

**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA**

**Dipartimento di Psicologia**

Corso di Laurea Magistrale in

**Psicologia clinica e neuropsicologia nel ciclo di vita**



# **IL CONFLITTO IN PROSPETTIVA JUNGHIANA**

**Relatore:** Chiara Ripamonti

**Tesi di Laurea Magistrale di:**

Giulia Ruffino

Matricola 874581

**Anno Accademico 2022-2023**

*Ciò che hai ereditato dai padri,  
riconquistalo, se vuoi possederlo davvero.*

JOHANN WOLFGANG GOETHE

## INDICE

<b>RIASSUNTO</b> .....	5
<b>ABSTRACT</b> .....	6
<b>INTRODUZIONE</b> .....	7
<b>CAPITOLO 1 – LA TEORIA JUNGHIANA</b> .....	11
<b>1.1. Un modello di psiche e la teoria dei complessi</b> .....	11
<b>1.2. Statuto epistemologico della psicologia del profondo</b> .....	14
<b>1.3. La teoria dell'inconscio collettivo</b> .....	17
<b>1.4. La teoria degli archetipi</b> .....	20
<b>1.4.1. Idee archetipiche, sistemi motivazionali e arousal</b> .....	24
<b>1.5. Le quattro funzioni psicologiche</b> .....	27
<b>CAPITOLO 2 – JUNG E IL CONFLITTO</b> .....	29
<b>2.1. Il conflitto come concetto trasversale</b> .....	29
<b>2.1.1. Tipi di conflitto</b> .....	31
<b>2.1.2. La spinta al conflitto: cinque credenze di base</b> .....	34
<b>2.1.3. La mancata risoluzione del conflitto: l'escalation</b> .....	35
<b>2.2. La nevrosi: un approccio psicodinamico tra Freud, Klein e Jung</b> .....	38
<b>2.3. L'autoregolazione emotiva: un approccio cognitivo</b> .....	42
<b>2.3.1. Le basi neurali del conflitto e dell'autoregolazione emotiva</b> .....	43
<b>2.4. Enantiodromia</b> .....	46
<b>2.5. Il processo di individuazione, Sé e funzione trascendente</b> .....	49
<b>CAPITOLO 3 – JUNG SULLA GUERRA E LA POLITICA INTERNAZIONALE</b> .....	53
<b>3.1. La prospettiva junghiana pre-1945</b> .....	55
<b>3.2. La psicologia delle nazioni</b> .....	64

<b>3.3. Le cause della guerra .....</b>	<b>69</b>
<b>3.3.1. L'Ombra.....</b>	<b>71</b>
<b>3.4. Gli archetipi in azione sulla politica internazionale .....</b>	<b>75</b>
<b>3.5. Il caso di Wotan.....</b>	<b>80</b>
<b>CONCLUSIONI.....</b>	<b>83</b>
<b>PAROLE CHIAVE.....</b>	<b>85</b>
<b>RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI .....</b>	<b>86</b>
<b>RINGRAZIAMENTI .....</b>	<b>94</b>

## RIASSUNTO

Il presente lavoro intende esplorare il tema del conflitto in prospettiva junghiana, prendendo in esame alcune opere di Carl Gustav Jung e la letteratura successiva. Si tratta di un'opera di revisione letteraria che tenta di ricostruire il pensiero di Jung a partire da diverse fonti scritte in un lungo periodo di tempo. Partendo da un inquadramento teorico della psicologia del profondo, con la sua definizione di psiche e di statuto epistemologico, si tratteranno i punti chiave della prospettiva junghiana che hanno un risvolto nella comprensione dello Jung politico: la teoria dell'inconscio collettivo e degli archetipi. Si svilupperà il tema del conflitto psicologico, a partire da un confronto con l'approccio freudiano, e si esploreranno le intuizioni di Jung sulle cause della guerra nella politica internazionale, osservando gli archetipi in azione e prendendo in esempio il caso di Wotan.

La conclusione principale è che per Jung il conflitto che sia interiore o esteriore, risiede nell'instabilità intrinseca della psiche (*enantiodromia*) e che solo il singolo individuo può farsi carico di un cambiamento, maturando dall'interno il bisogno di differenziarsi dalle forze collettive che lo espongono a violenza, sopruso e paura. Jung ci ricorda che la soluzione è nella psiche e che abbiamo bisogno di una cura delle cause, non solo di una strategia politica che si limita ad affrontarne gli effetti.

