

Avere un'esperienza soggettiva a contatto con un altro
La contraddizione tra comunicazione e isolamento essenziale

Anna Ferruta

Potrei iniziare a comunicare con voi utilizzando le stesse parole di Donald Winnicott, che, rivolgendosi ai suoi interlocutori della Società di San Francisco l'8 ottobre 1962 in "La comunicazione tra individui esaminata in relazione allo sviluppo della capacità di comunicare nel neonato", così esprimeva il suo desiderio e la sua difficoltà di essere a contatto con un 'altro' potenzialmente alterante il sé: "E' evidente che, se ho percorso così tanti chilometri solo per incontrarvi e per rivolgermi a voi, la comunicazione mi sta molto a cuore. Lo scopo della mia visita non è vedere la California, ma entrare in contatto con le persone e le idee che nascono in questo luogo a cui io stesso vorrei dare un contributo(...). Se vengo qui e vi leggo una relazione didattica non sto comunicando con voi, vi sto violando, a parte il fatto che potete difendervi mettendovi a dormire o sognando a occhi aperti. Sarebbe più opportuno pensare che io e voi comunichiamo meglio quando abbiamo di fronte a noi qualcosa che stiamo guardando entrambi, potrebbe essere questo foglio, o qualsiasi altra cosa. (Winnicott, 2025, 95 e 98).

Qui Winnicott si riferisce alla comunicazione di chi, come l'analista e l'artista, non vuole immettere nell'altro qualcosa di preformato, come nell'insegnamento è necessario fare, ma vuole vivere con l'altro un'esperienza generativa di elementi del sé mai nati, o mai messi in contatto con un'alterità che dia loro forma e possibilità di condivisione.

Questa prima versione dello scritto "Comunicare e non comunicare: studio su alcuni opposti", presentato alla BPS nel 1963 e poi pubblicato in versione definitiva in *Sviluppo affettivo e ambiente* nel 1965 permette di vedere emergere con chiarezza nel pensiero di Winnicott il concetto di isolamento essenziale di ogni soggetto, necessario per avere una vita psichica sana e l'affermazione del diritto a non comunicare e a non essere trovato. Winnicott, al suo primo viaggio in USA, in un ambiente che gli è estraneo e che si attende molto da lui, si trova nella condizione ideale per descrivere l'esperienza affascinante e terrorizzante del neonato che ha bisogno di entrare in contatto con un oggetto da cui corre il rischio di sentirsi annichilito. Originariamente il neonato si relaziona con un oggetto soggettivo e non perde nulla della sua onnipotenza, grazie alla disponibilità della madre che si adatta a funzionare secondo il suo controllo onnipotente. Gradualmente la madre si disadatta e compare nella relazione l'esperienza di oggetti non-me, gli Oggetti Transizionali, che il

bambino crea-trova come simbolo di un'accettazione-rifiuto della separazione dalla madre: accettazione, perché lo aiutano a rimanerne separato, rifiuto perché fa esperienza di un contatto con una realtà non-me con le sue caratteristiche sensoriali, che utilizza per esprimere e dare vita alla sua potenza creativa autonoma, che l'esperienza della percezione con i sensi dell'oggetto non-me non mortifica ma esalta e amplifica.

Il riconoscimento dell'alterità dell'oggetto tuttavia non avviene attraverso un processo di adattamento/assoggettamento alla comunicazione fatta da un oggetto più sapiente con conseguente blocco e inabilitazione dell'attività mentale. Al contrario, il riconoscimento dell'alterità dell'oggetto avviene attraverso l'attivazione di un lavoro psichico del bambino che sceglie un oggetto con specifiche caratteristiche sensoriali (copertina, orsetto, ecc.), che trasforma in un possesso non-me e utilizza come mezzo per il tragitto tra il soggetto e l'oggetto-madre, con le sue autonomie, discontinuità, assenze, potenzialità annientanti. L'imprigionamento del soggetto all'interno del suo solitario psichismo, o nelle gabbie di una realtà esterna che richiede sottomissione o arroccamento in un isolamento totale, viene evaso attraverso un lavoro psichico che produce una realtà nuova, frutto della creatività del soggetto che utilizza del materiale che riconosce collocato fuori di sé per creare qualcosa di personale, che prima non esisteva, e crea l'oggetto transizionale, come l'artista crea la sua opera.

