

L'anima estroversa dei luoghi e introversa dei sogni

“ Un estroverso puro non esiste, neppure un introverso puro.

Se esistessero, starebbero al manicomio “ [C.G. Jung, 1977, p. 537]

Jung introduce i termini di Introversione ed Estroversione nel vol. VI “Tipi psicologici”, scritto circa sette anni dopo “Simboli della Trasformazione”. La rottura con Freud quindi era ormai cosa certa e, nonostante fosse risaputo che la causa scatenante di questo dissidio fosse il modo diverso di Jung di concepire la libido e la psiche, Jung si pone una serie di domande su quanto accaduto tra sé, Freud e Adler. Poco alla volta, giunge alla conclusione che "è il tipo psicologico che determina e limita il giudizio dell'uomo" tal che "ogni modo di considerare le cose è necessariamente relativo", vale dire influenzato "dal modo con cui l'individuo si rivolge al mondo, il suo rapporto con gli uomini e le cose". Nel successivo volume VII questo suo pensiero prende esplicitamente forma, dice infatti Jung : “[...] Entrambi gli studiosi vedono certo il soggetto in relazione all’oggetto; ma con quali occhi diversi è vista questa relazione! In Adler l’accento cade su un soggetto che cerca sicurezza e superiorità sugli oggetti; in Freud invece l’accento cade interamente sugli oggetti, i quali, a causa della loro natura determinata, sono una spinta o un ostacolo per la brama di piacere che è propria del soggetto. Questa diversità non si può far risalire ad altro che a una differenza di temperamento, un contrasto fra due tipi [...] La controversia Freud-Adler non è che un esempio paradigmatico di questo fatto.”¹

Questa conclusione porta Jung naturalmente a cercare di costruire una tipologia universale.

Con i termini di Estroversione e Introversione Jung indica il duplice orientamento della trasformazione della libido nei suoi processi di progressione e regressione, per cui essi sono due movimenti dell’energia psichica.

Secondo Jung questi atteggiamenti hanno antecedenti biologici, cioè sono innati.

Estroverso e Introverso sono tipi estremi, normalmente si verificano mescolanze o successioni di atteggiamenti in situazioni diverse o addirittura in periodi diversi.

Jung tenta di sistematizzare la modalità d'azione della coscienza a livello pratico e di spiegare come mai essa agisca in maniera differente nei vari individui. In tale lavoro, lo psichiatra svizzero fa spesso ricorso allo studio del pensiero religioso e filosofico a partire dal protocristianesimo di Tertulliano e Origene, passando per Friederick von Schiller, Johann Wolfgang Goethe, Immanuel Kant fino ad arrivare a William James.

¹ C.G. Jung, Due testi di psicologia analitica, vol. VII, Bollati Boringhieri, pp.43-45

Con il termine “tipo” Jung intende un esempio od un modello del carattere peculiare di una specie o di una collettività. Nel senso più ristretto di questo lavoro, il tipo è un modello caratteristico di un atteggiamento generale, che si manifesta sotto diverse forme individuali. Quando un tale atteggiamento è abituale e caratterizza l'individuo, si parla di tipo psicologico. I tipi basati sulle funzioni fondamentali vengono chiamati: tipo logico, tipo sentimentale, tipo intuitivo, tipo sensoriale; tutti questi tipi si dividono in razionali e irrazionali. Ai primi appartengono il tipo logico e quello sentimentale; ai secondi il tipo sensoriale e il tipo intuitivo. Le preferenze della libido permettono di distinguere introversi ed estroversi. Tutti i tipi fondamentali possono appartenere ad ambedue le classi, secondo che dominino l'introversione o l'estroversione.

Nelle definizioni che concludono il volume sesto alla voce Estroversione leggiamo "Estroversione significa orientamento della libido verso l'esterno. Chiamo estroverso un rapporto del soggetto con l'oggetto tale che l'interesse soggettivo si muove positivamente verso l'oggetto. Nello stato di estroversione si pensa, si sente e si agisce relativamente all'oggetto, in modo evidente e direttamente percettibile, tanto che l'atteggiamento positivo del soggetto riguardo all'oggetto è fuori di dubbio. In un certo senso, è un atto di trasferimento dell'interesse del soggetto nell'oggetto. Se si tratta di un'estroversione del pensiero, il soggetto si pensa in qualche modo nell'oggetto; se si tratta invece di un'estroversione del sentimento, questo compenetrerà l'oggetto come dall'interno. Nello stato di estroversione il soggetto è fortemente ma non esclusivamente condizionato dall'oggetto. L'estroversione è attiva quando è intenzionale, voluta dal soggetto; passiva, al contrario, quando è l'oggetto che l'ottiene con forza, attirando, suo malgrado, l'interesse del soggetto. L'estroversione abituale produce il tipo estroverso"².

