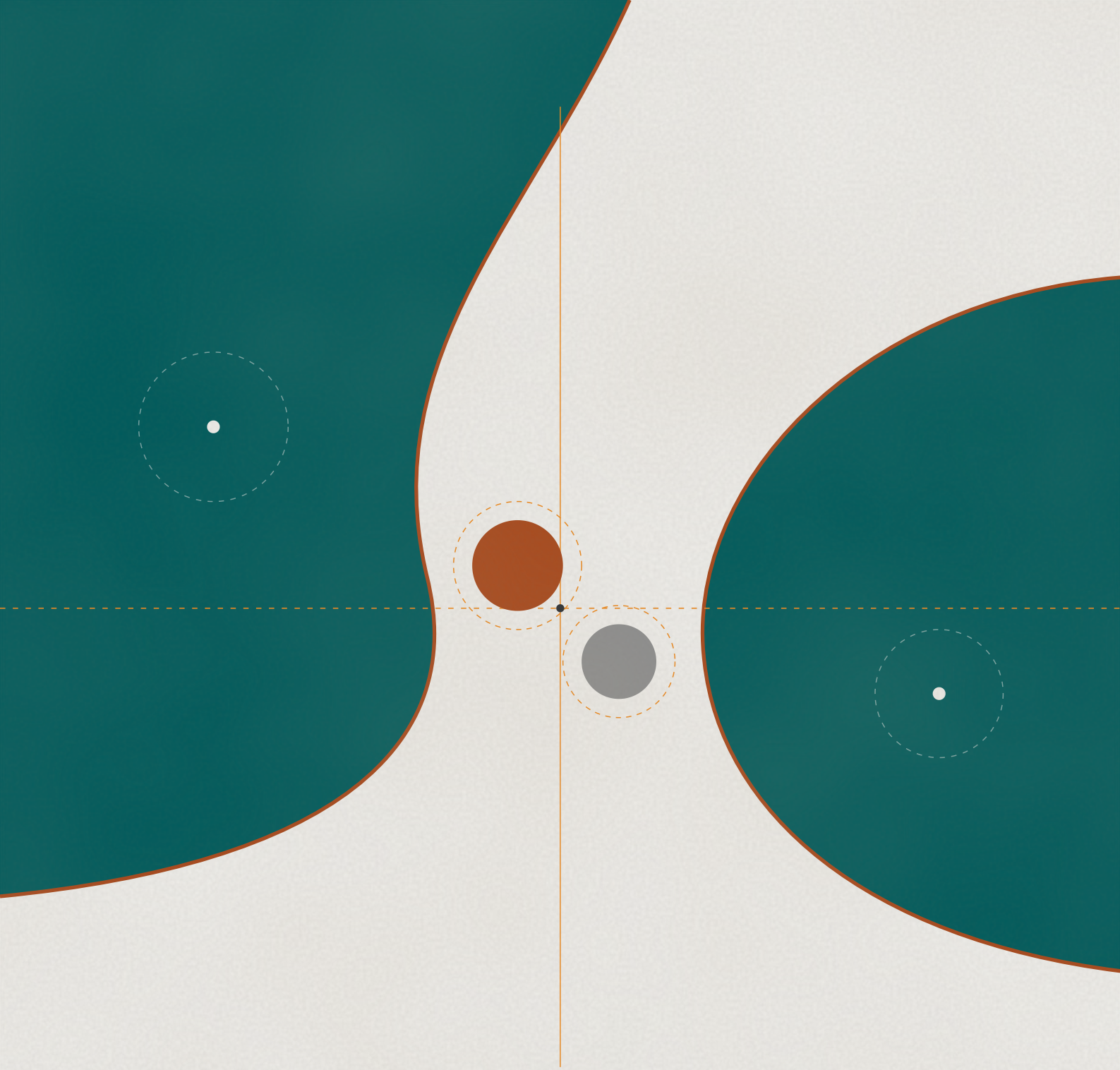


SEZIONE II · LA FUNZIONE DEL LIMITE

Con lo psicologo si trova il fidanzato?

La risposta al quesito freudiano sull'interminabilità dell'analisi

Alberto Taddei

Con lo psicologo si trova il fidanzato?

