



ISITUTO DI PSICOLOGIA SOMATO-RELAZIONALE

Corso di counseling

Il velo di maya nelle professioni di aiuto. Il tratto schizoide

Autore

Dott. Mauro Borneo

Relatore

Dott. Luciano Marchino

Direttore didattico IPSO

Anno 2011

Introduzione

Nelle tradizioni sapienziali del subcontinente indiano il velo di maya rappresenta l'aspetto illusorio di ciò che percepiamo come realtà, ignoranti della vera natura del mondo fenomenico. I testi sacri dell'induismo e del buddismo attribuiscono all'ignoranza un significato differente da quello che abitualmente le attribuiamo in Occidente. Infatti in italiano e in molte lingue europee la parola ignoranza deriva dalla negazione della parola greca *gnosis*, "conoscenza", e significa letteralmente "mancanza di conoscenza", mentre in sanscrito il corrispondente termine *avidya* indica uno stato di mancanza di cognizione: l'esempio di *avidya* riportato dai Vedanta (testi sacri della tradizione induista) è quello dell'uomo che scambia, nella semioscurità, una corda per un serpente ed è assalito dalla paura.

Se volgiamo lo sguardo ai tipi caratteriali documentati da Reich, Lowen e dagli autori successivi possiamo intuire che ognuno di questi tipi vedrà nella corda un animale differente, tutti indistintamente "vittime" di un'illusione: se esisto sarò annichilito (schizoide), se chiedo sarò abbandonato (orale), sarò manipolato, umiliato, sopraffatto (psicopatico), se mi impongo sarò schiacciato e umiliato (masochista), se amo sarò respinto (rigido)¹.

Le teorie psicoanalitiche più attuali hanno realizzato, sia pure in un contesto laico, ciò che Gautama Siddharta andava predicando nel VI secolo a.C., ovvero che la sofferenza nasce dall'attaccamento ad una realtà illusoria e che questo attaccamento non può essere superato attraverso l'erudizione o l'educazione, ma solo per via di un'evoluzione interiore che segue come via maestra la strada della consapevolezza anche e soprattutto corporea (si pensi all'importanza del respiro nelle pratiche di meditazione).

Il counselor o qualsiasi altro operatore nel campo delle relazioni di aiuto, si sforzerà di capire in quale illusione si trova il cliente, ma dovrà avere lavorato molto sulla **sua propria** illusione per evitare di trovarsi nella posizione di chi scambia la corda per un serpente, posizione scomoda per sé e deleteria per l'altro, che corre il rischio di essere scritturato d'ufficio in una rappresentazione il cui copione è stato già scritto. Una rappresentazione dove oltre alla veniale incomprendimento, possono anche allignare le ombre del potere, della manipolazione e della reificazione dell'altro, che costituiscono lo scacco matto alla serietà professionale e all'umanità dell'operatore.

¹ v. Luciano Marchino (1995) *La Bioenergetica. Anima e corpo*, p. 55.

Nelle pagine che seguono prenderò in esame gli occhiali deformanti che indossa la persona con un prevalente tratto schizoide nel rapporto con gli altri, quali sono le trappole in cui può cadere e quali invece le risorse di cui dispone o di cui potrebbe disporre se affrontasse un percorso di crescita personale. Le basi di questo discorso potranno poi essere utilizzate per analizzare i problemi che si pongono agli altri tipi caratteriali. Vorrei però scongiurare la catastrofe cognitiva in cui rischiamo di trovarci quando utilizziamo la teoria del carattere come sistema di incasellamento ed etichettamento delle persone, anziché come uno strumento operativo di grande utilità nelle relazioni di aiuto.

Come ha dimostrato Weber attraverso la definizione dell'idealtipo, ogni modello di interpretazione della realtà, pur suffragato da dimostrazioni empiriche, non esaurisce tutta la realtà in esame, in quanto rimane sempre basato su una prospettiva o un punto di osservazione.