## ABSTRACT

This work intends to explore the theme of conflict from a Jungian perspective, examining some works by Carl Gustav Jung and subsequent literature. It is a work of literary review that attempts to reconstruct Jung's thought from different sources written over a long period of time.

Starting from a theoretical framework of depth psychology, with its definition of psyche and epistemological status, the key points of the Jungian perspective that have an implication in the understanding of political Jung will be discussed: the theory of the collective unconscious and of archetypes.

The theme of psychological conflict will be developed, starting from a comparison with the Freudian approach, and Jung's intuitions on the causes of War in International Politics will be explored, observing archetypes in action and taking the example of Wotan.

The main conclusion is that for Jung the conflict, whether internal or external, lies in the intrinsic instability of the psyche (*enantiodromia*) and that only the single individual can take charge of a change, maturing from within the need of a self-differentiation from the collective diseases which exposes him to violence, abuse, and fear. Jung reminds us that disease is in the psyche and that we need a cure for the causes, not a political strategy that only deals with its effects.

## INTRODUZIONE

Questa tesi è una ricerca esplorativa di revisione della letteratura junghiana che tratta il tema del conflitto alla base della psicopatologia individuale e collettiva, come aspetto centrale della psiche e della natura umana.

Il conflitto psichico tra istanze di sé che Freud identifica come origine della nevrosi e il conflitto interiore tra sé e realtà che Jung ritrova alla base della schizofrenia. Il conflitto esteriore che si manifesta tra persone, gruppi e organizzazioni e nelle guerre tra nazioni.

Il termine rimanda ad una concettualizzazione psicodinamica della mente, che nasce con la personologia e sta alla base della psicoanalisi. È corretto definire il territorio di analisi per contestualizzarne la tesi, ma è un tema che trascende la disciplina psicologica e che riguarda la vera essenza dell'essere umano con le sue tendenze biologiche, spirituali, culturali, politiche ed economiche.

Qui ci si pone un problema di metodo: definire che cosa sia e cosa si intenda per "psiche". La psicologia può essere definita come una disciplina scientifica sul piano epistemologico, ma sul piano ontologico non esiste ancora una definizione univoca di "mente". Per i neurologi la mente si sviluppa dal funzionamento cerebrale, con Freud e la nascita dello "psichico", cambia la modalità di pensare la malattia mentale. Freud è un neurologo ben prima della nascita della psicoanalisi. Pur volendo sempre trovare un nesso tra la sua teoria della psiche e il cervello, ci rinuncia. Freud ipotizza che un giorno la psicoanalisi, nonostante sia una cura valida, verrà sostituita dall'utilizzo di farmaci di sintesi e da altre teorie della mente più sofisticate e sviluppate:

L'avvenire forse ci insegnerà ad influenzare direttamente, con speciali sostanze chimiche, le quantità d'energia e la loro distribuzione nell'apparato psichico (...) probabilmente il futuro stabilirà che l'importanza della psicoanalisi come scienza dell'inconscio oltrepassa di gran lunga la sua importanza terapeutica (Freud, 1925).

Freud non rinuncia all'idea positivista del riduzionismo, né all'ipotesi che ciascuno di noi abbia un imprinting biologico; tuttavia, reputa più utile la strada della psicoanalisi con la sua attenzione alla soggettività, alle relazioni e ai disagi del singolo individuo. L'ipotesi dell'esistenza di un piano psichico, non organico,

come causa di manifestazioni osservabili nel corpo e nel comportamento dell'individuo, porta gli psicologi a studiare in modi differenti la mente: comportamentisti, psicoanalisti, cognitivisti. Ognuno con una diversa teorizzazione della mente, concettualizzazione del disagio psichico e teoria del cambiamento. Ma appunto, si tratta di teorie e scelte di metodo. Una risposta univoca della scienza psicologica alla domanda ontologica: "che cosa è la psiche?" Non esiste ancora.

La psicologia deve abolirsi come scienza e proprio abolendosi raggiunge il suo scopo scientifico (Jung, 1947/1976 p. 240).

Si ricorre dunque allo studio delle manifestazioni della psiche. Dal momento che i nostri sensi reagiscono a fenomeni reali creando sensazioni tattili, visioni, suoni, gusti, odori, ci si sposta da un piano di realtà (oggettivo) al piano della mente (soggettivo). La realtà diventa un evento psichico di cui ignoriamo la sostanziale natura.