La risposta al quesito freudiano sull'interminabilità dell'analisi

Alberto Taddei

ABSTRACT

Il lavoro analizza la trasformazione contemporanea della domanda amorosa in psicoterapia, mostrando come l'assenza di una relazione stabile diventi spesso il nucleo della sofferenza clinica. Attraverso tre casi clinici femminili, si evidenzia come il partner assuma funzioni di regolazione identitaria ed emotiva. La psicoterapia viene così investita di attese che eccedono il suo compito interpretativo, fino a includere l'esito relazionale del paziente. Ne emerge una tensione strutturale tra desiderio, attaccamento e cultura dell'ottimizzazione affettiva.

PAROLE CHIAVE *domanda amorosa; transfert; interminabilità dell'analisi; scelta del partner; Erich Fromm; funzione della psicoterapia.*

INTRODUZIONE

«Ho un buon lavoro. Ho amici. Viaggio. Faccio sport. Sono in terapia. Ma non riesco a trovare qualcuno».

Negli ultimi anni questa frase, nelle sue numerose varianti, è diventata una delle forme più frequenti attraverso cui si presenta una particolare tipologia di sofferenza psicologica. A differenza delle domande cliniche tradizionali, centrate su sintomi relativamente circoscritti come attacchi di panico, depressione, ossessioni o difficoltà lavorative, qui il disagio si organizza attorno a qualcosa di apparentemente semplice: l'assenza di una relazione sentimentale stabile.

Ciò che colpisce è che la mancanza di una relazione non viene descritta come uno degli aspetti problematici della vita, ma come l'elemento capace di ridefinire il significato di tutti gli altri. Successi professionali, amicizie, passioni e progetti sembrano perdere consistenza di fronte alla percezione di non essere stati scelti da qualcuno in modo stabile e duraturo. In questo senso, la sofferenza non deriva soltanto dalla solitudine, ma dalla trasformazione della relazione amorosa in un criterio attraverso cui valutare il proprio valore personale.

Esther Perel[1] ha evidenziato come nelle società occidentali contemporanee il partner sia spesso chiamato a svolgere simultaneamente funzioni che in passato erano distribuite tra molte figure differenti: amante, amico, confidente, sostegno economico, compagno di crescita personale, alleato esistenziale e fonte di riconoscimento identitario. Il risultato è che la relazione sentimentale finisce per diventare uno dei principali luoghi in cui il soggetto cerca conferma di sé.

In questo senso, le intuizioni di Erich Fromm mantengono una sorprendente attualità. Nel suo celebre lavoro sull'amore, Fromm[2] propone una distinzione fondamentale tra l'amore come *capacità* e l'amore come *oggetto*. La cultura moderna, secondo l'autore, tende a trasformare il problema dell'amore nella ricerca della persona giusta. Si tratta di una prospettiva comprensibile, ma parziale. Il punto non sarebbe tanto trovare qualcuno da amare quanto sviluppare la capacità di amare. Quando questa distinzione viene dimenticata, il partner rischia di assumere una funzione quasi salvifica, diventando il destinatario di aspettative che nessuna relazione reale può sostenere a lungo.

La pratica clinica conferma quotidianamente questa osservazione. Molte persone non cercano semplicemente una relazione ma una soluzione: una risposta a interrogativi che riguardano il proprio valore, la propria desiderabilità, il proprio posto nel mondo. Il partner diventa allora qualcosa di più di un compagno: diventa una prova. La domanda amorosa può essere letta allora come una domanda di regolazione. Regolazione dell'autostima, della solitudine, dell'angoscia di abbandono, del senso di continuità personale.

Le relazioni adulte finiscono spesso per assumere alcune delle funzioni che originariamente appartenevano alle figure di attaccamento. Quando queste funzioni vengono investite in modo massiccio nella coppia, l'assenza di una relazione può essere vissuta come una condizione di profonda vulnerabilità.

Le generazioni precedenti erano inserite in sistemi sociali relativamente stabili. La scelta del partner avveniva all'interno di contesti geografici limitati, comunità di appartenenza più coese e aspettative culturali maggiormente condivise. Questo non significa che le relazioni fossero necessariamente più soddisfacenti o più felici, ma che il loro significato era diverso. Il matrimonio rappresentava una struttura sociale prima ancora che una scelta individuale; l'amore romantico era importante, ma raramente costituiva l'unico criterio attraverso cui giudicare una relazione.