Allo stesso modo ritengo che possano coesistere più teorie egualmente valide che spiegano il comportamento umano da prospettive diverse. Da ciò consegue che rinchiudere una persona in una definizione quale schizoide o masochista può rappresentare una limitazione angusta sia a livello relazionale, sia a livello di ampiezza della "banda" di comunicazione tra noi e lei. Per evitare questa caduta può essere utile prestare il dovuto riguardo alla multidimensionalità dell'animo umano, traendo spunto da Leonardo da Vinci che, in una celebre opera (l'uomo vitruviano) iscrive l'uomo in un quadrato, simbolo del mondo materiale, e allo stesso tempo in un cerchio, simbolo del mondo spirituale.

Credo di poter esemplificare tutto ciò, in modo forse un po' provocatorio, attraverso l'esempio del gatto. E' facile per un medico notare l'aspetto decrepito di una signora di novant'anni ed elencare con distacco le malattie di cui è afflitta, ma è altrettanto facile per il gatto che lei accudisce con affetto saltarle in grembo per fare le fusa, vedendo in lei un essere amorevole e una presenza amica. Chi dei due ha una visione più vicina alla verità? Quali occhiali possiamo indossare più confortevolmente in una relazione d'aiuto, quelli del medico o quelli del gatto? Siamo in grado di utilizzare l'uno o l'altro sguardo a seconda della necessità?

La visione schizoide.

La ferita schizoide è la più antica di tutte, situandosi in un'età che va dalla nascita (probabilmente trae origine anche dal periodo prenatale) fino ai nove mesi di vita. E' determinata da una gamma di comportamenti genitoriali che vanno dall'aperta ostilità all'assenza di calore e accudimento. Questa esperienza precoce di un ambiente minaccioso e inospitale porta ad un movimento di ritiro nel proprio mondo interiore, che però non è un porto sicuro dove sperimentare il nirvana, ma una rappresentazione dove opera una "quinta colonna" di esecutori e sabotatori interni².

Le difese schizoidi consistono perlopiù nella negazione, nell'introiezione e nella proiezione³. Si tratta di meccanismi ovviamente inconsci, sui quali è necessario, per la personalità schizoide che ambisce a condurre una relazione di aiuto, lavorare in sede di psicoterapia o di supervisione.

La personalità schizoide opera la negazione nei confronti del bisogno, dell'attaccamento e della debolezza, promuovendo l'illusione dell'autosufficienza. Sin dalla più tenera età, infatti, ha imparato a sopravvivere relegando in soffitta i sentimenti di attaccamento, desiderio, bisogno e paura. La dedizione al dovere o al servizio nei confronti degli altri e l'autocontrollo possono servire a mascherare la consapevolezza del bisogno e della paura, allo stesso modo l'adesione incondizionata a regole di comportamento può sostituire lo slancio vitale, costituendo in tal modo un falso sé consistente in uno pseudo-adulto conformista e convenzionale che maschera un fanciullo interiore spaventato. La negazione dell'attaccamento ha come conseguenza un rapporto superficiale con il mondo⁴.

Per ciò che riguarda il meccanismo della proiezione, ossia l'attribuzione ad altri dei sentimenti inaccettabili quali la rabbia, l'ostilità e la freddezza (ma anche di sentimenti positivi, in questo caso diviene la base per l'empatia), esso consente allo schizoide di percepire l'ambiente come rifiutante e di porre in atto di conseguenza a sua volta comportamenti di rifiuto, senza sentirsene responsabile.

² Harry Guntrip (1968) *Schizoid Phenomena, Object Relations and the Self*, p. 70.

³ Stephen M. Johnson (1994) *Stili caratteriali*, p. 110.

⁴ v. Gary Yontef (2001), "Psychotherapy of Schizoid Process", *Transactional Analysis Journal*, Vol. 31, No. 1, January 2001, p. 12.

L'introiezione è invece la strategia mediante la quale viene obliterata la distinzione tra soggetto e oggetto. Si può evitare così la dolorosa consapevolezza della perdita di un oggetto amato, oppure interiorizzare le caratteristiche aggressive di un oggetto temuto, ponendole così sotto il proprio controllo, in questo caso le caratteristiche autopunitive dell'oggetto saranno fatte proprie, stabilendo un copione di autoaggressione destinato a perpetuarsi nel tempo⁵.

