



La "via regia" verso  
l'inconscio

Freud e l'interpretazione dei sogni

# 1. L'uomo secondo i filosofi

## Nella filosofia antica e medievale

**Socrate:** l'uomo è essenzialmente la sua anima, sede della **coscienza pensante** ed eticamente operante

**Platone:** l'uomo è costituito dalla sua anima, realtà divina che deve liberarsi dal corpo attraverso l'esercizio della **ragione** e della filosofia

**Aristotele:** l'uomo è unione di anima e corpo, la prima naturalmente destinata a dare vita al secondo e coordinata dalla **ragione**

**Plotino:** l'uomo è costituito dalla sua anima, e attraverso l'esercizio della **ragione** può ricongiungersi con il divino

**S. Agostino:** l'uomo è un'anima che si serve di un corpo, e la sua anima è a immagine della Trinità, essere, **verità** e amore

**S. Tommaso:** l'uomo è persona, la creatura più perfetta in quanto possiede una **natura razionale**

## Nella filosofia moderna

**Cartesio:** l'uomo è una res cogitans, una **sostanza pensante** o anima che elabora conoscenze certe sul mondo, che dirige e risiede in una res extensa, sostanza estesa o corpo che funziona come una macchina

**Kant:** l'uomo, essere materiale, ha in sé la grandezza della sua **natura razionale**, con la quale è chiamato ogni giorno a camminare sulla via della conoscenza e del perfezionamento morale

**Hegel:** l'uomo è l'essere che con la **ragione** e la filosofia coglie la razionalità della realtà e la comprende nella sua essenza profonda

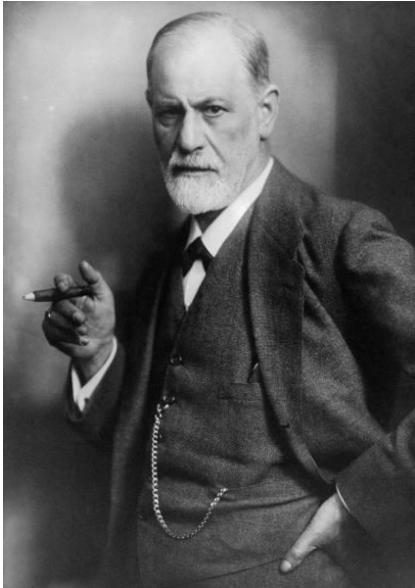
In definitiva ... l'uomo è principalmente un essere dotato di ragione, e la ragione costituisce il suo principale strumento di contatto e di interpretazione del mondo

## 2. I “maestri del sospetto”

La scuola del sospetto è dominata da tre maestri che in apparenza si escludono a vicenda: Marx, Nietzsche e Freud. Sotto la formula negativa “la verità come menzogna” si potrebbero porre questi tre esercizi del sospetto. Se risaliamo alla loro intenzione comune troviamo in essa **la decisione di considerare innanzitutto la coscienza nel suo insieme come coscienza “falsa”**. Con ciò essi riprendono ognuno in un diverso registro il problema del dubbio cartesiano ma lo portano nel cuore stesso della fortezza cartesiana. Il filosofo educato alla scuola di Cartesio sa che le cose sono dubbie, che non sono come appaiono; ma non dubita che la coscienza non sia così come appare a se stessa; in essa senso e coscienza del senso coincidono; di questo dopo Marx, Nietzsche e Freud noi dubitiamo. **Dopo il dubbio sulla cosa è la volta per noi del dubbio sulla coscienza.**

da Paul Ricoeur, *Dell'interpretazione. Saggio su Freud*, 1967

### 3. Freud: il conquistatore dell'irrazionale



Freiberg, 1856 - Londra, 1939

- *"Ogni adulto convive con il bambino che è stato"*
- *"Sopportare la vita rimane, tutto sommato, il primo dovere degli esseri umani"*
- *"Il sogno è l'appagamento di un desiderio"*

