

# I MECCANISMI DELLA "COSCIENZA"

**Romeo Lucioni**

Nell'uomo, quando parliamo di "sviluppo" ci riferiamo istintivamente ed automaticamente alla strutturazione della personalità nella quale riconosciamo

?? cause genetiche ed ereditarie;

?? determinanti biologiche;

?? motivazioni psico-relazionali

che sono in costante interazione e continua interferenza.

Un maggiore schematismo ci porta a considerare:

?? processi innati;

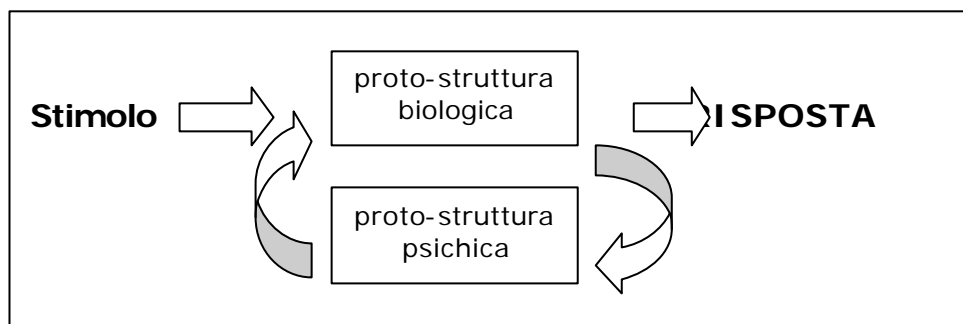
?? determinanti acquisite

che hanno sostituito ancestrali letture che la cultura occidentale e cristiana riferiva alla dicotomia corpo - anima.

L'analisi di questi quesiti ci porterebbe alla diatriba tra materialismo e spiritualismo, ma la questione é da considerarsi superata poiché, per determinare la struttura psico-fisica dell'individuo, é ormai riconosciuta una integrazione ed una reciproca influenza tra biologico e psichico.

Riconosciamo ormai come certo che il processo di funzionamento psico-mentale é sotteso alla struttura cerebrale, intesa, nel suo complesso, come S.N.C. (sistema nervoso centrale).

Come modello schematico possiamo immaginare che lo "sviluppo" parta e sia determinato dall'input sensoriale:



Questo schema non vuole minimamente riferirsi a determinate e specializzate aree cerebrali, ma, al contrario, dobbiamo pensare ad un funzionamento del S.N.C. (anche nei suoi primi stadi, anche, cioè, quando non é ancora del tutto "maturato" o mielinizzato) che risponde a caratteristiche di "globalità".

In esso si evidenzia la possibilità che ogni input sensoriale determini la messa in moto di un primordiale "sistema biologico" - la **struttura** - che, oltre a promuovere la risposta riflessa e/o coordinata, (per es. motoria), in una specie di "via ultima comune", influenza e/o attiva anche processi che chiamiamo "proto-psichici".

Questi, a loro volta, sono in grado di modificare la "struttura" e, quindi, influenzare, in modo indiretto, la via ultima comune e le risposte conseguenti.

La "coscienza" emerge ad un certo punto dell'evoluzione psicomente in modo non derivabile dalle sue parti componenti, cioè si struttura superando lo schematismo rigido del controllo delle esperienze.

Tale lettura, sorta da una concettualizzazione evoluzionistica, biologica e neo-materialista, in realtà tocca un tema fondamentale dello sviluppo cerebrale degli uomini che permette l'inserimento del linguaggio e della coscienza.

Ormai tutti riconoscono che il linguaggio è permesso da una modificazione quantitativa e qualitativa della corteccia cerebrale (aree di Wernike e di Broca) è riconosciuto, ma anche lo sviluppo e la modificazione della corteccia prefrontale sono considerati processi fondamentali per l'acquisizione di caratteristiche umane.

Il 60% dell'attività corticale interessa le strutture prefrontali, dando quindi un'impronta significativa al cervello umano sia dal punto di vista qualitativo che quantitativo.

Damasio ha recentemente riferito che la maturazione della corteccia prefrontale è l'ultima a completarsi, tra il 18° ed il 24-esimo mese di vita.

Queste acquisizioni neurobiologiche e neurofisiologiche permettono una interpretazione precisa delle modalità di strutturazione della coscienza.