Winnicott approfondisce la complessità del problema della capacità di comunicare: quando il bambino comunica tramite gli OT che sono oggetti concreti, il nucleo centrale del sé che sta alla base del Vero Sé non viene alterato, **perché non c'è minaccia di comunicazione diretta:**

"perché ciò che unisce il bambino all'oggetto esterno è anche ciò che li separa. Se le cose vanno male, invece, all'estremo opposto, il Vero Sé è *incommunicado*, è inviolato, e questo è il vantaggio secondario che rende così difficile il cambiamento perfino nella schizofrenia infantile. Il Vero Sé ha una povertà che deriva dall'assenza di comunicazione con la realtà esterna, ma ha un vantaggio in quanto non è mai stato alterato dall'esercizio di meccanismi di proiezione o introiezione. Il Vero Sé, per quanto possa essere nascosto e misero nei suoi contenuti e nelle sue comunicazioni, rimane il luogo da cui, almeno teoricamente, l'individuo potrebbe iniziare a esistere, a vivere e a sentirsi reale. Nel caso dell'individuo normale, il Vero Sé è semplicemente il Sé educato che scende a compromessi e che in ogni caso protegge il nucleo centrale del Sé dalla comunicazione diretta" (Winnicott, 2025, 102-103).

Winnicott nel concludere questo saggio sulla comunicazione afferma con consapevolezza insieme felice e tragica che: "Ogni individuo umano è essenzialmente isolato"(Winnicott, 2025, 103). Proprio Winnicott, l'autore della frase 'non esiste un bambino senza una mamma' arriva a comprendere l'intensità tragica del prendere forma di una vita psichica, al prezzo di una solitudine

essenziale: "L'esperienza più reale per il nucleo centrale dell'Io del paziente è quella del non comunicare" (Winnicott, 2025, 103). Un insegnamento etico di Winnicott, nella pura lezione di Freud, che aveva iniziato prendendo le distanze dal mondo delle suggestioni e delle ipnosi, superando le deviazioni dei maestri che pretendono di possedere una guida pedagogica ispirata a un sapere codificato sull'essere umano, per approdare alla capacità di sentirsi vivi, in contatto con un mondo interno creato/personale, come quello del sogno e degli artisti: "Ogni esempio di lavoro di un artista è una comunicazione, ma allo stesso tempo è una dimostrazione che non c'è comunicazione, né da, né con, il nucleo centrale dell'Io" (p.103 in Ferruta, in Winnicott, 2025, 65) Cerchiamo di comprendere meglio alcuni punti essenziali di questa questione del comunicare e non comunicare: l'incontro desiderato con l'alterità necessaria può diventare ostacolante /bloccante/impovertente, oppure mettere in moto processi di crescita e arricchimento del sé.

Movimenti psichici e somatici

L'incontro con l'altro comporta sempre per due organismi viventi il coinvolgimento del corpo e quindi un movimento, un processo di riorganizzazione continua psicofisica, piuttosto che un adeguamento a uno schema intellettuale o operativo a cui il soggetto o il neonato dovrebbe adattarsi (Ferruta, Stangalino, 2024). Comunicare implica mettere in moto un processo generativo di nuovi equilibri psicosomatici soggettivi: è un'esperienza di incontro che, a seconda della fase della vita che si sta attraversando, comporta la creazione o di un oggetto soggettivo, sulla base di sentimenti di onnipotenza dipendenti dal non riconoscimento ancora impossibile di una realtà non sé, o di oggetti transizionali, sulla base della possibilità di godere dell'alterità senza perdere soggettività, per l'esperienza straordinaria di incontro con un oggetto che presenta la coincidenza tra l'averlo trovato e creato. Il processo di crescita psicofisica messo in moto da ogni incontro di comunicazione mette in gioco il corpo e il suo funzionamento continuamente trasformativo, comportante anche una motricità psicofisica e una dinamica di percezioni sensoriali dell'alterità. Nella ricerca psicoanalitica degli ultimi decenni il corpo compare meno come strumento di evacuazione dello psichico, e più sede di contatto che include il somatico nel territorio del semiotico. Possiamo riferirci a quanto afferma Gaddini relativamente al fatto che la psiche apprende il suo funzionamento dai movimenti del corpo, in un continuum corpo-mente; o alle osservazioni di Rizzolatti e Gallese relative al fatto che le emozioni che tramite i neuroni mirror si attivano in un osservatore partecipe di una scena ad alta intensità emotiva comportano anche l'attivazione di spasmi e movimenti muscolari.