Per una maggiore comprensione delle caratteristiche di questo tipo osserviamo, seguendo la strutturazione junghiana, l'atteggiamento generale della coscienza e dell'inconscio.

In merito ai fenomeni di coscienza, il tipo estroverso agisce sotto l'influenza delle cose e delle persone, i suoi atti sono rapportabili a condizioni esterne e ad avvenimenti reali.

Le sue leggi morali coincidono con le esigenze della società, ovvero con la concezione morale comunemente accettata, scrive Jung “se l'opinione comune fosse diversa, diverse sarebbero le linee soggettive di condotta morale, senza che per questo l'habitus psicologico d'insieme subisca la minima modificazione”. Tuttavia questo rigido condizionamento dei fattori oggettivi non implica un adattamento totale o ideale alle condizioni di vita, anche se dal punto di vista dell'estroverso, questo modo di agire è un adattamento totale, non avendo altri criteri a sua disposizione. L'estroverso può essere anormale in un determinato momento storico o in una situazione particolare; in questo caso,

² C.G. Jung, *Tipi psicologici*, vol. VI, Bollati Boringhieri, pp.475

un individuo inserito in simili circostanze agisce nello stile del suo ambiente, ma si trova nello stesso tempo in una situazione anormale in rapporto alle leggi generali della vita.

La linea di demarcazione tra un tipo estroverso normale e patologico, dice Jung, è che il primo si è inserito e non adattato all'ambiente, egli ad esempio sceglierà la professione che in quel posto e in quel momento sembra offrirgli un avvenire migliore, si inserisce senza gravi attriti nelle circostanze che gli si presentano e non ha altra pretesa che di adeguarsi alle condizioni oggettivamente fissate, farà o eseguirà quello di cui il suo ambiente avrà bisogno in quel momento, quello che ci si aspetterà da lui, si asterrà da ogni innovazione che non sia assolutamente e evidentemente necessaria e da tutto ciò che possa in qualche modo andare al di là delle aspettative dell'ambiente.

Affinchè preservi la sua normalità, l'estroverso deve tener conto della realtà dei suoi bisogni e delle sue necessità personali: questo però è anche il suo punto debole, perché la sua tendenza è talmente rivolta all'esterno che lo stato del suo corpo, ovvero la più materiale delle realtà soggettive, non viene più presa in considerazione a causa della sua troppo poca oggettività.

Ne consegue che il suo corpo inizia a soffrire ed è raro che l'estroverso se ne accorga, questo si paleserà in lui quando si manifestano sensazioni corporee anormali.

Il più grande pericolo in questi casi è di essere assorbito negli oggetti e perdersi totalmente in essi.

Il tipo estroverso sviluppa disturbi funzionali o realmente corporei come fenomeni di compensazione che obbligano il soggetto a limitarsi. La nevrosi più frequente in questi casi è l'isteria, il carattere isterico inizialmente è un'esagerazione dell'atteggiamento normale, completato da reazioni compensatrici dell'inconscio che, opponendosi all'estroversione esagerata, attraverso i disturbi somatici, obbligano l'energia psichica ad introvertirsi.

La tendenza dell'estroverso a perdersi totalmente negli oggetti viene compensata a livello inconscio da "una tendenza radicalmente egocentrica". Jung scrive: "L'atteggiamento inconscio atto a compensare efficacemente l'atteggiamento cosciente estroverso presenta un carattere, in un certo senso, "introvertente"; questo concentra l'energia sul fattore soggettivo, cioè su quei bisogni e quelle esigenze che hanno subito una repressione o una rimozione da parte di un atteggiamento cosciente troppo estroverso.

L'assimilazione totale all'oggetto si scontra con la resistenza dell'elemento minoritario represso costituito dal passato e da ciò che esiste fin dall'origine. Questa considerazione del tutto generale permette di comprendere che le pretese inconscie del tipo estroverso hanno un carattere nettamente primitivo, infantile ed egoista. L'assimilazione al dato oggettivo impedisce ai movimenti soggettivi troppo deboli di diventare consci, queste tendenze assumono così, in base al loro grado di rimozione, un carattere regressivo in modo tale che più l'atteggiamento cosciente estroverso è

completo, più l'atteggiamento inconscio è infantile ed arcaico. “A volte è anche contraddistinto da un egoismo brutale, che supera largamente l'infantile e rasenta la scelleratezza”.

L'atteggiamento conscio sottrae a queste tendenze infantili il potenziale di energia, lasciandone solo quella parte che non può essere sottratta e che Jung chiama “istinto originale”. In quanto istintuale questo residuo energetico non potrà mai essere estirpato se non dopo una lunghissima trasformazione organica che coinvolga diverse generazioni.