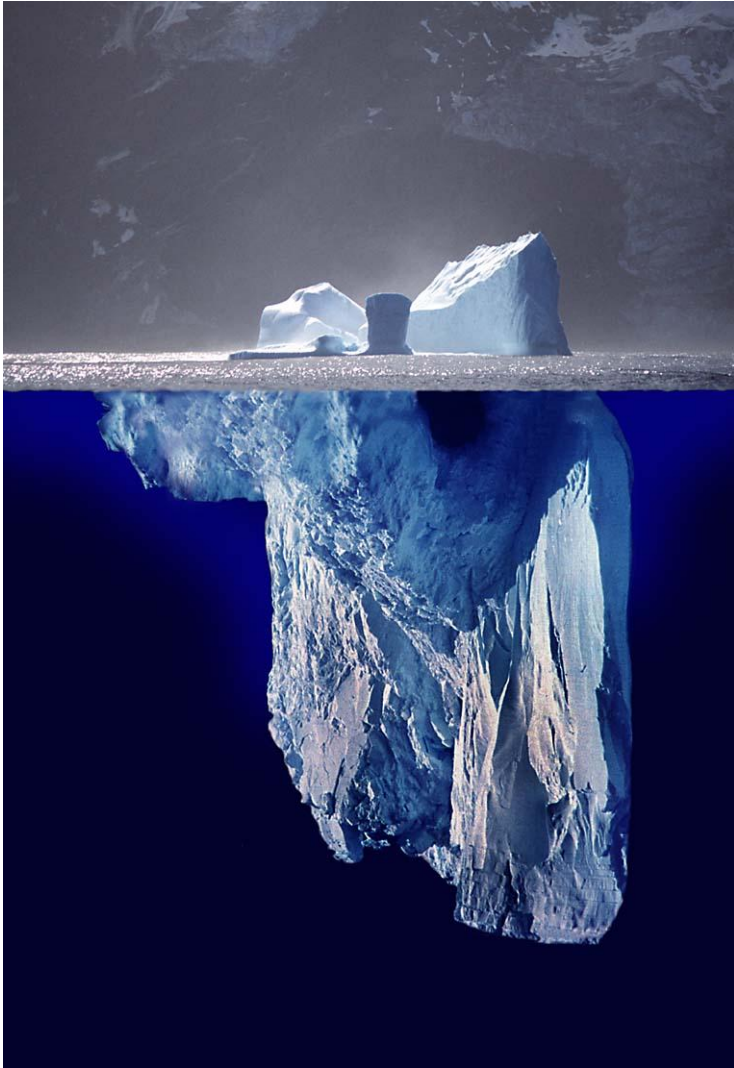
Freud, fondatore del movimento psicanalitico, **aprì una breccia definitiva nell'edificio della Ragione filosofica**, secondo la quale la forza motrice della società era costituita dalla conoscenza razionale, fonte di ordine e progresso per l'umanità

Egli sondò le profondità della psiche e scoprì il **lato irrazionale della natura umana**

Affermò che l'individuo è fondamentalmente **un essere non razionale**, spinto da forze emotive, istintive e pulsionali che spesso non riesce a conoscere e a controllare

Per l'uomo occidentale, da allora, non è stato più possibile credere semplicemente e ingenuamente nella Ragione per risolvere i problemi del vivere collettivo

Chi è l'uomo secondo Freud?



Freud si propone di elaborare una **teoria metapsicologica della mente**: andare dietro la coscienza, al di là dei dati immediati messi a disposizione da essa per risalire alle **cause inconsce del comportamento umano**

Si propone di:

- descrivere la **struttura** e il **funzionamento** della psiche umana
- elaborare una **terapia** che possa condurre i suoi pazienti a prendere coscienza delle proprie nevrosi e trovare una cura

## La struttura della psiche secondo Freud

**Es**

Serbatoio di energia psichica, delle forze primitive e pulsionali e dei desideri inconsci che tendono alla soddisfazione immediata

**Super Io**

Censore interiore, rappresentante della tradizione e dei giudizi di valore tipici della società di appartenenza

**Io**

Struttura che deve mediare tra imperativi del Super Io, richieste pulsionali dell'Es e le necessità della realtà esterna



È **impegnativo** e **complesso** il processo di maturazione della propria identità!

Siamo tutti dei nevrotici, allora?