Pertanto comunicare tra due soggetti mette in moto sempre corpo e mente, psiche e soma, in cerca di nuovi equilibri. Se l'oggetto 'altro' introduce schemi statici, una pedagogia ammaestrante relativa alle emozioni, al nutrimento, al comportamento, al 'come si dovrebbe funzionare', questo ostacolo

alla messa in moto di movimenti autopoietici continuamente riorganizzantesi determina scissioni, in cui una parte del sé resta bloccata dall'adeguamento agli schemi statici estranei al Vero Sé, che corre il rischio di essere alterato o di ritirarsi e non ingaggiarsi nella comunicazione che diventa così arida, ripetitiva di schemi statici prefissati, non creativa.

In un altro scritto Winnicott parla di *my brain-child*, alludendo al fatto che una comunicazione tra soggetti viventi è meno conoscenza di qualcosa, di un sapere oggettivato e più processo continuamente creativo di nuove esperienze, che dura tutta la vita. La dinamica comunicativa in seduta pertanto costituisce un'esperienza nella quale l'incontro con l'altro permette a vissuti non verbalizzati di emergere e trovare forme generative per esperienze connesse al Vero Sé e non bloccanti in una forma aliena codificata. Riferendosi alla terapia con i borderline, Winnicott osserva: "Sono stato molto arricchito, e allo stesso tempo anche stremato ed esaurito, dall'aver deciso di adottare la vera procedura analitica, vale a dire che sia il processo del paziente a dominare" (Winnicott, 2025, 96).

Questo movimento del funzionamento dello psiche-soma ha il suo luogo elettivo nel setting del sogno, del gioco, della seduta analitica, in cui il piacere è esserci, vivere l'esperienza in cui il vero sé si esprime e si espande senza perdere il contatto sensoriale con la realtà non-me: "In questa area di gioco il bambino raccoglie oggetti o fenomeni dal mondo esterno e li usa al servizio di qualche elemento che deriva dalla realtà interna personale. Senza allucinare, il bambino mette fuori un elemento del potenziale onirico, e vive con questo elemento in un selezionato contesto di frammenti della realtà esterna. Nel gioco il bambino manipola i fenomeni esterni al servizio del sogno, e investe i fenomeni esterni prescelti con significato e sentimento di sogno" (Winnicott, 1971, 99). Meglio non si potrebbe descrivere l'esperienza che si attiva in questa area terza: il soggetto funziona nella libertà del sognare, continuando a fruire degli oggetti, ricreandoli con i suoi significati senza perderli. In una seduta analitica, la comunicazione trasformativa è quella che appartiene alla modalità del gioco: usare la percezione della realtà non-me al servizio del sogno soggettivo, che espande e arricchisce il Vero Sé. Sognare le parole oppure parole per sognare.