La corteccia prefrontale svolge due funzioni prioritarie:

a. **controllo delle emozioni** che si strutturano per l'attività del sistema limbico (cervello del serpente) che ha la caratteristica di scaricare con breve latenza, coinvolgendo l'ipotalamo (reazioni vegetative) e in modo istintivo (preconscio e automatico). Questa attività del sistema limbico non è controllata da tutta la corteccia, ma solo da quella prefrontale con la quale ha connessioni dirette nei due sensi (cosa che non succede con le altre aree della corteccia);

b. **sviluppo delle attività affettive** che regolano i rapporti interpersonali, la vita di relazione e, quindi, i *sentimenti*.

Prima del completamento della maturazione frontale le possibilità di risposte complesse di tipo affettivo sono limitate, difficili e poco persistenti; difficilmente ampliabili al di fuori della sfera familiare (del branco).

Potremmo affermare che la maturazione della corteccia frontale libera il soggetto dall'impero delle emozioni, dall'incontinenza emotiva che è responsabile di una miriade di comportamenti automatici reattivi che interagiscono con l'adeguamento relazionale:

- vergogna
- sensi di colpa e di inadeguatezza
- sensi di inferiorità di fronte all'adulto.

Queste risposte caratteristiche sono quasi del tutto istintive ed automatiche, poco controllabili dalle capacità cognitive e razionali.

Proprio la maturazione tardiva della corteccia prefrontale dà senso e qualità allo sviluppo psicomente dell'uomo perché, attraverso il meccanismo della plasticità, permette l'adattamento della struttura alle funzioni richieste in maniera decisamente specifica.

Gli animali, con una corteccia prefrontale limitata, presentano uno sviluppo affettivo molto primitivo e le loro "relazioni" si limitano all'ambito del branco e riguardano il nutrimento ed il gioco.

Se poi consideriamo il rapporto degli animali con gli uomini potremo osservare come un "buon" rapporto con il padrone permette uno sviluppo affettivo più elevato anche se sempre predominantemente auto-riferito (egocentrico) in modo predominante.

Capire la coscienza significa:

?? avvicinarsi alla comprensione di noi stessi e del nostro mondo (mondo interno e mondo esterno);

?? fare riferimento al "modo" di strutturare la coscienza;

?? porsi la domanda se questo sia uguale per tutti o se, al contrario, sia la coscienza un fatto "personale", individuale.

"*cogito ergo sum*" diceva Cartesio, riconoscendo la coscienza come fatto intimo, tanto da poter affermare che l'essere sia "essere mente".

La "soggettività della coscienza" fa parlare di "auto-consapevolezza"; fa riferimento alla "coscienza di essere coscienti" e ad uno "stato mentale" che appartiene solamente al soggetto:

- i miei pensieri
- " ricordi
- " sentimenti
- le mie reazioni.

Questo meccanismo di autoregolazione continuerebbe all'infinito se non intervenissero meccanismi capaci di frenare il sistema e poi di mantenerlo stabilizzato; tali processi sono sicuramente legati alla **memoria** che, quindi, si evidenzia come una "capacità" fondamentale per determinare le risposte ed il funzionamento di quella che chiamiamo **personalità**.

La personalità può essere definita come l'insieme delle caratteristiche fisiche, psichiche, comportamentali e di relazione sociale caratteristiche di ogni individuo. In questa definizione si inserisce anche una funzione psico-mentale caratteristica per l'uomo che è la **coscienza**, cioè la possibilità di agire le proprie funzioni psichiche percependole come proprie ed anche come fondamento per un autoriferimento che permette di dire "Io sono io".

La coscienza, lo stato di coscienza, è stato riferito da Freud come qualcosa inerente la percezione, come se fosse il risultato di un processo di integrazione di sollecitazioni sensoriali, di sensazioni, di elaborazioni associativo-deduttive.

Partendo da queste considerazioni, lo stato di coscienza è da iscriversi in un'ampia gamma di funzioni psico-mentali:

- a) funzioni percettive automatiche che pongono il soggetto in relazione con il mondo esterno e creano il **senso di esistere** che equivale ad una risposta istintiva che pone il soggetto dentro i limiti fisici della realtà, in rapporto con gli oggetti e con gli altri simili;
- b) funzioni legate ad una elaborazione complessa dell'input percettivo evidenziata come elaborazione emotivo-affettiva che pone il soggetto nella dimensione di *sentirsi* individuo in rapporto relazionale con altri individui.