Ogni tendenza repressa conserva, quindi, un potenziale energetico corrispondente alla forza istintiva.

È possibile in questi casi incontrare ad esempio i desideri incestuosi descritti da Freud.

Quando l'opposizione inconscia arriva a paralizzare l'attività conscia la catastrofe finale può assumere un valore soggettivo e prendere la forma di un tracollo nervoso, accade allora che le esigenze dell'inconscio si impongono categoricamente alla coscienza provocando un conflitto dannoso che porta a non saper più cosa si vuole, si desidera niente e tutto contemporaneamente, si vorrebbero troppe cose e alcune impossibili da realizzare. Cessata la funzione compensatrice delle tendenze inconscie, esse assumono il carattere distruttore, formando un “blocco unitario opposto all'atteggiamento conscio, che con la sua presenza, porta al conflitto aperto”.

Scrivono Jung, l'introversione fa riferimento al volgersi della libido verso l'interno. Con ciò è espresso un rapporto negativo del soggetto con l'oggetto. L'interesse non si muove verso l'oggetto, ma ripiega da esso sul soggetto. Chi è atteggiato nel senso dell'introversione, pensa, sente, agisce in maniera tale da lasciare intendere chiaramente che la sua determinazione principale è il soggetto, mentre all'oggetto compete un valore secondario.

L'introversione può avere ora un carattere prevalentemente intellettuale, ora prevalentemente affettivo, così come può essere caratterizzata dall'intuizione o dalla sensazione. L'introversione è attiva quando il soggetto vuole un certo isolamento dall'oggetto, passiva quando il soggetto non è in grado di riportare nuovamente la libido che da questo rifluisce.

Di fondamentale importanza nell'introverso è che lui si orienta secondo i fattori soggettivi. La coscienza introversa, vede l'oggetto ma dà preponderanza alle determinanti soggettive, ciò che è di fondamentale importanza è che l'elemento soggettivo dell'individuo subisce cambiamenti individuali.

Di notevole rilievo è che l'atteggiamento dell'introverso è condizionato dalla struttura psicologica, inizialmente acquisita per eredità ed inerente al soggetto, essa non è semplicemente identica all'io, è la struttura psicologica del soggetto prima di ogni sviluppo di un io. Quello a cui fa riferimento è l'inconscio.

Ciò che orienta l'introverso non è soltanto l'io che sta al centro della coscienza, tiene in considerazione anche l'inconscio che a sua volta si organizza su più livelli: individuale e collettivo. L'archetipo è una forma simbolica che entra in gioco quando ancora non esiste alcun genere di concetto cosciente, o quando ragioni interne od esterne lo rendono impossibile: i contenuti dell'inconscio collettivo sono rappresentati dalla coscienza sotto forma di inclinazioni o concezioni caratterizzate.

L'individuo è portato di regola a ritenere che esse siano condizionate dall'oggetto; a torto, giacché provengono dalla struttura inconscia della psiche ed il solo effetto dell'oggetto è di scatenarle. Queste inclinazioni e concezioni soggettive portano l'individuo nella sfera d'influenza dell'oggetto; e sono di un'importanza psicologica maggiore, nella misura in cui si sovrappongono a tutte le impressioni.

Ne deriva che l'introverso appare un egocentrico pieno di sé, dominato da sentimenti di potenza.

L'atteggiamento dell'inconscio nell'introverso è quello di dare importanza ai propri stati soggettivi, a tal proposito bisogna sottolineare che l'oggetto può disporre di una potenza indescrivibile, proprio quando l'io è molto limitato e molto fragile: sarebbe diverso se fosse il sé a misurarsi con l'oggetto. Se l'io ha volto a proprio favore le aspirazioni del soggetto, si produce com'è naturale per compensazione, un rafforzamento inconscio dell'influenza oggettuale. Questo mutamento si traduce nel fatto che, nonostante gli sforzi realmente disperati per assicurare all'io la supremazia, l'oggetto e i dati oggettivi esercitano, nonostante tutto, un'influenza tanto più insormontabile in quanto si impadronisce dell'individuo senza che egli lo sappia, imponendosi così irresistibilmente alla coscienza. Poiché i rapporti dell'io con l'oggetto sono difettosi (il desiderio di dominare in effetti non è una forma di adattamento), si produce nell'inconscio un rapporto di compensazione che si manifesta nella coscienza sotto forma di attaccamento incondizionato ed irresistibile all'oggetto: più l'io cerca di assicurarsi ogni tipo di libertà, di indipendenza, di autonomia e di superiorità, più diventa schiavo del dato oggettivo.