Ogden (2022, p. 51) osserva che in "Comunicare e non comunicare" (1963) Winnicott introduce accanto all'espressione "senso del reale" [*sense of real*] che riguarda la comunicazione con gli oggetti soggettivi, anche un'altra espressione, *feeling of real*, "sentimento del reale":

"Bisognerebbe riuscire a definire in termini positivi l'uso sano della non-comunicazione nella costituzione del sentimento del reale [*feeling of real*]. A tal fine, può essere necessario esprimersi nei termini della vita culturale dell'uomo, che è l'equivalente adulto dei fenomeni transizionali della prima infanzia e del bambino, nell'ambito dei quali la comunicazione avviene senza riferimento allo stato dell'oggetto, sia esso soggettivo o oggettivamente percepito" (Winnicott, 1963, in Winnicott,

1965, p. 184)

Il “sentimento del reale” appartiene ai fenomeni transizionali, un ordine di esperienza diverso da quello della comunicazione con gli oggetti soggettivi; appartiene all’**area dell’immaginazione, in cui il giudizio di realtà è sospeso e l’esperienza vissuta è profondamente reale.**

Il sentimento del reale è uno stato dell’essere che implica allo stesso tempo un contatto con la realtà esterna e con il mondo interno. È per questa via che Winnicott è arrivato a illuminare la vitalità quotidiana di ciascuno in contatto con l’esperienza del mondo non-me, quella vitalità che crea mondi.

Nella clinica attuale incontriamo numerose situazioni di sottomissione a oggetti narcisistici o seduttivi annientanti, in cui il lavoro analitico cerca di fare accedere alla capacità di creare il mondo psichico personale, senza compiacenza o reattività, e di godere del mondo dell’alterità. Ma anche in quelle configurazioni di isolamento che rigettano ogni rapporto con gli umani, psicotiche, ricercate per difendere dall’impatto con un’alterità sopraffacente una soggettività in fieri, si può trovare una via d’uscita proprio perché la traccia personale di un rapporto con qualcuno è rimasta. Nessuno che sia in vita non ha mai non incontrato almeno un’esperienza relazionale che ha lasciato una traccia, sia pure debole, che rappresenta l’elemento a cui agganciarsi in un percorso di cura psicoanalitica per rimanere in vita. Questa traccia costituisce l’elemento che permette di intraprendere trattamenti analitici con un filo di speranza, anche là dove tutte le vie tentate sembrano vane.

Come esempio non clinico ma descrittivo di questo percorso può essere preso il caso del protagonista del film *Cast away* (Spielberg,2000), un soggetto sbattuto su un litorale ai margini della vita condivisa, a cui qualcuno ha affidato un pacco da consegnare a un altro da sé. Il ruolo di chi aspetta che il soggetto recapiti il pacco è svolto dall’analista, che con la sua presenza e il suo ascolto e la sua attività inconscia di configurazione iconica comunica al paziente che sta aspettando che gli riporti qualche cosa che qualcuno gli ha consegnato, la traccia soggettiva tollerabile dell’alterità originaria. La configurazione dell’isolarsi può essere intesa come la storia del naufragio del rapporto con la realtà esterna a sé per recuperare l’isola del "sentire integro" (Bollas, 2009).

Perché si possano sviluppare processi di simbolizzazione è necessario predisporre le condizioni perché possa avvenire un’esperienza ad alta intensità sensoriale e percettiva in presenza dell’altro (Winnicott,1958), che sia possibile tenere insieme esperienza soggettiva nella sua dimensione autopoietica e presenza e contributo di un altro soggetto. Quando un bambino gioca 'solo' l’altro è comunque presente come interlocutore interiore o esteriore. Proprio come avviene per l’artista, che creando il suo quadro o la sua musica nella solitudine del suo studio, sviluppa un dialogo comunicativo con l’altro che ne fruirà, come osserva Green (1992), definendo questa posizione

come relazione trans-narcisistica, in quanto tiene insieme autopoiesi, percezione sensoriale come materia psichica da utilizzare per produrre l'opera, e relazione con l'altro a cui la comunicazione è indirizzata.

Ed è qui che ci troviamo di fronte al paradosso e alla contraddizione della indispensabilità della relazione sin dall'origine perché l'individuo diventi se stesso, dove l'identificazione è la prima forma di legame con gli oggetti non me, e d'altra parte dell'isolamento necessario del *core self* per sentirsi vivi (Ogden, 2022). La comunicazione con oggetti soggettivi rappresenta l'immediatezza dell'esperienza vissuta senza alterazioni e interferenze, il sentirsi vivi senza doversi alterare o sentirsi alterati per compiacere o adeguarsi all'ambiente. Così, il sentimento del reale, che ha a che fare con l'essere sani, è uno stato dell'essere che implica un contatto con la realtà esterna e, allo stesso tempo, la capacità di attribuire ad essa un significato personale; uno stato in cui la percezione sensoriale non porti a una perdita del senso del reale e il giudizio di realtà è sospeso.

