

Trauma e difese

Alcuni punti.

Illustrare i problemi posti dall'evento traumatico e dalla processualità psichica non può prescindere dalla consapevolezza che quest'ultima , in quanto *sistema auto-organizzante, appartiene alle organizzazioni complesse.*

Sul piano mentale il termine trauma, è usato genericamente per designare la violenza di un evento esterno che provoca *una reazione di riorganizzazione.*

Questa reazione per condizioni particolari del soggetto o circostanze ambientali in cui si trova, *non riesce ad essere elaborata ed integrata nella coscienza.*

La dicotomia evento-soggetto , nella mentalizzazione dell'esperienze agisce, infatti, su alcuni processi mentali quali :

***Integrazione* , ovvero uno stato di coscienza non può essere suddiviso dal suo oggetto in componenti indipendenti.**

***Differenziazione* , ovvero la percezione del proprio Sè come sintesi in una unità della complessità delle esperienze vissute.**

W. James nel trattato: "Principi di Psicologia " ha posto le basi della teorizzazione contemporanea di questo concetto. James definì il Sé come un costrutto teorico che individua la somma e l'insieme di tutto ciò che l'uomo può chiamare suo: il suo corpo, i suoi tratti, le sue capacità, ecc.,. Una sorta di Me empirico trattato da questo autore rispetto a tre tematiche:

1. Le sue componenti
2. I suoi sentimenti
3. Le sue azioni di ricerca e di autoconservazione.

Le componenti attraverso le quali si definisce la costituzione del Sè, sono :

il sè materiale,

il sè sociale,

il sè spirituale o morale,

l'io come principio di identità

Mentre il significato, della nozione del Sè come processo, implica alcune **funzioni come:**

**il pensare,
il ricordare,
il percepire.**

Su questi processi si basa l'attività rappresentativa della coscienza, e dei processi di mentalizzazione delle esperienze vissute.

L'esperienza emozionale può essere considerata come un processo dinamico più che una condizione stabile o permanente.

I diversi aspetti implicati nell'attività emozionale suggeriscono inoltre che l'emozione debba essere considerata come un costrutto psicologico complesso; un sistema nel quale intervengono differenti componenti.

Il processo emozionale è infatti riconducibile ad una serie di funzioni :

Cognitiva per la valutazione e per l'organizzazione dei processi rappresentativi di Sè e dell'ambiente.

Motivazionale per il significato soggettivo delle reazioni e dei comportamenti espressi.

Soggettiva relativa al vissuto.

Fisiologica, per le reazioni fisiche correlate .

Espressiva-motoria, per quanto riguarda il significato comportamentale e relazionale delle reazioni ed azioni manifestate.

Il trauma rappresenta una situazione disequilibrante rispetto ad un compromesso che l'individuo ricerca nel proprio processo di adattamento. Adattamento ad una variabile ambientale che necessita di essere codificata al fine di renderla conoscibile e controllabile dal bisogno di costanza ed omeostasi, che caratterizzano il funzionamento biopsichico. La sua eziologia è caratterizzata da due fattori: la natura dell'evento e lo stato psichico del soggetto.

Detto diversamente la realtà viene generata normalmente attraverso la nostra partecipazione ad essa, piuttosto che essere il risultato di una immagine interna che applichiamo al mondo esterno.

Una conseguenza di questa interazione è che la percezione di noi stessi attraverso le situazioni che viviamo, è possibile solo se sentiamo che la nostra soggettività è inscrivibile all'interno dell'esperienza stessa.

TRE ASPETTI CARATTERIZZANTI LE ESPERIENZE TRAUMATICHE:

Un primo riguarda l'intensità della situazione che ne deriva e che apporta un incremento di stimoli che sommerge le capacità di risposta della struttura psichica stessa. Questa abnorme stimolazione determina, analogamente a quanto accade fisiologicamente nel corpo, una reazione di contro-investimento e di difesa della propria integrità.

Un secondo aspetto, riguarda la complementarità che coinvolge la dimensione biologica-filogenetica- psicologica.

La complementarità di questi livelli di risposta è espressa attraverso la comparsa dell'angoscia, da cui derivano i processi di rimozione e la rottura nella coesione ed unicità dell'io.

Un terzo aspetto, riguarda (in contrasto con il concetto di regressione che riguarda il conflitto), come il trauma introduca una concezione progressiva (traumatica) come riattivazione automatica di una serie di attitudini difensive potenziali dell'individuo stesso.

Il contenuto quantitativo diventa così discriminante tra una maturazione precoce di una sua componente (vedi gli aspetti di razionalizzazione o di spostamento) ed un accumularsi di progressive scissioni nel Sè, che frammentano ed atomizzano la personalità se le componenti traumatiche degli eventi tendono a ripetersi.