Secondo Johnson “è tipico del carattere schizoide offrire agli altri ciò che egli non ha ricevuto. Il suo sé ideale è quindi molto attento e comprensivo nei riguardi degli altri, che accetta per come sono.” E ancora “queste persone, spesso ai limiti del disturbo della personalità, tengono sotto controllo gli arcaici sentimenti di terrore e rabbia stando particolarmente attente alle situazioni che potrebbero farli scattare. Possono perciò valutare con attenzione ogni attività che includa altri e insistere per averne il controllo” Per concludere che “le risultanti lotte per il controllo possono essere molto intense, perché lo schizoide sente di dover letteralmente combattere per la propria vita”⁶.

Siamo di fronte ad un quadro abbastanza complesso, dove aleggiano difese primitive e i fantasmi della paura, della rigidità e del controllo, del bisogno di essere in relazione e della necessità di fuggire dalla relazione.

La paura è il primo occhiale deformante che indossa lo schizoide, per restare nella metafora si potrebbe dire che ha lenti opache, con visione tendente all'indistinto, per lui vale il vecchio adagio “di notte tutti i gatti sono bigi”. E' difficile per questo tratto caratteriale accreditarsi presso un'altra persona come facilitatore, perché egli sente istintivamente che l'altro potrebbe essere una minaccia per il suo fragile io, potrebbe annusare la sua paura, avvertire la presenza del buco nero che lo divora e rispondere con un atteggiamento di rifiuto. C'è in lui una convinzione magica che le altre persone possano leggere ciò che di più intimo nasconde, questa convinzione può portarlo alla rinuncia preventiva all'instaurarsi della relazione. In altri casi è possibile che alcune personalità con un forte tratto schizoide, rivestite di una scorza apparentemente dura, sfruttino lo stato di prostrazione in cui si trova il cliente, mettendo in atto strategie di controllo attraverso la manipolazione dei suoi vissuti. Il messaggio di fondo sarà “tu non sei in grado di sapere ciò che stai vivendo, io invece lo so” e ancora “non fidarti di ciò che senti ma di ciò che ti dico”. C'è da dire a difesa della categoria schizoide che questo genere di manipolazioni non è infrequente nel settore delle relazioni di aiuto e dovrebbe essere rappresentato per il cliente un campanello d'allarme sull'efficacia della relazione.

⁵ v. DSM IV.

⁶ Stephen M. Johnson (1994) Stili caratteriali, p. 107.

La personalità schizoide, come ci spiega Will Davis⁷, è caratterizzata da alcuni paradossi, di cui parlerò più approfonditamente nelle prossime pagine, per ora vorrei soffermarmi sulla sua struttura da una parte dura, rigida e fragile e dall'altra collassata e senza controllo. La parte rigida può essere rappresentata come un sottile strato di ghiaccio sulla superficie dell'acqua contenuta in un recipiente: finché non ci saranno movimenti lo strato si presenterà compatto e solido, ma se agitiamo il contenitore il ghiaccio si frantumerà in mille pezzi e buona parte dell'acqua schizzerà fuori da bordi. In un contenitore con le pareti sufficientemente alte l'acqua potrebbe muoversi liberamente senza fuoriuscire, tuttavia nel nostro caso non si può fare affidamento sui bordi, ma solo sul ghiaccio, che però funziona solamente se il contenitore è sottoposto a stress molto bassi. Il prezzo che si paga è, inoltre, molto alto in termini di congelamento e perdita di carica energetica. In termini psicologici questa parte rigida corrisponde all'io antilibidico di Guntrip, che nega, rifiuta e combatte le parti più tenere, deboli e bisognose di aiuto. Qui si cela un altro paradosso schizoide, ovvero "se vivo morirò", che in ultima analisi significa abbandonare la vita corporea e carnale per rifugiarsi in un simulacro di vita virtuale, tutta giocata a livello mentale.

Se questa parte rigida, fredda e antilibidica prevarrà, non ci potrà essere un reale contatto con l'altro, che diventerà bersaglio di un'ostilità pervicace e sorda in quanto portatore di quelle parti tenere rifiutate dal soggetto, ostilità spesso mascherata sotto l'apparenza dei buoni consigli, del ferire per aiutare, dello scuotere a fin di bene e delle interpretazioni più varie.