L'individuazione è sicuramente un processo complesso che risponde al **senso di sé**, all'autoriconoscimento, all'autovalorizzazione ed all'autosoddisfazione.

Il *senso di sé* è stato indicato da Herat come determinato dallo “*schema corporeo*”, mentre Schilder lo riferiva come “*immagine del corpo*”.

Freud, a sua volta, aveva detto che “... *l'Io comincia a strutturarsi come Io-corporale*” perché lì si relazionano le “*funzioni dell'istinto*”.

Schema corporeo;  
immagine di sé;  
immagine posturale;  
immagine relazionale

rappresentano il **corpo** che diventa quindi:

- strumento della comunicazione;
- depositario dei vincoli;
- attitudine esistenziale;
- luogo dove maturano motivazioni e desideri.

Il corpo diventa sinonimo di *senso di sé* che interessa tre aree:

- mente
- corpo
- mondo

lo *schema corporeo* racchiude in sé:

- i processi di identificazione;
- la struttura narcisistica;
- la capacità di funzionamento inconscio;
- la *mobilità* che si configura nell'inter-relazione con il mondo che cambia e che soffre le vicissitudini dello sviluppo.

C'è quindi una interazione dialettica tra il corpo ed il mondo, attraverso la quale cambia sia il sé che il mondo.

### **Corpo è una struttura sociale internalizzata.**



Queste considerazioni sono fondamentali per capire la coscienza e, soprattutto, per comprendere come questa non sia frutto di un procedimento mentale solipsistico, ma, anzi, ci ponga in uno stato di “uguaglianza”, cioè nella possibilità di comprendere che io-noi-voi possiamo leggere e vivere un funzionamento mentale egualitario.

La rottura dello stato di coscienza (o la mancata strutturazione) o della coscienza si può ben spiegare con un esempio pratico, sperimentale.

Un gruppo di ragazzi insufficienti mentali si confrontano; l'operatore spiega che hanno tutti la stessa età, frequentano la stessa scuola, amano gli stessi giochi ecc.; si pone la domanda:

“quanto sei alto?” il primo a rispondere dice “diciassette metri!”

“Quanto è alto il tuo compagno?” (che è esattamente uguale) – “un metro e mezzo!”.

Questo modo personalistico di leggere l'altro viene verificato con molti altri esempi e tutti fanno pensare che l'alterazione della coscienza (di sé e del mondo) sia dovuta ad un processo che possiamo chiamare “affettivo”, derivato cioè da un “pensiero affettivo”.

Da questo esempio si deduce perfettamente la rappresentazione del corpo è sottesa a emozioni, sensazioni, vincoli, vissuti, motivazioni e desideri.

Israel Resenfeld dice che “è meglio evitare di formulare una definizione precisa di coscienza perché si rischia di essere prematuri, restrittivi e fuorvianti”; poi ancora “...Crick ha ragione: non abbiamo nessuna idea di cosa sia la coscienza”.

Cionondimeno, siamo certi che gran parte delle nostre attività psicomentali siano consce, che la memoria abbia a che vedere con questa funzione e che l'attenzione agisca un ruolo determinante nel favorire entrambe.

Le difficoltà descrittivo-dichiarative si riflettono anche su gran parte delle funzioni psico-mentali perché in gran numero sono, in parte o totalmente, inconsce e ciò pone una limitazione considerevole alla sovrapponibilità di **coscienza** e **consapevolezza**.

Siamo consapevoli di possedere o di vivere una coscienza? (che è prerequisito per raggiungere una **verità**), oppure è la consapevolezza che dà senso di verità?

Anche in questo caso, però, abbiamo creato solo dubbi, riconoscendo la difficoltà del tema e l'inserimento nella discussione di una certa discontinuità se non di casualità.

Per avere “coscienza” siamo più sicuri che sia necessario avere certezza che una determinata cosa “esista” e questo lega la coscienza alla percezione; inoltre ci dobbiamo chiedere se questa coscienza risponda anche ad una “simbolizzazione” o che si possa avere coscienza di una semplice constatazione di realtà.