Questi elementi li ritroviamo anche nei criteri, che nel DSM-IV descrivono il disturbo post-traumatico da stress ovvero:

Il primo (A1) individua nella percezione di una minaccia alla propria sicurezza conseguente ad un effettivo evento-esperienza pericolosi.

Il secondo (A2) considera l'individuo traumatizzato colpito da un'intensa attivazione affettiva associata a comportamenti organizzati su base contingente.

Nel DSM-IV, vengono inoltre evidenziati sintomi che rilevano un atteggiamento caratterizzato da riattivazione emozionale e mnestica, ricorsiva, riferita all'evento traumatico e sintomi inibitori e di evitamento degli stimoli ansiogeni.

L'interpretazione, che ne deriva dell'evento traumatico e delle difese della persona, si focalizza significativamente nel considerare queste ultime come una fuga dal conflitto, fino a vederne elementi di scissione e di non integrazione che si producono nelle strutturazioni intrapsichiche.

Vedi, in particolare, gli stati di dissociazione nell'area del Sè.

Le incoerenze del Sè nascono dalle esigenze contrastanti di mantenere un certo grado di coerenza interna a fronte del flusso di stimoli interni, vitali per l'individuo. La tensione che ne deriva costituisce l'equilibrio instabile dell'identità e spinge a mantenerla su aree parziali, rigidamente escludenti elementi vissuti come disgreganti e letti come non-me.

Ne risulterebbe, pertanto l'impossibilità di accedere ad una rappresentazione completa ed integrata degli elementi che costituiscono il Sè individuale.

Questo in quanto, a causa del principio di determinismo psichico, la loro differenziazione non è tra interno od esterno, ma l'essere l'una sottomessa al primato delle motivazioni inconscie e l'altro con più ampie potenzialità rielaborative, sottomesso al controllo dell'organizzazione dell'lo.

Il rapporto interattivo tra uomo ed ambiente che è alla base dell'attività emozionale ci fa comprendere, come il concetto di controllo emotivo vada inteso come capacità di modulare e regolare le risposte emotive alle varie esigenze che si pongono nell'interazione con gli altri.

Scherer 1982 ha descritto varie componenti :

1. una componente cognitiva finalizzata alla valutazione della situazione stimolo.

**2. Una componente fisiologica di attivazione.
Determinata dall'intervento del sistema neuro-
vegetativo.**

3. **Una componente espressivo-motoria.**

4. Una componente motivazionale che implica l'intenzione e la prontezza o disposizione ad agire.

5. Una componente soggettiva consistente nel vissuto sperimentato dall'individuo.

In sintesi i processi difensivi innescati dall'io riguardano conseguentemente:

- La scarica dell'energia attivata**
- L'evitamento di ciò che potrebbe aumentare la quantità di eccitazione**
- Attivando processi di rimozione, negazione, rinnegamento e di scissione.**

L'incistamento dissociato dell'esperienza traumatica, configura una delle risposte possibili alle minacce estreme e straordinarie, in un continuum che va dall'adattamento protettivo, all'impotenza appresa (Seligman 1975, in cui si rinuncia a tentativi inutili di proteggersi). Esso viene in tal modo collocato all'interno delle risposte possibili agli eventi stressanti. (vedi DSM IV)

Il significato da attribuire agli eventi stressanti o traumatizzanti pone il problema della incertezza che, l'attribuzione soggettiva e consapevole di un valore di verità a tali eventi complessi, comporta per la rappresentazione che l'individuo ha del proprio Sè.

Infatti mentre le unità più semplici di informazione , tipo le configurazioni sequenziali di scariche neuronali, sembrano relativamente solide, il loro significato tuttavia , è ambiguo.

(vedi i comportamenti di autoprotezione che sembrano quasi certamente veri , mentre la possibilità di ricostruire il processo attraverso cui questa funzione si compie è meno chiaro).

Tutti noi siamo sospesi, a distanze diverse, tra il sapere ed il non sapere sul trauma, catturati tra la compulsione a completare il processo di conoscenza , e l'incapacità o la paura di farlo . È nella natura del trauma eludere la nostra conoscenza, e questo a causa sia della difesa che del deficit. Il trauma soverchia e vanifica la nostra capacità di organizzare la conoscenza.

(Laub e Auerhahn 1993 : Knowing and not knowing massive psychic trauma: Forms of traumatic memory. In *International Journal of Psycho-Analysis* , 74, pp287-302).

**Phyllis Greenacre 1952 : Trauma crescita e
personalità. 1986 , Raffaello Cortina Editore**
**Felicity de Zulueta 1993: Dal dolore alla
violenza. 1999,Raffaello Cortina Editore.**
**Richard J. Mc Nally2003: Remembering
trauma. Harvard University Press.**