A questo punto è evidente che più il professionista della relazione d'aiuto ha raggiunto un'alta funzionalità sociale mettendo in campo con successo il proprio io antilibidico (gli ambiti dove questa caratteristica è funzionale non mancano di certo), meno sarà in grado di avere una profonda comprensione dell'altro nella relazione. Al contrario, se è rimasto in contatto con le parti "deboli" di sé, allora avrà gli strumenti per entrare in connessione con se stesso e con gli altri, come un moderno Chirone, centauro ferito che pratica le arti della guarigione.

Bisogno e fuga dalla relazione, sia in termini "fisici" che interiori. La personalità schizoide è caratterizzata dal cosiddetto programma IN – OUT descritto così efficacemente da Guntrip⁸. Lo schizoide si avvicina all'altro per poi fuggirne, ha bisogno del contatto ma allo stesso tempo lo teme, teme di esserne annientato, inglobato. Ciò potrebbe portare ad una difficoltà di gestione della relazione, soprattutto quando il cliente manifesta caratteristiche rimosse dal counselor, di cui la regina è la rabbia. Questa emozione può veramente spaventare le persone che manifestano questo tratto caratteriale, causando un'interruzione del "flusso di empatia" che può concretizzarsi in una

⁷ Will Davis, The Biological Foundations of the Schizoid Process, [http://www.functionalanalysis.de/e107_files/downloads/The Biological Foundations of the Schizoid Process.pdf](http://www.functionalanalysis.de/e107_files/downloads/The_Biological_Foundations_of_the_Schizoid_Process.pdf)

⁸ Harry Guntrip (1968) Schizoid Phenomena, Object Relations and the Self, pp. 36-37.

reazione di assenza, oppure in una fuga in costrutti razionali che vedranno di volta in volta la negazione o l'interpretazione di questo sentimento, in modo da spegnerlo, impedendo così l'attivazione di quella che è comunque un'espressione dell'energia vitale e può essere una risorsa a disposizione dell'organismo.

Le risorse schizoidi

Per descrivere le risorse a disposizione del counselor con un tratto schizoide più o meno marcato si può partire da quelli che sono stati definiti da Davis⁹ come i paradossi del funzionamento schizoide. Veniamo al primo paradosso.

Privo di emozioni

eppure

sensibile

facilmente ferito

molto teso

Il cosiddetto gelo schizoide corrisponde al congelamento delle emozioni, tanto che questo tipo di personalità può sembrarne privo. Di fatto le emozioni albergano nel corpo schizoide, tuttavia potrebbero mandare in frantumi il fragile involucro che lo mantiene unito, per questo possono essere ibernare in luoghi inaccessibili alla coscienza, nei casi più estremi, oppure essere percepite ma non agite, in altri casi solo alcune emozioni, come la rabbia, vengono accuratamente rimosse, in quanto sono portatrici di una carica energetica molto potente e quindi pericolosa.

La sensibilità rappresenta un'arma a doppio taglio, non a caso l'autore la associa all'essere facilmente feriti e ad uno stato di estrema tensione. Come scrive Davis, nello schizoide la periferia è molto vicina al nucleo centrale, non c'è quasi spazio fisico tra il centro e la periferia. Se guardiamo alla struttura rigida, con il suo torace espanso, o a quella masochista, con le sue rotondità, vediamo che c'è spazio tra il centro e la periferia. Questo fa sì che ci sia una soglia più bassa rispetto alla capacità di tollerare le frustrazioni, e di questo il counselor deve tenere conto, ma anche una capacità spontanea di accorgersi in quale stato mentale o emozionale si trovi l'altro, al di là di quanto possa esprimere a parole. Lungi dal cadere nell'errore di interpretare questi stati d'animo, il counselor può disporre di un radar che gli permette di mettersi in risonanza con il cliente. La risonanza è un feedback molto importante, che può permettere al cliente di accedere ai vissuti che stanno leggermente al di sotto della soglia della coscienza e decidere da solo se recuperarli o lasciarli dove sono, in attesa di tempi migliori.