Negli ultimi decenni questo scenario è cambiato radicalmente. L'allungamento dei percorsi formativi, l'aumento della mobilità geografica, l'ingresso massiccio delle donne nel mercato del lavoro qualificato e la progressiva individualizzazione delle scelte di vita hanno modificato profondamente il modo in cui vengono costruiti i legami affettivi. Oggi una donna può vivere in tre paesi diversi prima dei quarant'anni, cambiare più carriere professionali e ridefinire più volte il proprio progetto esistenziale. Questa libertà rappresenta senza dubbio una conquista straordinaria.

A ciò si aggiunge la trasformazione tecnologica dell'incontro. Le applicazioni di dating hanno modificato radicalmente la percezione delle possibilità relazionali. Per la prima volta nella storia umana gli individui hanno accesso a un numero virtualmente infinito di potenziali partner. Se da un lato, ciò dovrebbe facilitare la formazione delle coppie, da un punto di vista psicologico, tuttavia, produce effetti molto più complessi.

La possibilità teorica di incontrare sempre qualcuno di migliore rende più difficile investire nella persona presente. Ogni scelta comporta inevitabilmente la rinuncia a tutte le alternative possibili. Quando le alternative percepite sono poche, la rinuncia appare tollerabile. Quando sembrano infinite, la rinuncia può diventare fonte di ansia.

Alcuni autori hanno descritto questo fenomeno come una forma di “paradosso della scelta”[3] L'aumento delle opzioni disponibili non produce necessariamente maggiore soddisfazione, ma può generare una continua sensazione di incompletezza. Se esistono migliaia di potenziali partner, come si può essere certi di aver scelto quello giusto? E se da qualche parte esistesse qualcuno di più compatibile, più interessante, più attraente o più disponibile?

Questa dinamica appare particolarmente evidente nella pratica clinica. Molti pazienti raccontano relazioni terminate non a causa di gravi conflitti, ma per una persistente sensazione che potesse esistere qualcosa di migliore. Altri rimangono bloccati per anni in una posizione di osservazione, accumulando incontri senza riuscire a investire realmente in nessuno. Il problema non riguarda soltanto il numero di persone disponibili, ma il modo in cui il desiderio viene organizzato.

Fromm aveva intuito qualcosa di simile molti decenni prima dell'avvento delle piattaforme digitali. La sua critica non era rivolta all'amore romantico in sé, ma alla tendenza moderna a concepire le relazioni secondo una logica di mercato. In una cultura orientata al consumo, sosteneva, anche l'amore rischia di essere trasformato in uno scambio tra individui che cercano il miglior investimento possibile. Le persone imparano a presentarsi come prodotti desiderabili e a valutare gli altri secondo criteri sempre più raffinati. Ciò che viene progressivamente trascurato è il lavoro necessario per costruire una reale capacità di stare in relazione.

Qui emerge un secondo aspetto rilevante della cultura contemporanea: l'enorme espansione dell'immaginario relazionale. I social media permettono un accesso continuo alle vite degli altri. Coppie felici, matrimoni, vacanze, anniversari, dichiarazioni pubbliche e narrazioni romantiche diventano parte del paesaggio quotidiano. Sebbene molti utenti siano consapevoli della natura selettiva di tali rappresentazioni, il confronto rimane inevitabile. La propria esperienza concreta viene continuamente misurata rispetto a immagini idealizzate della vita altrui. Il risultato è spesso una forma di insoddisfazione cronica. Non soltanto bisogna trovare qualcuno. Bisogna trovare qualcuno nel modo giusto, nei tempi giusti, con la giusta intensità emotiva e possibilmente all'interno di una narrazione coerente con le aspettative culturali dominanti.

Le tre storie che seguono mostrano come persone inserite nello stesso momento storico possano utilizzare il legame amoroso in modi profondamente diversi. Dietro la comune affermazione «non riesco a trovare qualcuno» si nascondono organizzazioni psicologiche differenti, bisogni differenti e differenti modalità di costruzione del desiderio.