Certo, è forte per l'analista la tentazione di mettere a disposizione storie che compaiono nella sua mente con una coerenza eccessiva, che travolge i dettagli e le incongruità che la relazione con l'altro continua a riproporre. Ma il valore curativo dell'analisi e dello sviluppo della simbolizzazione, cioè di reti associative, neurali e concettuali, che permettano transiti e incroci, intrecci, scambi con sufficiente libertà, garantiti dal contesto associativo in seduta, consiste proprio nella possibilità di passare dall'immersione nelle percezioni sensoriali del contatto con l'alterità (tatto, suono, odore, sapore) alla creazione di mondi significanti da comunicare all'altro da sé, in una successione continua di immersioni e emersioni tra sentire e significare. Si può quindi raccomandare un ascolto capace di cogliere quei significanti formali di Anzieu (1996) che si formano senza contenuti anticipatori nel dialogo analitico, come all'inizio della vita prendono forma le prime metafore corporee, quei 'dinosauri' che significano il sé. L'identificazione con le immagini che compaiono nella mente dell'analista a volte può essere sentita come essere inghiottiti e digeriti precocemente, piuttosto che aiutati a ricercare nella dinamica relazionale transfert-controtransfert le identificazioni creative, cioè quelle create nell'interazione analista paziente che mantengono connessioni segrete e non conosciute con il *core self* e per questo sono sentite autentiche e capaci di sentirsi reali nell'immaginario.

Ci troviamo sempre a quell'incrocio tra Tebe e Corinto nel quale l'inconscio Edipo ripete la via tracciata nella sua esperienza infantile, impressa nelle reti neurali e nell'intensità dell'impatto percettivo e emotivo con qualcosa che fa da blocco, da ostacolo, e interrompe il libero fluire che potrebbe dare forma a diverse configurazioni, a quello che Ogden (1994) descrive come il terzo analitico intersoggettivo, costruito nell'esperienza intersoggettiva dell'incontro con un altro in seduta, che permette di co-intessere nuovi collegamenti. Il metodo psicoanalitico lo consente

proprio perché basato sull'elemento fondante delle **libere associazioni**, che fanno sperimentare legami cristallizzati tra esperienze e significati condivisi e nell'incontro con l'attenzione fluttuante dell'analista prende forma l'emozione di scoprire nuovi percorsi possibili generati dal sentimento del reale.

La parola in analisi

A questo punto propongo una riflessione sulla parola, la regina della comunicazione in analisi. E' vero che molte esperienze, specie quelle vissute nei primi due anni di vita, appartengono alla dimensione del preverbale, sono state vissute ma non rappresentate e espresse tramite il linguaggio: è vero che l'arte comunica emozioni che non attingono la forma del linguaggio verbale ma che sono ugualmente un patrimonio che non può essere confinato e liquidato in una dimensione isolata del mondo non verbale perché occupa e contamina il verbale in altre forme. Ma è pur vero che la psicoanalisi ha il suo strumento elettivo nell'uso della parola e che il neonato nei primi mesi di vita è comunque immerso in un mare di parole, come afferma Anzieu. Cerchiamo di capire e usare meglio la parola, la regina dell'interazione che si svolge in seduta.

Enzo Morpurgo (1988, 1998) è uno degli psicoanalisti che ha raggiunto maggiore profondità nel parlare dell'ascolto analitico da parte di terapeuti capaci di accogliere la sofferenza del paziente senza negarla: "Sembra che persone cosiffatte, talora legate da un rapporto alla pari, siano prive di 'tensione', siano dotate di uno spazio interno accogliente ma non tale da 'tener dentro per sempre', e siano fornite di aperture all'esterno silenti, potenzialmente attive, ma non avidi. Sono persone dotate di 'prolungamenti' della mente capaci di sondare le menti altrui senza ferirle e senza dominarle" (Morpurgo 1998, 78).