La *coscienza* è uno *stato psico-mentale* nel quale il soggetto è in grado di partecipare nel contatto con la realtà usufruendo delle capacità percettive, emotive, affettive e cognitive. Tale modello di *funzionamento psico-mentale* presuppone l'utilizzo di potenzialità che sono capaci di produrre:

- emozioni;
- intuizioni;
- sentimenti-affetti;
- pensieri-giudizio.

Queste quattro funzioni psicomentali sono, quindi, il fondamento della coscienza ed il rapporto tra loro non è di tipo consequenziale, ma strettamente concomitante; vale a dire che è la loro integrazione simultanea che “crea” lo “stato di coscienza”.

Dobbiamo pensare ad un funzionamento circolare o spiraliforme (così come quello preconnizzato per lo sviluppo della personalità) che in ogni momento della vita permette di sviluppare un adattamento consono con le necessità interne ed esterne.

La risposta ad uno stimolo (interno e/o esterno), sufficientemente intenso da poter essere percepito, mette, quindi, in attività contemporaneamente tutte le quattro funzioni psico-mentali principali che, a seconda dello stato di tensione della coscienza, permetteranno una risposta più o meno istintiva, emotiva, intuitiva, affettiva, cognitiva e razionale.

Il tema della coscienza-consapevolezza riflette anche quello del conoscere, quindi del capire: conoscere-sapere, simbolizzare o registrare.

Questi termini portano ad un'altra considerazione: si può dire che la coscienza-consapevolezza della realtà deve essere preceduta da una coscienza-consapevolezza riferita al sé (sono cosciente e consapevole di poter agire in coscienza e consapevolezza).

La consapevolezza di sé implica una "auto-identificazione" che non è innata, ma si organizza nel duplice rapporto con il sé e con il mondo. In questo processo identificatorio, l' Io non solo

- viene identificato, ma è anche identificante;
- storicizzato, ma anche storicizzante;
- pensato, ma anche pensante;
- assogettato, ma anche protagonista;
- narcisistizzato, ma anche narcisistizzante.

Il primo processo psichico attivo messo in atto dall'Io è quello *narcisistico* che, nella sua più primitiva espressione si organizza come "*narcisismo primario*" dominato da:

- tendenza alla simbiosi;
- egocentrismo;
- onnipotenza.

Il **narcisismo** mantiene la coesione organizzativa dell'attività psichica, dando stabilità al senso di sé ed all'autostima (nel loro momento di strutturazione iniziale).

Questa nuova *funzione* ha in sé un aspetto "trofico" poiché permette all'Io di procedere nel cammino dello sviluppo, anche se, inevitabilmente, si osserva, in questo periodo, una "debolezza" che, nelle sue forme più importanti, si propone come "*disturbo del processo narcisistico*", spesso causa di:

- frammentazione;
- perdita di vitalità;
- diminuzione dell'autovalorizzazione.

Ne segue una "*angoscia diffusa*" (libera) o una "*depressione vuota*" che sono la causa di una ricca sintomatologia:

- difficoltà nel mantenere il "valore" intrinseco dell'Io;
- apatia;
- ipocondria;
- disturbi del sonno e dell'appetito;
- perdita dell'iniziativa;
- assenza di progettualità;
- crisi dei valori e degli affetti:

*la soggettività si ripiega su se stessa.*

Al tempo di Freud l'angoscia era vista come "*angoscia di castrazione*", ora, invece, nella psicologia dello sviluppo, le angosce esprimono la labilità delle frontiere tra Io e oggetto (angoscia di separazione; di intrusione; di frammentazione).

In questa dimensione, il "*ritiro narcisistico*" diventa un tentativo poco organizzato e scarsamente efficace per "*superare la sofferenza*" che si insinua, quindi, tra:

?? momenti di conflittualità;

?? processi di strutturazione dello sviluppo dell'Io e delle facoltà psicomentali nell'ordine adattivo.

Questo delicato momento si evidenzia come:

- frontiera tra Io e oggetto;
- " " Io e Io-ideale;
- fusionalità con l'Altro che è anelata e temuta;
- intensa fluttuazione del sentimento di stima di sé;
- vulnerabilità per le inevitabili ferite narcisistiche;
- grande dipendenza dagli Altri e impossibilità di stabilire relazioni significative;
- inibizione e alienazione del pensiero che si sta trasformando da "concreto" in "affettivo";
- angoscia della perdita e ricerca di un *vuoto psichico* capace di dare calma e serenità;
- predominio delle difese primitive: *scissione, negazione, idealizzazione, identificazione proiettiva*.