ELSA

Elsa arriva in terapia dopo molti anni trascorsi in Irlanda. Ha quasi quarant'anni, lavora nel mondo della musica internazionale e presenta una sintomatologia complessa, caratterizzata da ideazione suicidaria intermittente, vissuti depressivi, intensa instabilità relazionale e una profonda sfiducia negli uomini. A una prima osservazione appare come una donna competente, brillante e creativa, con una biografia ricca di esperienze fuori dall'ordinario. Dietro questa immagine emerge però rapidamente una struttura psicologica molto più fragile di quanto lei stessa sia disposta a riconoscere.

Cresciuta nel Sud Italia in un contesto vissuto come rigido e limitante, lascia molto giovane il paese d'origine per trasferirsi a Dublino, investendo la città di un significato che va oltre il semplice cambiamento geografico. Dublino rappresenta una promessa di libertà, autonomia e realizzazione personale. Il lavoro nel mondo della musica, i tour internazionali e l'incontro con persone provenienti da contesti diversi sembrano offrirle la possibilità di costruire una nuova identità.

Sul piano sentimentale, si lega prevalentemente a uomini emotivamente poco disponibili, spesso costantemente in viaggio, coinvolti in altre relazioni o incapaci di impegnarsi stabilmente. Nonostante le ripetute delusioni, continua a orientarsi verso lo stesso tipo di partner. Dietro questa ricerca sembra celarsi un bisogno di riconoscimento molto più antico della sua esperienza irlandese.

Il lavoro anamnestico porta progressivamente alla luce un elemento centrale della sua storia. Dopo la nascita di Elsa, la madre attraversa una grave depressione, rimanendo per anni emotivamente poco disponibile e imprevedibile. Inizialmente questi eventi vengono raccontati con distacco, come semplici informazioni biografiche. Solo successivamente emergono ricordi più dolorosi, tra cui quello di alcune videocassette familiari nelle quali la madre la strattona e le tira i capelli durante una festa di compleanno, davanti agli altri presenti.

Alla luce di questa storia, il significato delle sue relazioni affettive assume una nuova configurazione. Per Elsa essere desiderata significa sentirsi esistere. Il sesso non appare tanto come ricerca di piacere, quanto come una modalità di regolazione dell'autostima. Essere scelta produce temporaneamente un senso di valore personale, ma questo effetto svanisce rapidamente, rendendo necessario il ripetersi dello stesso schema relazionale.

Uno degli aspetti più significativi del caso riguarda il transfert. Nel corso del primo anno di terapia Elsa sviluppa un intenso investimento affettivo nei confronti del terapeuta. Aumentano progressivamente i messaggi fuori seduta e le richieste di aiuto, che spaziano dalle relazioni sentimentali alle decisioni della vita quotidiana. Diventa così evidente che il terapeuta non viene vissuto soltanto come un professionista, ma come una figura di riferimento stabile, una sorta di “madre migliore” capace di offrire quella continuità emotiva sperimentata come mancante nella storia evolutiva. Solo successivamente compare anche un esplicito innamoramento transferale, che la paziente porta in seduta interrogandosi sul significato e sulla legittimità dei propri sentimenti. Il lavoro terapeutico mostra progressivamente come il problema di Elsa non sia soltanto trovare un

partner, ma interrompere l'equazione, costruita molto prima dell'età adulta, tra l'essere desiderata e il sentirsi degna di esistere. Finché il proprio valore dipende dallo sguardo dell'altro, ogni relazione è destinata a trasformarsi in una continua ricerca di conferme.

Tra le tre pazienti, Elsa è probabilmente quella che porta la ferita di attaccamento più profonda. Per questo, il cambiamento non consiste anzitutto nell'imparare a scegliere uomini diversi, ma nel riuscire, per la prima volta, a non dover essere scelta per sentirsi finalmente reale.

YARA

Se Elsa organizza gran parte della propria sofferenza attorno al bisogno di essere scelta, Yara sembra inizialmente collocarsi all'estremo opposto. Quando arriva in terapia non appare fragile, sola o particolarmente depressa, ma come una donna intelligente, brillante, con una buona carriera, una rete sociale ampia e una notevole capacità di iniziativa. È una di quelle pazienti che trasmettono l'impressione di essere abituate a raggiungere i propri obiettivi. La richiesta terapeutica è chiara: trovare un compagno.

