista semestrale

N. 1 – 2021



Scopo primario della pubblicazione è mettere in luce la modalità di operare del terapeuta adleriano. La casistica riportata comprenderà l'analisi di percorsi terapeutici dall'infanzia all'età adulta, sia a livello individuale che di gruppo. La psicologia individuale, con i suoi costrutti di stile di vita, sentimento e complesso di inferiorità, sentimento sociale, finzioni, protesta virile, ermafroditismo psichico, volontà di potenza risulta estremamente attuale e adattabile ai giorni nostri. La ricca casistica presentata negli articoli permetterà di comprendere le diverse forme di disagio psicologico e psichico che stanno caratterizzando la nostra epoca.



Con contributi di: *Aurelio Calcagno, Matteo Crevani, Bianca Maria de Adamich, Laura De Simoni, Liesbeth Elsink, Simone Evangelista, Angela Francesca Molina, Clementina Pizza*