La libertà dello spirito viene incatenata ad una miserabile inferiorità economica, la non curanza nell'azione scompare ansiosamente, una volta o l'altra, dinanzi all'opinione pubblica, la superiorità morale sprofonda nel pantano delle relazioni dubbie, il desiderio di potenza finisce col diventare un penoso desiderio di essere amato. L'inconscio si preoccupa ora del rapporto con l'oggetto, in modo atto a distruggere quanto più definitivamente possibile le illusioni di potenza e le fantasie di superiorità del conscio: l'oggetto prende dimensioni angosciose, nonostante gli sforzi del conscio che tende a comprimerlo. In seguito, l'io si sforza ancora di separarsi dall'oggetto e di dominarlo; finalmente si protegge con un sistema formale di sicurezze, descritto con esattezza da Adler, per tentare almeno di conservare l'illusione della superiorità, facendo questo l'introverso si stacca

completamente dall'oggetto e si logora interamente in misure di difesa da una parte, ed in tentativi infruttuosi dall'altra, per imporsi all'oggetto e per affermarsi.

Questi sforzi sono continuamente ostacolati da impressioni schiaccianti, che provengono dall'oggetto, il quale, a dispetto di tutto, continua ad imporsi, provocando nel soggetto gli stati affettivi più spiacevoli e più resistenti, incalzandolo insistentemente.

Egli si esaurisce continuamente in un enorme lavoro interiore, per tentare di “sostenersi”: così la sua forma tipica di nevrosi è la psicoastenia, malattia caratterizzata da un lato dalla sensibilità che può avere solo una persona fortemente sensitiva, da un altro lato una grande stanchezza e da un affaticamento cronico.

L'analisi dell'inconscio personale rivela una gran quantità di fantasie di potenza, associate alla paura di oggetti fortemente animati, ai quali l'introverso finisce per soccombere facilmente. In seguito all'angoscia per l'oggetto si sviluppa una vigliaccheria particolare che porta l'individuo ad essere sempre indeciso e timoroso quando un soggetto con queste qualità deve provare a esprimere la propria opinione.

Dal momento che gli oggetti agli occhi dell'introverso hanno qualità potenti e inquietanti, egli non può recepirle coscientemente ma crede di recepirle a livello inconscio.

Il rapporto con l'oggetto assume caratteristiche primitive, con le singolari qualità che tale atteggiamento comporta. Sembra quasi che l'oggetto abbia un potere magico e che ogni nuovo oggetto attivi sentimenti di paura, preoccupazione e diffidenza, quelli tradizionali sono profondamente legati all'anima come da un filo invisibile, difficile da recidere e solo tanto lavoro analitico permette l'introduzione dell'altro.

In termini junghiani l'altro rappresenta la possibilità di favorire l'integrazione della funzione inferiore, la porta attraverso la quale tutte le figure dell'inconscio entrano nella coscienza. Il nostro regno cosciente è come una stanza con quattro porte, ed è dalla quarta porta che fanno il loro ingresso l'Ombra, l'Animus o l'Anima e la personificazione del Sè.

La funzione inferiore è la ferita della personalità cosciente che mai si rimargina e sanguina perennemente, ma è attraverso di essa che l'inconscio può entrare in ogni momento apportando un ampliamento della coscienza e generando un atteggiamento nuovo.

La funzione inferiore costituisce un importante ponte verso l'esperienza degli strati più profondi dell'inconscio. L'accostarsi a essa e il riuscire a restarvi, non già l'immergersi in essa solamente per un attimo, provoca un enorme cambiamento nella struttura dell'intera personalità.

Un' importante strada per entrare in contatto con la funzione inferiore è l'analisi dei sogni grazie ai quali essa si lega all'Ombra, all'Animus, all'Anima e al Sè e conferisce loro una connotazione caratteristica.

Jung scoprì inoltre che l'immaginazione attiva è una delle strade per affrontare la quarta funzione.

Seguendo la strada di Jung citiamo...

Estia: capace di godere della solitudine e di percepire il significato della spiritualità;

Persefone capace di essere recettiva, di apprezzare la fantasia e i sogni e di avere delle capacità psichiche potenziali...;

Ade il cui mondo interiore è ricco di immagini che lo porta al distacco dal mondo reale;

Afrodite capace di godere del piacere e della bellezza, di essere sensuale e creativa;

Ulisse l'eroe ferito che sacrifica il potere per ritornare in patria;

Ermes capace di comprendere e di comunicare con il mondo;

Leopardi che attraverso la sua anima si prende cura della sua ferita accedendo all'area della creatività: scrivere diventa il balsamo che cura la sua anima;

Manzoni capace di muovere la folla attraverso la descrizione letterale della sua realtà storica.

È nostra la possibilità di percorrere i luoghi dello spirito e l'anima dei sogni.

Quale maschera muove i nostri percorsi?

Dott.ssa Giovanna Poeta