Fin da giovane ha interiorizzato l'idea che il valore personale coincida con l'efficacia e con la capacità di ottenere risultati. Anche il desiderio tende così a trasformarsi rapidamente in un progetto da realizzare. Questa impostazione emerge fin dalle prime sedute, quando il terapeuta viene investito più della funzione di risolvere un problema concreto che di esplorare il suo mondo interno. La domanda implicita sembra essere: «Va bene comprendere il passato, ma quando arriverà il partner?». Il caso pone così una riflessione centrale: la psicoterapia può aiutare a modificare gli schemi relazionali e la conoscenza di sé, ma non può garantire l'incontro con una persona significativa.

Cresciuta in una famiglia benestante che le ha permesso di studiare nelle migliori università d'Italia, la donna ha vissuto un ambiente familiare esigente, nel quale il riconoscimento era strettamente connesso alla capacità di assumersi responsabilità. Fin dall'infanzia, i genitori e la sorella l'hanno investita del ruolo di figura affidabile e competente, una posizione che le garantiva approvazione e rinforzava il senso di valore personale. Tale dinamica l'ha progressivamente intrappolata nel ruolo di colei che si prende cura degli altri, ostacolando il contatto con i propri bisogni e desideri. Questa modalità relazionale si è successivamente estesa anche al gruppo dei pari, consolidando una tendenza a orientarsi verso le esigenze altrui più che verso la possibilità di scegliere autenticamente per sé.

Il mantenimento di tale posizione risultava inoltre sostenuto dal soddisfacimento di bisogni narcisistici legati al riconoscimento, all'efficacia personale e al sentirsi significativa per l'altro, aspetti che contribuivano a rendere tale ruolo particolarmente gratificante e, proprio per questo, difficile da mettere in discussione.

Yara non incontra particolari difficoltà nel conoscere uomini. Le occasioni relazionali sono numerose; ciò che sembra mancare è la capacità di stabilizzare il desiderio. Per molti anni rimane coinvolta in una relazione caratterizzata da svalutazione e umiliazione che, solo successivamente,

si rivela avere una funzione organizzatrice per il suo equilibrio psicologico. Concluso quel rapporto, tende a investire in uomini idealizzati e difficili da raggiungere. Emblematica è una relazione durata pochissimo nella realtà ma prolungata per oltre un anno nella fantasia, alimentata dall'osservazione costante attraverso i social network. In questo modo il distacco risulta incompleto e il lavoro del lutto viene ostacolato, favorendo processi di idealizzazione particolarmente persistenti.

Pur essendo consapevole delle proprie capacità e della propria attrattività, Yara sembra ricercare continue conferme del proprio valore. Anche nel transfert mette frequentemente alla prova il terapeuta attraverso atteggiamenti provocatori e comunicazioni ambigue, più orientati a verificare la solidità della relazione che a sedurre. Diversamente da Elsa, che tendeva a trasformare il terapeuta in una figura di attaccamento, Yara lo incontra inizialmente da una posizione competitiva, coerente con il movimento *moving against people* descritto da Horney[4].

Con il procedere della terapia emerge come l'urgenza di trovare un partner sia profondamente intrecciata alla paura del tempo che passa, delle rinunce e della possibilità che alcuni progetti di vita non si realizzino. Il lavoro terapeutico si sposta così dalla ricerca di una soluzione immediata alla costruzione della capacità di tollerare l'incertezza senza trasformarla automaticamente in un fallimento personale.

Ed è forse proprio questa la sfida più difficile per una donna che ha imparato a credere che impegno, controllo e competenza possano risolvere qualsiasi problema.

MARIA

Se Elsa porta in terapia la disperazione dell'abbandono e Yara quella dell'urgenza, Maria introduce una forma di sofferenza molto più silenziosa. Alle prime sedute non appare come una donna alla ricerca di un compagno, ma come una persona profondamente arrabbiata. Una rabbia inizialmente rivolta agli uomini, alimentata dal racconto di una lunga relazione caratterizzata da tradimenti, distanza emotiva e scarsa comunicazione. Per molti anni interpreta questa esperienza come la prova dell'inaffidabilità maschile.

