

Donnel B. Stern, PhD, è analista didatta e supervisore presso il William Alanson White Institute di New York e docente presso il Postdoctoral Program in Psychotherapy and Psychoanalysis della N.Y. University. Tra i curatori del manuale *The Handbook of Interpersonal Psychoanalysis* (Analytic Press, 1995), nonché del volume *Pioneers of Interpersonal Psychoanalysis* (Analytic Press, 1995), nel 2002 subentra a Jay Greenberg alla direzione della rivista *Contemporary Psychoanalysis*.

Radicato nella tradizione psicoanalitica sulliviana, Donnel Stern lavora al concetto di *'esperienza non formulata'* da circa 25 anni avvalendosi dei contributi del pensiero ermeneutico di H. G. Gadamer e del costruttivismo sociale, secondo quel processo di cambiamento di paradigma che in psicoanalisi va da un modello positivista di comprensione della situazione psicoanalitica ad un modello costruttivista. *"Oggi siamo particolarmente interessati all'emergere del senso di un'esperienza che prima non aveva significato, e sempre meno interessati a quella che Bollas ha efficacemente definito "la decodificazione psicoanalitica ufficiale"* (Stern, in: Hoffman I., 1998, p. 48)

Il suo progetto è quello di sviluppare una teoria che tenga conto da un lato della dissociazione e del Sé multiplo, importanti temi dell'attuale approccio relazionale e, dall'altro, della rimozione e del Sé unitario.

Secondo la rappresentazione della comprensione, propria del *circolo ermeneutico* (utilizziamo le parti per comprendere l'intero e l'intero per afferrare le parti), l'individuo non è mai isolato rispetto alla realtà che lo circonda ma fa parte del mondo ed è costantemente impegnato nel compito del costruire l'esperienza. Stern ritiene che la conoscenza sia una funzione del campo interpersonale: *"Penso che il cervello sia individuale, ma la mente è un fenomeno del campo, una rete, una ragnatela"*. Conoscenza ed esperienza sono il risultato di un continuo processo di formulazione o spiegazione: nel senso di 'mettere in comune', condividere e co-costruire un significato consensualmente validato di cui si fa esperienza grazie alla visione prospettica offerta dalla rappresentazione simbolica.

Fondando, sia l'ermeneutica che il costruttivismo, sul principio per il quale l'esperienza individuale non ha in sé un'organizzazione intrinseca o naturale fino a che non venga organizzata nel linguaggio, 'messa in parola', è possibile riflettere sull'esperienza *"solo quando essa esista in forma verbale (...) solo la simbolizzazione rende possibile l'esperienza conoscibile."* (Stern)

E' il campo interpersonale a definire quale parte della nostra esperienza preriflessiva potrà essere messa in parole e quindi pensata e quale, invece, sarà chiusa fuori *"nella regione più lontana dell'orizzonte personale di un individuo"* (Stern) La comprensione e l'interpretazione si sviluppano attraverso una reciproca influenza interpersonale e l'esperienza relazionale configura i possibili significati esperienziali. Il racconto di vita del paziente è anche in parte una nuova storia che viene creata all'interno dell'interazione con l'analista. Il simbolo non vive per se stesso, ma per qualcos'altro, *"in fondo è il segno stesso della relazione"* (Olivotto, in: Racalbutto A., De Zordo M.R. 1990) o, direbbe Stern, della avvenuta *'fusione degli orizzonti'* di analista e analizzando.

All'interno del campo interpersonale dunque, secondo Stern, la rivelazione del significato costituisce più spesso una creazione (o meglio, una co-creazione) piuttosto che la scoperta di una verità preesistente. La partecipazione personale dell'analista al processo ha un effetto costante su ciò che egli comprende di se stesso e del paziente nell'interazione. Lo stesso vissuto controtransferale dell'analista si qualifica come un tipo di esperienza che raramente possiamo cogliere direttamente, ma in cui tutto è inizialmente fiavole e indistinto. Una indistinzione verso la quale però manteniamo attiva la nostra attenzione e la nostra curiosità.