Certo che no, il conflitto tra le varie agenzie psichiche è costante e all'ordine del giorno, e **normalmente riusciamo a orientarci nella complessità delle nostre dinamiche interiori** (*Psicopatologia della vita quotidiana*)

**I problemi insorgono quando**, a fronte delle richieste della realtà esterna, **l'lo non riesce più a mediare** tra essa, l'Es e il Super lo, quando si abbassano le difese poste dall'lo

## I principali meccanismi di difesa dell'lo

- **Rimozione:** rappresenta quel meccanismo di difesa automatico inconscio di **disconoscimento delle proprie immagini mentali spiacevoli, istinti aggressivi**, pieni di particolare carica emozionale
- **Proiezione:** **attribuzione ad altri di vissuti emotivi spiacevoli** che invece appartengono alla nostra interiorità
- **Regressione:** meccanismo che può instaurarsi anche nelle normali esperienze di vita quotidiana alla **ricerca di un ritorno sia pur transitorio ad un momento di gratificazione giovanile** (adolescenziale o infantile). È un meccanismo di difesa finalizzato inconsciamente o meno ad un recupero degli equilibri psichici. Ma oltre ad essere episodico può anche essere un meccanismo permanente

- **Razionalizzazione:** è un processo di schermatura volto a coprire una crepa nel mal riuscito processo della rimozione, per cui viene operata inconsciamente una **distorsione delle idee, delle motivazioni, delle percezioni e delle interpretazioni con la finalità di creare delle giustificazioni** di fronte a se stesso e agli altri
- **Sublimazione:** consiste nel **dirottare le proprie pulsioni aggressive primitive verso mete più nobili** socialmente accettabili ed encomiabili
- **Psicosomatizzazione:** rappresenta un meccanismo di difesa caratterizzato dal **convogliare emozioni, pensieri o comportamenti penalizzanti su funzioni fisiologiche** e quindi sul corpo

Cosa accade quando si attenuano le nostre difese psichiche?

- **Lapsus:** errori **apparentemente casuali, bizzarri o privi di senso** (come errori linguistici e vuoti di memoria) che il soggetto compie sull'impulso di un'istanza inconscia e che diventano il canale **per esprimere pensieri che altrimenti la censura**, legata alla coscienza, **rimuoverebbe**
- **Atti mancati:** fenomeni psichici che consistono in un **errore d'azione, si vorrebbe fare una certa azione e invece se ne fa un'altra**. L'inconscio ci spinge a fare delle azioni che non vorremmo, o a non fare azioni che vorremmo
- **Fobie:** **irrazionali e persistenti paure e repulsioni** di certe situazioni, oggetti, attività o persone, che possono, nei casi più gravi, limitare l'autonomia del soggetto, che non si adatta con l'ambiente sociale
- **Sogni:** formazioni psichiche che **rivelano la presenza di desideri**, spesso negativi e aggressivi, **repressi nella vita quotidiana cosciente**

## 4. L'interpretazione dei sogni

*L'interpretazione dei sogni*, pubblicata 1899 (ma datata 1900 per enfatizzarne il carattere di lavoro epocale), è una delle opere di Sigmund Freud che sta alla base degli ulteriori sviluppi del suo pensiero.

Essa segna il **passaggio** del metodo psicoanalitico, per accedere ai contenuti inconsci della psiche, **dalla semplice tecnica della libera associazione di idee al nuovo metodo che privilegia direttamente l'attività onirica**, che limita considerevolmente l'attività censoria della ragione.

All'uscita di quest'opera il sogno era relegato ai margini degli interessi psicologici e gli veniva negata addirittura una qualsiasi validità psichica; ciò aiuta a comprendere quanto il volume freudiano fosse **rivoluzionario**, accolto parimenti con interesse e con sprezzanti critiche dal panorama culturale e scientifico dell'epoca.

Che cosa intendiamo comunemente per sogno?