Con il procedere della terapia emerge però una storia più complessa. Maria proviene da una famiglia economicamente privilegiata, ma profondamente segnata dalla separazione dei genitori, vissuta come improvvisa e traumatica. La figura paterna finisce progressivamente per associarsi ai temi dell'assenza, del tradimento e dell'inaffidabilità. Parallelamente diventa evidente un funzionamento caratterizzato da un marcato adattamento. In una prospettiva winnicottiana[5], il caso richiama il tema del falso Sé: Maria sembra capace di adattarsi a qualsiasi contesto, alle richieste lavorative, ai partner e alle aspettative altrui, normalizzando livelli di sofferenza che dall'esterno appaiono difficilmente sostenibili.

Questa modalità emerge con particolare chiarezza anche sul piano lavorativo. Per anni opera in condizioni estremamente gravose, con ritmi estenuanti e una disponibilità pressoché continua. Dopo un primo miglioramento ottenuto poco prima dell’inizio della terapia, un nuovo impiego e una

rapida promozione la conducono nuovamente a ricoprire un ruolo altamente impegnativo, ricostruendo uno schema sorprendentemente simile al precedente. Il percorso terapeutico mostra così come il disagio non fosse attribuibile esclusivamente all'ambiente lavorativo, ma fosse sostenuto anche da modalità relazionali cui la paziente contribuiva attivamente. In termini psicodinamici, emerge una marcata tendenza alla sovraresponsabilizzazione[6]: Maria si prende efficacemente cura dei bisogni degli altri, ma fatica a riconoscere e proteggere i propri.

La stessa configurazione si ritrova nella relazione sentimentale. Nonostante i ripetuti tradimenti del partner, il rapporto si mantiene per anni. Il lavoro terapeutico porta gradualmente alla luce una convinzione implicita particolarmente dolorosa: il timore di non poter essere scelta da nessun altro. La permanenza nella relazione sembra così essere sostenuta più dalla paura della perdita che dall'investimento affettivo.

Anche il transfert attraversa un'evoluzione significativa. Inizialmente Maria si mostra diffidente e cauta nell'investimento relazionale, richiamando alcune caratteristiche dei funzionamenti schizoidi ad alto adattamento descritti da McWilliams[7]. Quando costruisce fiducia, la relazione terapeutica diventa stabile e profondamente collaborativa: lei riflette, lavora intensamente tra una seduta e l'altra e investe molto nel percorso.

È proprio questa elevata collaborazione a rendere evidente il nucleo più complesso del caso. La terapia funziona, ma il cambiamento sembra arrestarsi a un certo livello. Anche il controtransfert restituisce una peculiare sensazione di impermeabilità: non una resistenza manifesta, bensì una forma di resistenza raffinata, nella quale l'organizzazione difensiva riesce ad assorbire persino il lavoro terapeutico.[8] Il cambiamento richiederebbe allora di mettere in discussione aspetti centrali della propria identità, rinunciando almeno in parte al bisogno di controllo e all'immagine di sé come persona sempre competente, affidabile e responsabile.

Tra le tre pazienti, Maria appare probabilmente quella più vicina alla possibilità di costruire una relazione stabile, ma anche quella che rischia maggiormente di rimandarla, non per mancanza di desiderio, bensì per eccesso di adattamento.

CONCLUSIONI

Nessuna delle tre pazienti intraprende la terapia con l'obiettivo di comprendere il proprio passato, analizzare il transfert o riflettere sui propri meccanismi di difesa. Questi aspetti diventeranno centrali nel corso del lavoro, ma non rappresentano il motivo iniziale della consultazione. Tutte arrivano con una domanda molto più concreta: capire perché non riescono a costruire una relazione affettiva soddisfacente.

Questa richiesta apre una riflessione sul ruolo che la psicoterapia è chiamata a svolgere oggi. Sempre più spesso il terapeuta non è investito soltanto del compito di alleviare i sintomi o comprendere i conflitti inconsci, ma anche dell'aspettativa di aiutare il paziente a raggiungere obiettivi esistenziali. Tra questi, uno dei più frequenti è proprio la costruzione di una relazione amorosa stabile.[9]

Pur nella loro diversità, Elsa, Yara e Maria condividono una fantasia comune: che la terapia possa, in qualche modo, avvicinarle all'incontro che stanno aspettando. Si tratta di un'aspettativa comprensibile, talvolta persino realistica, ma che evidenzia anche un limite inevitabile del lavoro clinico. La psicoterapia può favorire una maggiore consapevolezza di sé, modificare modalità relazionali disfunzionali e ampliare la libertà di scelta, ma non può garantire che una relazione significativa si presenti.