Possiamo riassumere che il *disturbo narcisistico* deriva da:

- debolezza (labilità) ioica;
- povertà dell'autostima;
- indiscriminazione nel rapporto con l'oggetto;
- eccesso di aggressività;
- deficit della coesione o del "valore" del sentimento del sé;
- difficoltà nell'investimento degli oggetti;
- vulnerabilità degli oggetti investiti;
- difficoltà nello strutturare la coscienza e l'autocoscienza.

Ogni riflessione sul narcisismo coinvolge anche il "soggetto" e porta a dare significato alle diversità nelle manifestazioni cliniche e, quindi, a delineare i conflitti che soggiacciono ai sintomi.

Seguendo un criterio metapsicologico Luis Hornstein analizza come:

?? sentimento di coesione del sé → quadri borderline e schizofrenia;

?? sentimento di stima del sé → depressione e melanconia;

?? indiscriminazione tra oggetto storico - oggetto attuale → scelta narcisistica;

?? disinvestimento narcisistico → clinica del "vuoto" o dell'autismo.

Queste osservazioni sottolineano come l'identità non sia uno "*stato*", ma debba essere considerata come una ricerca, cioè un processo di elaborazione che mette in relazione l'Io con la Realtà.

L'insuccesso nella trasformazione narcisistica (che è stato descritto anche come "narcisismo negativo o maligno") conduce ad un fallimento delle relazioni primarie, attraverso una processualità traumatica che a volte può essere "macro-traumatica" ed altre risultato di piccoli traumi ripetuti o continui.

In definitiva l'insuccesso si evidenzia anche come "insuccesso dell'ambiente" (non solo personale), capace di indurre deficit evolutivi, dello sviluppo psico-mentale e dell'instaurarsi del Sé.

Le parti distruttive (egocentriche, libidiche, primitive) del "narcisismo primario" distruggono metaforicamente o realmente l'oggetto, portando al "trionfo della sua onnipotenza" che in realtà è isolamento e perdita della socializzazione e della relazione d'amore.

Melanie Klein aveva parlato di:

?? **stati narcisistici** nei quali il soggetto proietta parti dell' Ideale dell'Io (parti libidiche) sull'oggetto che può essere interiorizzato, controllandolo e negandone la separazione;

?? **reazioni d'oggetto narcisistiche** nelle quali la libido resta ancorata al soggetto che, con il meccanismo della *identificazione proiettiva*, lancia sull'oggetto le angosce distruttive del sé (Mauro Mancia).

Sono proprio questi (così come li osserviamo nella pratica clinico-psicoterapeutica) i meccanismi che regolano la nascita e/o la sterilizzazione dei processi affettivi, di socializzazione e di amore, che si organizzano tra il 18° ed il 24° mese (Antonio Damasio).

In definitiva, possiamo anche concludere che il processo di strutturazione dell'autocoscienza (oggetto sé) e della coscienza degli oggetti si organizza attraverso i meccanismi affettivi, valorativi, sociali e relazionali che, evidentemente, sono inconsci e preludono a quello che successivamente sarà la presa di coscienza conscia, simbolica, cognitiva e razionale.

Queste tematiche non possono però essere staccate dal problema che riguarda la strutturazione delle funzioni psichiche più primitive. Come dice Bruno Rosenbreg, se ci poniamo da un punto di vista biologico il concetto di "*pulsione*" appare come un concetto limite tra somatico e psichico, come una rappresentazione psichica di una eccitazione sorta a livello di "corpo".

Per questo Freud definisce la pulsione il "*rappresentante psichico di eccitazioni sorte nel corpo e che arrivano allo psichico*"

Nella parola "*istinto*" c'è insito il concetto di eccitazione somatica che precede, quindi, la pulsione: per istinto intendiamo il processo somatico che, a livello psichico, si esprime come pulsione.

Fonte di eccitazione somatica = istinto;

“ “ “ psichica = pulsione

le pulsioni sono, quindi, istinti trasformati in processi psichici.

Nel pensiero di Freud le pulsioni hanno avuto una complessa elaborazione teorica, ma finalmente si può affermare che si strutturano come:

?? **pulsioni di vita**, la cui figura metaforica è l'Eros, che riuniscono

- pulsioni di autoconservazione;
- pulsioni sessuali - di mantenimento della specie;
- libido dell'oggetto;
- narcisismo

e il compimento della vita, contro gli effetti devastanti delle

?? **pulsioni di morte**.