Morpurgo pensa che questa disposizione all'ascolto, 'assoluto' come l'orecchio musicale, costituisca una 'matrice di posizione terapeutica'. Questo ascolto assoluto, cioè libero dai nessi già costituiti, precategoriale, è volto a cogliere il soggetto là dove non ha potuto costituirsi come diverso dal Sé abituale imprigionato nel groviglio di difese e scissioni. Ogni individuo è una pluralità di emittenti, spesso in conflitto tra loro, in attesa di un ascoltatore che le colga e le renda udibili anche a lui stesso.

Jean Luc Donnet (2005) ritiene che l'aura quasi feticistica di cui è caricato l'ascolto analitico sia legata all'esigenza anti-suggestiva del metodo per via di levare inventato da Freud: "se l'ascolto è solo ricettivo, se fa solamente eco, non rischia di 'suggestionare', di operare per via di porre." (Donnet 2008, 1, trad. mia). L'analista rivolge a tutto quello che il paziente gli porge la stessa attenzione ugualmente sospesa, mentre un'attenzione intenzionale sarebbe inevitabilmente selettiva. La scommessa della regola fondamentale è che, facendo scomparire ogni oggetto di indagine a priori definito, convenuto, lascia alla seduta il compito di assicurare simultaneamente la produzione

e l'indagine de 'l'oggetto inconscio'. Questo oggetto quindi è innanzitutto il processo stesso della seduta. (...) E' l'ascolto che, operando a un momento dato una scelta, costituisce retroattivamente l'oggetto di interpretazione " (Donnet 2005, 6-7, trad. mia).

Desidero procedere nella ricerca degli elementi che compongono la natura di questo ascolto analitico, evidenziandone innanzi tutto l'aspetto sensoriale uditivo: la comunicazione del paziente è materia sonora, una vibrazione dell'aria che arriva alla membrana dell'orecchio che vibra a sua volta e trasmette messaggi tramite i nervi acustici. Lo aveva già affermato Freud, con grande intuizione prospettica di sviluppi futuri: " La parola è essenzialmente il residuo mnestico di una parola udita" (Freud 1923, 484). Il suono è un fatto concreto, che raggiunge l'analista indipendentemente dal significato: è il rumore del desiderio intenzionale di comunicare, che alla presenza dell'analista incomincia a entrare in funzione e a diventare veicolo espressivo di una soggettività in fieri. E' materia sonora che l'analista è disposto ad accogliere a priori con gioia, prima ancora di conoscerne il contenuto, come nel finale del film di Richard Brooks, *Ultima minaccia* (1952), quando il giornalista, interpretato da Humphrey Bogart, risponde trionfante al boss che al telefono gli chiede che cos'è il rumore che sente: "E' la stampa, bellezza, è la stampa". E' il rumore delle macchine che stampano il giornale che finalmente riesce a farsi sentire e a 'pubblicare', dopo avere resistito alle minacce mafiose di prepotenti che volevano farlo chiudere e ridurre al silenzio.

L'apertura dell'ascolto analitico è segnata da **parole-isola**, che raggiungono l'analista con la loro intensità sonora e sensoriale come segno della presenza di un altro, indipendentemente dal contenuto manifesto.

In alcune situazioni cliniche il tema del **ritorno alle prime esperienze di ascolto della parola** diventa un asse attrattivo/ difensivo forte, sia nella forma di attaccamento a un trauma originario come identificazione identitaria intrasformabile, sia come **ricerca di tracce di memorie nel corpo personalizzate**, che forniscano al senso di sé del soggetto qualcosa di personale e sicuro.