In questa prospettiva assume un valore quasi ironico il titolo del celebre saggio di Freud, *Analisi terminabile e interminabile*. Molte pazienti contemporanee sembrano interrogarsi non tanto sulla possibilità di concludere un'analisi, quanto sulla possibilità che essa "produca" un partner. Dietro la domanda «Perché non trovo qualcuno?» emergono però interrogativi ben più profondi: «Perché non mi sento abbastanza desiderabile?», «Perché continuo a scegliere persone che mi fanno soffrire?», «Perché ho così paura della solitudine?», «Quanto del mio valore dipende dall'essere scelta?».

Quando queste domande iniziano a trovare spazio, la ricerca del partner smette gradualmente di essere l'unico centro del lavoro terapeutico. La relazione desiderata rimane importante, talvolta importantissima, ma non rappresenta più l'unico criterio con cui valutare il proprio valore o la qualità della propria esistenza.

È forse proprio qui che la psicoterapia svolge la sua funzione più preziosa. Non quella di trovare un compagno, ma quella di rendere la vita sufficientemente abitabile anche mentre il compagno ancora non c'è.

In questo senso, la riflessione di Erich Fromm offre una prospettiva particolarmente significativa. L'amore non è soltanto qualcosa che si trova: è anche una capacità che si costruisce, una competenza relazionale e una forma di maturità emotiva. Se questa prospettiva viene accolta, anche la domanda iniziale delle tre pazienti cambia forma. Non è più soltanto «Perché non riesco a trovare qualcuno?», ma anche «Come entro nelle relazioni?», «Che cosa cerco realmente nell'altro?», «Quali paure continuano a guidare le mie scelte?».

Ciò che la psicoterapia può offrire non è la promessa di un lieto fine romantico, ma la possibilità di osservare con maggiore chiarezza il proprio modo di desiderare, scegliere e amare.

E talvolta, quando questo accade, il problema non è più trovare qualcuno il più rapidamente possibile; diventa piuttosto riuscire a riconoscere l'altro quando finalmente compare.

Bibliografia

Etchegoyen, O. (2005). *The Fundamentals of Psychoanalytic Technique*. London: Karnac Books.

Freud, S. (1937). Analisi terminabile e interminabile. In Opere, vol. 11. Torino: Boringhieri, 1979.

Fromm, E. (1956). L'arte di amare. Trad. it. Milano: Mondadori.

Horney, K. (1992). *Our Inner Conflicts: A Constructive Theory of Neurosis*. New York: W. W. Norton & Company.

Illouz, E. (2015). *Perché l'amore fa soffrire*. Bologna: Il Mulino.

McWilliams, N. (2021). *La Diagnosi Psicoanalitica*. Roma: Astrolabio-Ubaldini Editore.

Perel, E. (2006). *Mating In Captivity*. Harper Collins e-books.

Schwartz, B. (2005). *The Paradox of Choice: Why More Is Less*. New York: Harper Perennial.

Ury, L. (2021). *How To Not Die Alone*. New York: Simon & Schuster.

Winnicott, D. (2005). *Gioco e Realtà*. Roma: Armando Editore.

Winnicott, D. (2015). *Sviluppo Affettivo e Ambiente*. Roma: Armando Editore.

NOTE

1. Perel E. – Mating in Captivity
2. Fromm E. - L'arte di Amare
3. Ury L. – How to Not Die Alone; Schwartz B. - The Paradox of Choice: Why More Is Less
4. Horney K. – Our Inner Conflicts: A Constructive Theory of Neurosis
5. Winnicott D. – Gioco e Realtà
6. Winnicott D. – Sviluppo Affettivo e Ambiente
7. McWilliams N. – La Diagnosi Psicoanalitica
8. Etchegoyen H. - The Fundamentals of Psychoanalytic Technique
9. Illouz E. - Perché l'amore fa soffrire