- Sequenza di immagini più o meno coerenti che si presentano durante il sonno; serie di rappresentazioni visive, incontrollate dalla coscienza e dalla volontà, che ci si presentano nelle ore del sonno
- Fantasia, cosa lontana dalla realtà; vagheggiamento di cose desiderate e irrealizzabili; illusione, fantasticheria
- Persona, cosa molto bella

**Cosa intende Freud per sogno?**

## Il sogno è legato al desiderio

Il sogno è l'appagamento di un desiderio rimosso e risalente per lo più all'infanzia.

Che tipo di appagamento? **Allucinatorio**, ottenuto, cioè **immaginando**, come in una rappresentazione teatrale, **la realizzazione** di quel desiderio.

Il motore dei sogni consiste nei desideri **inconsci**, non accessibili all'io, che operano all'interno della psiche umana; **durante la notte rafforzano i loro effetti** per via della minore attività della coscienza, e hanno dunque l'occasione di emergere sotto forma di immagine onirica.



## Le fonti dei sogni

**Il sogno è la continuazione della vita vigile**, che si riallaccia sempre alle rappresentazioni presenti nella coscienza. Il contenuto dei sogni è sempre determinato dalla personalità individuale, dall'età, dal sesso, dalla posizione sociale e dagli avvenimenti ed esperienze che hanno interessato tutta la vita dell'individuo. **Tutto il materiale che forma il contenuto del sogno viene dall'esperienza vissuta, ricordata e riprodotta nel sogno.**

Può però accadere che nel contenuto del sogno vi sia del materiale che non si riconosce come appartenente alle proprie conoscenze; la spiegazione è che **molti elementi sono stati rimossi dall'individuo.**

L'elemento fondamentale da cui il sogno trae il materiale da riprodurre è la **vita infantile, in parte dimenticata e inutilizzata nell'attività psichica cosciente.** Ad essere ricordati, in molti casi, non sono gli avvenimenti che durante la veglia si ritengono importanti, ma quelli secondari, indifferenti ed irrilevanti, appartenenti ad un passato più o meno remoto.

I sogni sono provocati da una vasta serie di stimoli:

▣ **stimoli sensoriali esterni:** accadimenti che ci raggiungono durante il sonno, come la luce intensa che colpisce gli occhi, il rumore che riesce a farsi udire, una sostanza odorosa che stimola la mucosa nasale ...

▣ **stimoli sensoriali interni:** percezioni soggettive di tipo visivo o uditivo che tutti conosciamo da svegli

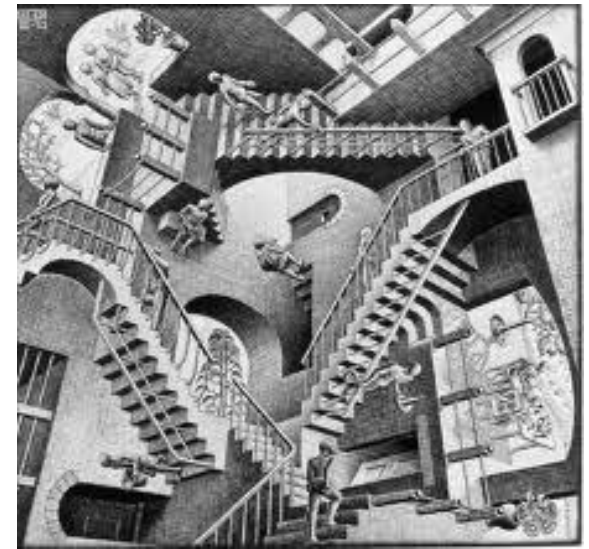
▣ **stimoli corporei interni:** il cadere da un'altura: la sensibilità cutanea viene stimolata ad esempio quando un braccio si scosta dal corpo o quando un ginocchio ritratto viene bruscamente disteso; la perdita dei denti: lo stimolo dentario; il volo: immagine adeguata dalla psiche per indicare l'eccitamento prodotto dal movimento respiratorio; il disagio per la propria nudità: se la sensibilità cutanea viene eccitata per esempio dallo spostamento o dalla caduta della coperta ...

▣ **fonti psichiche:** le persone sognano ciò che fanno durante il giorno e ciò che le interessa da sveglie

## Interpretare i sogni: perché?

Ma i sogni sono spesso **strani e incoerenti**: vanno, perciò, interpretati.