Va sottolineato che i “subcongiunti” della pulsione di vita sono in costante conflitto tra loro, favorendo, in questo modo, le pulsioni distruttive.

Le pulsioni di vita sono state anche identificate nella “**libido**” che racchiude in sé i sensi

- dell'autostima;
- dell'autosoddisfazione.

L'autostima è tributaria di una “storia libidinale” (ricerca del piacere) ed una “storia identificatoria” attraverso i successi personali, la configurazione dei vincoli ed anche la proiezione del sé verso il futuro.

Nell'organizzazione narcisistica la *ricerca dell'identità* e del *valore dell' Io* si basa sulla relazione tra:

- investimenti dell' Io
- “ di oggetto

vale a dire tra:

- economia narcisistica;
- “ oggettuale.

Lo sviluppo dell' Io ed il superamento della “dinamica libidinale” insita nel quadro conosciuto come *ideale dell' Io* (spostamento della libido dal soggetto all'oggetto) si manifesta nella capacità dell' Io a riconoscere l'oggetto come è in sé e non come mera proiezione dell' Io.

In questa definizione sono implicite le domande:

- il narcisismo ha una autonomia pulsionale o il suo divenire è insito nell'economia libidica?
- il narcisismo è un investimento pulsionale dell' Io?
- che differenza c'è tra divenire narcisistico e pulsionale?

Queste domande non trovano risposta se prima non si risolve il tema dell'Altro:

- qual'è la funzione che l'Altro disimpegna nella preservazione dell'identità e dell'autostima?

Nel rapporto con l' Altro l'Io trova la giustificazione per spostare la libido sull'oggetto che così diventa *Realtà* carica di *Verità* e di *Soddisfazione*.

Il meccanismo porta alla costituzione degli oggetti, interni ed esterni, ed anche dell'oggetto sé che, quindi, diventa l'obiettivo e/o il fine dell'economia pulsionale. Da questo si deduce che il narcisismo è insito nell'economia libidica, è un'investimento pulsionale dell'Io che comporta una sovrapposizione tra divenire narcisistico e pulsionale.

Nella relazione sociale, nel valore dell'incontro con l'Altro, l' Io trova la dimensione propria della coscienza (gli oggetti) e dell'autocoscienza (il Sé) , soprattutto, stabilisce il proprio divenire perché nel senso di valore e in quello di verità trova la risposta alle domande:

- chi sono?
- quanto valgo?

In questo modo l' Io trova la “strada” per uscire dallo “specchio”, per rompere la dipendenza, per strutturare il desiderio che, attraverso l'autostima, la fiducia e di consapevolezza in sé e l'autosoddisfazione, comincia a definire i limiti ed i perimetri di quel Sé (Kout) che è senso di sé, ma anche magistralmente **Io-ideale**.

Il narcisismo, nella sua economia e nel suo divenire, che è anche divenire pulsionale spostato sull'oggetto e sul sé, trasforma la libido in "Nome del Padre" che è forza, energia e spinta al superamento del

- *narcisismo primario* = solitudine devastante

per raggiungere quel

- *narcisismo secondario* = realtà, volontà e Io-ideale, cioè coscienza, autocoscienza, Nome del Padre, appartenenza a quel Noi che rappresenta non solo un Nome, ma anche un Cognome.

Queste considerazioni sul divenire del narcisismo e sulla costituzione della coscienza e dell'autocoscienza implicano anche la spiegazione di come la coscienza non sia una struttura, ma il risultato di un continuo ed inarrestabile divenire, di una crescita frutto di arricchimento di esperienze, di vissuti e, soprattutto, di relazioni, di incontro con l'Altro che non sarà più motivo di timore per possibili adesività e/o intrusività, ma sicurezza nel confronto e senso di verità.

Il narcisismo è il cammino che utilizza l'Io per raggiungere il suo Io-ideale, per contenere la "alterità", per evitare l'eccesso di presenza e di intrusione, per evitare che la perdita (distanza) si trasformi in assenza, per evitare di creare la dipendenza e la fusione proprio perché si teme la perdita del senso di sé e dell'autostima che, in ultima analisi, supporta l'angoscia di castrazione e, soprattutto, il terrore dello svanire nel nulla.