Solo/solitario

eppure

**capace di contatto profondo
con se stesso e con gli altri**

⁹ v. Will Davis, The Biological Foundations of the Schizoid Process,
[http://www.functionalanalysis.de/e107_files/downloads/The Biological Foundations of the Schizoid Process.pdf](http://www.functionalanalysis.de/e107_files/downloads/The_Biological_Foundations_of_the_Schizoid_Process.pdf)

qualità simile al laser

Questa affermazione ci riconduce al programma IN – OUT descritto da Guntrip. Lo schizoide cerca con tutto se stesso la vicinanza con l'altro, però, quando l'ha conseguita, viene assalito dal timore di essere fagocitato, annullato, quindi fugge nell'isolamento, per poi iniziare di nuovo il processo di avvicinamento. Davis compie un balzo in avanti rispetto a Guntrip, infatti, dalla descrizione di un disturbo, che per quanto sottesa da una sottile carica di empatia, sottintende pur sempre una patologia psichica, con l'inevitabile corollario di stigma che ciò comporta, passiamo all'individuazione di un paradosso. Ciò rappresenta una grossa operazione in termini di restituzione di valore e dignità, oltre a certificare un'intima conoscenza del fenomeno da parte dell'autore.

Lo schizoide è costretto a chiudersi dentro se stesso a causa dell'ostilità o dell'indifferenza dell'ambiente e da questo se stesso, con le paure, le angosce, la fragilità da cui è pervaso, non può prescindere. L'estroversione è un territorio poco frequentato da questo tipo caratteriale. Di questa capacità di contatto profondo lo schizoide può appropriarsi pienamente lavorando su di sé, per lui può essere più facile l'ingresso nel mondo interiore rispetto ad altri tipi caratteriali, che indossano maschere più socialmente funzionali, nelle quali possono agevolmente identificarsi, dimentichi del proprio nucleo interno. Il laser di cui parla Davis è un raggio di luce puntiforme che può viaggiare per lunghe distanze senza disperdersi e illuminare aree remote della psiche. Questo laser è senza dubbio uno strumento di cui dispone lo schizoide per accedere alle profondità dell'essere, dove dimora il nucleo profondo e incorruttibile di noi stessi.

Duro/rigido/fragile

eppure

articolazioni allentate

completamente perso

cade in pezzi

schizzato

Qui Davis osserva un altro paradosso: lo schizoide è al contempo duro e fragile come una lastra di ghiaccio, eppure in preda al caos. In realtà, non avendo un'armatura strutturata, egli oppone al caos dentro e fuori di sé una corazza alquanto precaria e inaffidabile, sufficiente però a spegnere il flusso del piacere nell'organismo. Per questo egli potrà essere inflessibile nelle proprie convinzioni e drastico nei giudizi, connotati da una certa intolleranza nei confronti di ciò che non si lascia ricondurre nel recinto di modelli prestabiliti. Si tratta di una doppia sfida per il counselor schizoide, da una parte allentare la propria rigidità, dall'altra evitare di essere sopraffatto dal caos,

per questo è necessario lo sviluppo di sani confini, plastici e malleabili, che sostituiscano quelli rigidi che erano stati sviluppati dalla corazza¹⁰.