Quindi è importante non liquidare questa corrente di desiderio di ritorno a esperienze primarie sonore come espressione solo di un moto regressivo infantilizzante e passivizzante (Winnicott, 1954): in questa tensione c'è anche il desiderio di ricollocarsi in una dimensione generativa di futuro, aperta al non ancora conosciuto e non sperimentato. Questa tensione rappresenta la ricerca di un ambiente impersonale, in cui non c'è ancora distinzione tra soggetto e oggetto, tra chi fa e chi sente, una corrente silenziosa di continuità garante della vita psichica personale e sociale (Bleger, 1967).

Per questo lungo il percorso clinico è opportuno mettere a disposizione un ambiente relazionale disponibile a prendere forme diverse nell'incontro che si va svolgendo piuttosto che sintesi precoci o già pronte (è la dimensione di non integrazione, differente da disintegrazione e integrazione:

Winnicott, 1957; Gaddini 1980), che favoriscono rifugi nella scissione o nella dissociazione. 1 La tensione verso l'altro prende forma in modi non ancora narrati e si realizza in un ambiente potenzialmente generativo di individualità aperte al molteplice e all'eterogeneo.

La comunicazione in seduta condensa in essenza le caratteristiche della disciplina psicoanalitica, un'arte-scienza: scienza, in quanto si possono descrivere i processi comunicativi che avvengono sulla base di funzionamenti neurobiologici di un soggetto in relazione; arte, in quanto il registro utilizzato è quello espressivo- creativo, piuttosto che assertivo- ingiuntivo.

Riprendiamo le osservazioni di Winnicott relative al lavoro dell'artista: "ogni esempio di lavoro di un artista è una comunicazione, ma allo stesso tempo è una dimostrazione che non c'è comunicazione né da né con il nucleo centrale dell'Io. Ogni individuo umano è essenzialmente isolato. La comunicazione è indiretta" (Winnicott, 2025, 103).

Winnicott mette in evidenza che la comunicazione dell'artista, come dello psicoanalista in seduta, si prende cura di non violare il vero Sé e al tempo stesso di esprimere emozioni autentiche utilizzando oggetti concreti che suscitano percezioni e sensazioni che si connettono con le tracce di prime esperienze preverbalì personalissime depositate come nucleo del vero sé, quel core self che risuona, senza essere alterato.

La comunicazione psicoanalitica e la fruizione artistica hanno in comune la possibilità di avere un'esperienza ad alta intensità emotiva e percettiva a contatto con un'alterità, sentendosi in contatto con la realtà non-me e con se stessi. L'artista e il soggetto in analisi sono sempre in bilico tra il desiderio di comunicare qualcosa di unico e personalissimo, al tempo stesso di proteggerlo e renderlo non raggiungibile, per il timore che venga violato da un'alterità che lo assimila e se ne appropria: "Anch'io ho provato le stesse cose...", disconoscendo l'unicità di un'esperienza che affonda nel magma creativo della dimensione inconscia.

Per raggiungere questa ricchezza di esperienze inconsce personali in analisi utilizziamo uno strumento straordinario, la parola, per raggiungere mondi inesplorati, che unisce affetti concetti sensazioni, viola e apre. già in *Ascoltare con tutti i sensi* (2021) ho descritto la natura complessa multiforme della parola. A volte è una **parola-bussola** dissonante con il contesto che conduce in luoghi sconosciuti di difficile accesso (es. cuba): altre volte è **materia sonora** della comunicazione

1 Negli ultimi anni si sono sviluppate ricerche e interessi riguardanti le dimensioni della vita delle piante (Stefano Mancuso con *Verde Brillante. Sensibilità e intelligenza del mondo vegetale*, 2013; Domenico Chianese con *Come le pietre e gli alberi*, 2015; Vittorio Lingiardi con *Mindscapes. Psiche nel paesaggio*, 2017), riconosciute nelle loro caratteristiche vegetative e comunicative. Penso che questo interesse riguardi il bisogno di ritrovare un ambiente generativo di forme non ancora configurate in parole storie immagini che invece contengono tracce della mente umana già strutturata.