L'interpretazione, che permette di dare un particolare significato ad una realtà ambigua quale, ad esempio, una esperienza preriflessiva, è dunque sempre ed inevitabilmente un evento di natura relazionale o interpersonale. *"Un contesto adeguato è quello in cui il significato del discorso e del comportamento altrui può dispiegarsi o sbocciare; quello che permette un ampliamento dei significati; che dischiude a parti sempre maggiori della capacità di esperire una possibilità di significare (...) Un contesto poco adeguato fa sì che nuovi significati restino preclusi; costringe la comprensione entro sentieri che portano a destinazioni già note."* (Stern, 2003)

Come Freud ha rivelato riconoscendo all'inconscio il potere di generare il non convenzionale (lapsus, paraprassie, sogni ...) il significato inconscio è un'idea sfuggente e a volte nella nostra esperienza qualcosa

precede o sorprende l'ordine del linguaggio. Spesso è proprio nei momenti non programmati, non pianificati, spontanei, quei momenti che spiazzano paziente e analista, che a volte accadono le cose più importanti e più mutative di una analisi. Qualcosa sta nascendo nella mente del paziente ma si presenta come uno stato mentale caratterizzato da deficit di chiarezza e di differenziazione, che non può essere verbalizzato proprio mentre se ne fa esperienza, una sensazione crepuscolare che Stern definisce *'caos non formulato'* o *'caos familiare'* a causa della dimensione perturbante connessa al senso di familiarità che accompagna l'esperienza preriflessiva nel soggetto.

Si tratta di ciò che Stern chiama **"esperienza non formulata"**: ciò che non è ancora esplicito alla coscienza, una esperienza non ancora conoscibile nei termini separati e definiti del linguaggio e perciò spesso percepita come forma ambigua, indistinta. Uno stato di *'sbandamento percettivo'* (Stern), aperto a una vasta gamma di interpretazioni, che possiede il carattere di potenzialità di sviluppo attraverso il linguaggio. Siamo di fronte ad una esperienza potenziale, 'come una figura che emerge dalla nebbia' e che dipende interamente dal significato che noi gli attribuiamo. Per quanto ritenuta intrinsecamente ambigua, l'esperienza non formulata trattiene un contenuto che deve essere colto ed un senso che deve essere (co-)costruito. Secondo Donnel Stern l'esperienza non formulata si differenzia dal concetto freudiano di rimozione, perché nell'esperienza non formulata si tratterebbe di materiale che non è *mai stato portato all'interno della coscienza*, e non di materiale che è stato rimosso. Ciò significa che *"il compito di rendere cosciente l'inconscio non può descriversi esattamente come un concedersi la possibilità di accedere a ciò che è già lì, ma, semmai, come un acquisire la libertà di articolare o costruire ciò che ci si è rifiutati fino a quel momento di pensare."* (Stern, 2003)

L'interpretazione "mette in parola" l'esperienza non formulata. (*"L'interpretazione riesce a mettere insieme un qualcosa che stava nascendo nell'esperienza del paziente ... (che)... riconosce "immediatamente la verità" dell'interpretazione"*). O meglio – afferma Stern – *"l'interpretazione riesce a mettere insieme un qualcosa che stava nascendo nell'esperienza del paziente."* Se lo scopo dichiarato della psicoanalisi clinica rimane essenzialmente quello di cogliere il senso del non verbale attraverso le parole (o la restituzione con parole nuove di un'esperienza verbale) è la riflessione che *"salva l'inconscio dall'essere nient'altro che una serie di coercizioni, e che lo rende, piuttosto, una preziosa risorsa."* (Stern)

Il concetto di 'esperienza non formulata' di Stern sembra costituire un'interessante estensione ed approfondimento di concetti simili, quali *il conoscere implicito* di Daniel Stern (2004), *il conosciuto non pensato* di C. Bollas (1987) o *il felt sense* ('sensazione sentita' o 'significativa') di E. Gendlin (che teorizza però principalmente sugli aspetti corporei della sensazione sentita significativa). In effetti, privilegiando ora gli aspetti del verbale (come l'interpretazione o l'insight intellettuale secondo una certa concezione classica, oppure come nel caso dei *now moments* dell'omonimo Daniel N. Stern che sembra dare molta importanza all'esperienza in quanto tale, imprevedibile e non programmabile) ora gli aspetti del non-verbale, sono molti gli Autori che fanno riferimento ad elementi della vita psichica inarticolati ed inespressi che provocano la sensazione di una conoscenza non simbolica, non verbale, procedurale, non riflessivamente conscia, che è ancora confusa e che sta sotto a qualsiasi emozione, qualsiasi pensiero o situazione.