Sottile/piccolo

eppure

resiliente/forte

Non importa quanto sia elevata la sua statura o avanzata la sua età: lo schizoide si sentirà sempre piccolo rispetto alle persone che lo circondano, non tanto in termini di subalternità, ma perché non è mai uscito dalla condizione infantile di dipendenza e inferiorità. Non essendo stato protetto e accudito sufficientemente nella fase in cui era totalmente vulnerabile e dipendente, non ha mai superato appieno questo periodo cruciale dell'esistenza, per cui anche in seguito faticherà a porsi come regista della propria esistenza, sentendosi piuttosto un pirandelliano personaggio in cerca di autore. Parafrasando J.F. Kennedy, egli non si chiederà cosa può fare per il mondo, ma cosa può fare il mondo per lui. Questo atteggiamento non è modificabile, ovviamente, attraverso esortazioni moralistiche, bensì, in terapia, attraverso l'accettazione piena e incondizionata così ben descritta da Rogers e il "risarcimento" del mancato contatto profondo con la figura di accudimento. Si tratta di portare il calore necessario per accendere quella fiamma interiore che poi continuerà a bruciare restituendo a sua volta energia, in misura maggiore di quella ricevuta, seguendo una sorta di "fusione fredda" organismica. La resilienza e la forza dello schizoide rappresentano paradossalmente una resistenza all'ingresso di energia nel sistema, per cui saranno evitate le relazioni e le persone che apportano calore e ricercate quelle caratterizzate da un bilancio energetico negativo. Per questa ragione, sia a livello di ricevente che a livello di attore di aiuto, è per lo schizoide più proficuo cercare di stare nella dimensione del "sottile/piccolo" che è comunque una dimensione di apertura, piuttosto che in quella del "resiliente/forte", che rappresenta una forma di chiusura, peraltro inefficiente, in quanto facilmente travolta dalla pressione interna ed esterna. Per rovesciare il paradosso "sottile eppure resiliente" si potrebbe immaginare l'antinomia "audacemente tenero".

Contratto/senza contatto

eppure

più vicino al nucleo di altri

comprensione profonda

sensibile

Ed eccoci all'ultimo paradosso di Davis, quello più profondo e vicino alla verità ontologica di questa personalità. E' in questo paradosso che si celano le grandi risorse che può mettere in campo sia nel processo di "autoguarigione" che nel rapporto di aiuto. Lo stato di contrazione e di mancanza di contatto rappresentano al contempo l'ostacolo al suo pieno dispiegarsi nel mondo e il

¹⁰ v. Will Davis, "Un'introduzione all'instroke", www.bioenergetic.it

percorso obbligato verso il centro del Sé, dove tra l'alternarsi di foschia e nuvole temporalesche intuisce la presenza della sfera incorruttibile dell'essere. Da qui, nonché dalla dolorosa esperienza del distacco, può nascere una profonda comprensione dell'esistenza e della condizione umana e non solo, perché lo sguardo compassionevole abbraccia anche la sfera degli altri esseri animati.

Come ha compreso Davis, il tratto schizoide contiene il problema e la sua soluzione, può essere visto come un disturbo e come un'opportunità, se ciò ha valore per quel che concerne la sfera personale, lo stesso vale anche per la sfera professionale, incluso il campo delle professioni di aiuto, dove la capacità di introspezione, di comprensione profonda, la sensibilità e il senso di connessione possono essere grandi risorse da mettere a frutto.

In chiusura vorrei ribadire l'importanza di una "sufficientemente buona" psicoterapia individuale: per il counselor con un tratto schizoide rappresenta un passaggio fondamentale al fine di acquisire una maggiore fiducia in se stesso e nella relazione, nonché la via per mettere a frutto le grandi risorse di cui dispone. Le psicoterapie ad indirizzo corporeo rappresentano la via maestra, perché lo schizoide ha bisogno di tornare ad abitare il corpo, tuttavia la spiritualità caratteristica di questo tratto non può essere trascurata dal processo terapeutico, perché è lì che nascono le grandi e paurose tempeste e al contempo abita la luce, in una specie di stretto di Magellano dell'anima. Si tratta di un viaggio, quasi al di là dell'umano, che richiede l'ausilio di un cartografo un po' visionario.

Bibliografia

Davis, Will, The Biological Foundations of the Schizoid Process,
[http://www.functionalanalysis.de/e107_files/downloads/The Biological Foundations of the Schizoid Process.pdf](http://www.functionalanalysis.de/e107_files/downloads/The_Biological_Foundations_of_the_Schizoid_Process.pdf)

Davis Will, “Un’introduzione all’instroke”, www.bioenergetic.it

Johnson, Stephen M. (1994), Stili caratteriali, p. 110

Guntrip, Harry (1968), Schizoid Phenomena, Object Relations and the Self

Marchino, Luciano (1995), La Bioenergetica. Anima e corpo

Yontef, Gary (2001), "Psychotherapy of Schizoid Process", Transactional Analysis Journal, Vol. 31, No. 1, January 2001