Il sogno è una “realizzazione velata di desideri inibiti”, cioè **espressione di desideri che la coscienza disapprova** e che non vuole siano rivelati.



Le immagini che ricordiamo al risveglio sono il frutto di una **deformazione** che rende irriconoscibili i contenuti profondi del sogno.

Tale deformazione è **necessaria per eludere la censura** sempre attiva nella psiche, anche quando dormiamo.

Tuttavia certi desideri sono **troppo forti** per essere annullati, e cercano di riaffiorare.



Il sogno, o meglio, le immagini che ricordiamo al risveglio, sono il risultato di un compromesso tra gli impulsi rimossi e la censura.

Tali immagini costituiscono il **contenuto manifesto** del sogno, mentre il desiderio che è stato deformato per eludere la censura costituisce il **contenuto latente**, il significato profondo del sogno.

Interpretare un sogno significa scavare nel contenuto manifesto per cogliere il contenuto latente.



## Interpretare i sogni: come?

Come vanno interpretati i sogni? Con il **metodo delle libere associazioni**. Nel raccontare il sogno, il paziente finisce inevitabilmente con l'associare alle immagini oniriche (contenuto manifesto) ricordi del passato, pensieri, altre immagini, attraverso cui affiorano desideri (contenuto latente) che hanno avuto origine nell'infanzia.

Non solo. Capendo come si formano i sogni è possibile, usando le stesse **leggi**, decifrarne il contenuto latente. Tali leggi sono:

✚ **condensazione**: è il collegamento tra elementi che nella veglia sarebbero scollegati. Quindi ogni elemento manifesto del sogno rappresenta o può rappresentare una quantità di elementi latenti

✚ **spostamento**: è l'attribuzione di un carattere di un elemento ad un altro elemento

✚ **drammatizzazione**: i contenuti latenti del sogno sono rappresentati nel sogno manifesto tramite azioni o situazioni

✚ **simbolizzazione**: è un elemento accettabile alla coscienza che nasconde un contenuto inaccettabile. Freud stabilì un certo numero di simboli che considerava universali, ma ha sempre ritenuto che per dare significato al simbolo usato da una persona fosse indispensabile conoscerla bene

✚ **rappresentazione per l'opposto**: il contenuto manifesto è l'opposto del contenuto latente. Ossia ciò che ricordiamo di un sogno è l'opposto di quello che in realtà è il nostro desiderio, consistente appunto nel contenuto latente

✚ **identificazione**: il sognatore può identificarsi in altre persone attribuendo loro sentimenti o facendogli assumere comportamenti che egli si vieta pur desiderandoli

✚ **ambivalenza**: il farsi sostituire in sogno da un altro personaggio mette anche in luce la propria ambivalenza riguardo ad alcuni desideri. Il conflitto tra desiderio e sentimento di colpa ad esso associato viene così risolto con una soluzione di compromesso

## La rimozione dei sogni

Quando si esce dal sonno spesso il ricordo che abbiamo del sogno si dissolve; molto spesso ci sembra di ricordarlo solo in parte, e sentiamo che il suo sviluppo era molto più ricco. Il ricordo di un sogno, ancora vivido al mattino, nel corso della giornata si riduce a piccoli frammenti.

La maggior parte delle immagini oniriche sono **esperienze ripetute un'unica volta**, e si tende a dimenticare più facilmente ciò che è avvenuto una sola volta e a **ricordare meglio le percezioni ripetute**. Affinché sensazioni, rappresentazioni, pensieri e simili arrivino ad essere ricordati, è necessario che non restino isolati, ma che formino tra loro legami ed associazioni di tipo logico.

Generalmente ciò che è contraddittorio è ricordato raramente e con difficoltà. **Al sogno mancano sia coerenza sia ordine**. Le composizioni oniriche sono prive della possibilità di costruirsi un ricordo, e vengono dimenticate perché di solito si sgretolano sin dai primi momenti. **Con il risveglio, il mondo sensoriale che preme da tutti i lati cattura l'attenzione**, tanto che pochissime immagini oniriche sono in grado di resistere alla sua potenza.