Dal canto suo, Donnel B. Stern sostiene che né l'esperienza verbale né quella non verbale hanno significato in se stesse ma trovano un senso solo nella loro interazione reciproca. E da tutti Donnel Stern si differenzia ritenendo l'esperienza non formulata una esperienza inconscia, appartenente ad un inconscio non-rimosso diverso da quello dinamico freudiano formato invece da contenuti rimossi. Viene dunque messa in discussione l'idea di un inconscio pienamente formato che influenzi l'esperienza in modi oggettivi e tangibili.

Pertanto, nell'esperienza non formulata si apre, nell'individuo così come nel campo interpersonale, il conflitto tra conoscere e non conoscere.

La dissociazione, che nel pensiero di Donnel Stern è considerato il meccanismo di difesa per eccellenza piuttosto che la rimozione, riguarda proprio l'evitamento dell'interpretazione dell'esperienza. Secondo Stern la dissociazione si pone come fenomeno di massima non-conoscenza ovvero come la decisione inconscia di non interpretare l'esperienza e di lasciarla nel suo stato non formulato per ragioni difensive, una indisponibilità inconscia ad esperire certi stati dell'essere. Diversamente dalla rimozione, che mantiene una verità preformata dalla consapevolezza, la dissociazione non permette mai che noi spieghiamo e

mettiamo in parole la nostra esperienza. Non si tratta più di un congelamento statico pulsionale negli abissi dell'inconscio (come nel caso della rimozione), ma di un processo di continua anticipazione ed evitamento di ciò che è avvertito come pericoloso. Reagisce quindi alle circostanze presenti e alla percezione di quanto viene inconsciamente sentito.

Un meccanismo dissociativo così strutturato si articola su un terreno pienamente relazionale. Alla base del materiale dissociato infatti, vi sarebbe l'esperienza che non ha (o che non ha potuto avere) un'eco relazionale, ad esempio, nella relazione con le figure genitoriali. Stern (2003) scrive: *“Definiamo la dissociazione motivata da una difesa, come la disconnessione determinatasi a livello inconscio tra l'esperienza e i suoi contesti più adeguati, una disconnessione che impedisce l'emergere di livelli più ampi di comprensione e di quei nuovi significati che risulterebbero altrimenti possibili.”*

Di tale condizione preme sottolineare non tanto l'evitamento del dato, quanto la conseguente restrizione della libertà di pensiero e della libertà di sentire. *“E l'azione terapeutica è più spesso un fatto di grande curiosità e libertà di pensiero, piuttosto che l'aumentato accesso a memorie pre-formulate”* (Stern, 2005) Il paziente va dunque aiutato al *“recupero dell'uso della mente”* (Stern), riconducendo il circolo vizioso creatosi ad un circolo ermeneutico. La dissociazione è infatti il fallimento della capacità di intendere l'esperienza non formulata come un *“disordine creativo”* e di lasciare all'immaginazione la possibilità di dispiegarsi liberamente, *“quasi un collasso dello spazio transizionale”* (Stern, 2003) Allo stesso modo, la messa in atto è il segnale del tracollo dell'immaginazione.

Riferimenti bibliografici citati:

Hoffman I. (1998), *Rituale e spontaneità in psicoanalisi*. Astrolabio 2000

Olivotto I., *Alla ricerca del simbolo*. In: Racalbuto A., De Zordo, *Simbolo. Alla ricerca dell'oggetto perduto*. Lubrina Editore, Bergamo 1990

Stern D. B. (2003), *La fusione degli orizzonti: dissociazione, messa in atto, comprensione*. Giornata di studio ISIPSE, Roma, ottobre 2003

Stern D. B. (2005), *L'esperienza non formulata: un'introduzione*. Panel presentato al Convegno IARPP *“L'esperienza inconscia: prospettive relazionali”*, Roma giugno 2005

Stern D. B. (1997, 2003), *L'esperienza non formulata. Dalla dissociazione all'immaginazione in psicoanalisi*. Ed. Del Cerro, Pisa 2007 (in corso di pubblicazione)

Eduardo Grasso
Vice Presidente AFPI