del paziente che per essere riconosciuto nella sua alterità utilizza termini dalla potente sonorità, che fanno fracasso (screzio); altre è **metafora** (sirena) che accoppia il simile e il diverso per mantenere la continuità del sé; altre è **parola che sorprende** un ascolto distratto del soggetto analista supposto sapere; altre è soltanto **suono vettoriale** rivolto proprio a te come al neonato che trasmette la comunicazione 'tu esisti' come vettore relazionale. In analisi prevale la dimensione uditiva di ascolto del silenzio o della parola su quella visiva in quanto il suono è percezione uditiva sensoriale di un soggetto che, come afferma Morpurgo, desidera essere colto. La parola come afferma Freud, è la memoria di un suono udito: formulata in modi diversi da diversi raggruppamenti umani, rende possibile qualcosa che gli altri esseri viventi non sperimentano: l'esperienza di essere uniti e separati, di essere simili e diversi, quella che Bollas ha poeticamente descritto come una risorsa per uscire dalla 'riserva enigmatica del soggetto'. La parola apre mondi, è suono come esperienza sensomotoria espressa tramite la contrazione muscolare che fanno vibrare le corde vocali fatte vibrare tramite il respiro dei polmoni, parole che aprono come le parole magiche, esperienze sensomotorie da cui emerge un sentimento, un protopensiero che preme per essere comunicato come esperienza incarnata nata dal sentire. La parola è accettazione di qualche codice condiviso per stare in relazione ma anche riorganizzazione personale in contesti significanti, come nel linguaggio ricreato dei bambini e della poesia. La parola è tensione relazionale, messaggio vettoriale lanciato nella bottiglia dall'isola deserta in cui ci eravamo ritirati per attingere a quei tesori che avevamo sepolti nella sabbia per proteggerli dalle invasioni di un oggetto troppo presente e ingombrante, dimenticando che il messaggio di whatsapp non funziona se non c'è la connessione predisposta dalla silenziosa relazione psicoanalitica. Comunicare e non comunicare...

Bibliografia

- Anzieu D. (1996). I significanti formali e l'Io-pelle. In Anzieu D, et al. . *Gli involucri psichici*. Dunod, Milano, 1997
- Bastianini T., Ferruta A., Guerrini Degl'Innocenti B. (2021). *Ascoltare con tutti i sensi*. Fioriti, Firenze.
- Bleger J. (1967). *Simbiosi e ambiguità*. Loreto, Libreria Editrice Lauretana, 1992.
- Donnet J.L. (2005). *La situation analysante*, Paris, Puf.
- Ferruta A., Stangalino M. (2024). Embodied intersubjectivity: Forms of psyche-soma structuring in the encounter between self and other-than-self. *Int. J.Psychoanal.*, 105, 4, p.455-474.
- Ferruta A.(2024). A proposito del core self inaccessibile alle identificazioni. *Rivista di Psicoanalisi*, 2024, LXX, 4, 1029-1039.
- Freud S. (1923). *L'Io e l'Es*. O.S.F., 9.
- Gaddini, E. (1980). Note sul problema mente-corpo. In: *Scritti (1953-1985)*. Milano, Cortina, 1989.
- Gaddini E. (1989). *Scritti*. Cortina , Milano.
- Green A. (1992). *Slegare*. Roma, Borla, 1996.

- Morpurgo E. (1988). *Fra tempo e parola*. Angeli, Milano.
- Morpurgo E. (1998). *Chi racconta a chi?* Angeli, Milano
- Ogden T.H. (2022). *Prendere vita nella stanza d'analisi*. Cortina , 2022.
- Winnicott D.W. (1954). Gli aspetti metapsicologici e clinici della regressione nell'ambito della situazione analitica. In (1958). *Dalla pediatria alla psicoanalisi*. Firenze, Martinelli, 1975.
- Winnicott D.W. (1957). La capacità di essere solo. In *Sviluppo affettivo e ambiente* (1965). Roma, Armando, 1970.
- Winnicott D.W. (1965). Comunicare e non comunicare: studi su alcuni opposti In *Sviluppo affettivo e ambiente*. Armando, Roma, 1970.
- Winnicott D.W. (1971). *Gioco e realtà*. Armando, Roma, 1974
- Winnicott D.W.(2025). *Il sentimento del reale*. Cortina, Milano.