La realtà psichica è in definitiva qualcosa di inafferrabile [...] Tutto ciò che sperimento è psichico. Anche il dolore fisico è un dato psichico. E tutti i dati sensoriali [...] sono pur essi immagini psichiche costituenti la mia unica esperienza immediata: poiché la mia coscienza ha esse sole per oggetto immediato (Jung, 1967/1994, pp. 378-379).

In questo senso Jung è empirista e kantiano: l'essere umano non potrà mai entrare in contatto con il noumeno (l'essenza del reale) ma solo con il mondo dei fenomeni, delle percezioni soggettive e delle rappresentazioni, filtrato dalle forme a priori della nostra mente. Perciò è essenziale studiare la mente per comprendere il mondo. Ciò che è fondamentale cogliere in ambito psicologico è che i concetti utilizzati dagli studiosi della mente come "inconscio", "personalità", "complesso", non sono realtà ontologiche o metafisiche esistenti di per sé e sulle quali filosofeggiare, discutendo sulla loro esistenza in modalità vero/falso: si tratta di realtà empiriche e di simboli in grado di favorire l'esperienza diretta del singolo, che permettono di ancorare le sue percezioni nel "qui ed ora" per spianare la strada a nuove intuizioni su di sé e sul mondo.



Il concetto d'inconscio collettivo non è né speculativo né filosofico, ma empirico (Jung, 1934/1977, p. 72).

Affermazioni come "l'inconscio non esiste" sono infondate poiché stanno su un piano ontologico e ancora su questo piano, non siamo stati in grado di definire in modo oggettivo che cosa sia la mente, ma soltanto di osservare il suo funzionamento.

Quindi se per il biologo è importante studiare l'anatomia del corpo umano che ha una lunga storia evolutiva dietro di sé, per Jung è necessario studiare l'anatomia della psiche la cui attività è immaginativa: i suoi prodotti sono le immagini, le fantasie, i sogni. Nell'intreccio evolutivo tra biologia e cultura, la psiche dell'essere umano ha ospitato contenuti differenti nel corso delle epoche, manifestandosi attraverso le arti e le scienze. Il mondo è psiche, e la psiche è mondo.

Dalla psiche procede assolutamente ogni esperienza umana, e a lei ritornano infine tutte le conoscenze acquisite. La psiche è inizio e fine di ogni conoscenza. Anzi, essa non è soltanto l'oggetto della sua scienza, ma ne è anche il soggetto (Jung, 1937/1976, p. 143).

Padre della psicologia analitica o "psicologia del profondo", psichiatra e punto di riferimento per i pensatori dell'epoca, Carl Gustav Jung dedica grande attenzione allo studio di antropologia, filosofia, e religione attraverso sistematiche indagini empiriche, dando vita ad una nuova forma di psicologia: profonda, complessa e intuitiva. Dopo un intenso confronto umano e scientifico con Freud, se ne distacca nel 1910 in concomitanza con il suo crescente interesse per l'Oriente (Barone, 2019).

Il tema del conflitto in prospettiva junghiana offre una chiave di lettura trasversale per esplorare un punto cardine prettamente psichico non solo della psicopatologia, ma anche dell'intera gamma delle vicende umane. La possibilità, infatti, dell'essere umano di entrare in conflitto con la realtà e persino con sé stesso, è ciò che più caratterizza il paradosso della condizione umana: precaria, inconsapevole di sé stessa, eppure tesa al suo superamento e all'evoluzione. Un progresso che non può mai accadere, senza prima aver fatto i conti individualmente con ciò che va oltre la nostra coscienza individuale. La

tesi esposta sostiene che la causa e la soluzione della guerra risiedano nella psiche (Jung, 1957).

Soprattutto oggi, il mondo è appeso a un filo sottile, e quel filo è la psiche dell'uomo. Metta che certi tizi a Mosca perdano il controllo o il buon senso: il mondo intero andrà in fiamme. Oggi la minaccia non sono le catastrofi naturali. Non esiste in natura niente di simile alla bomba H: quella è opera dell'uomo. Siamo noi il pericolo: la psiche è il pericolo. E, se qualcosa si guastasse nella psiche? Ecco la dimostrazione, nella nostra epoca, della potenza della psiche e di quanto sia importante la conoscenza della psiche. Ma noi non ne sappiamo nulla; nessuno darebbe credito all'idea che i processi psichici dell'uomo della strada rivestano qualche importanza. Pensiamo: "Oh, l'uomo è ciò che gli viene messo nella testa, dipende dall'ambiente". E gli vengono insegnate determinate cose, e lui crede in quello che gli viene insegnato e per il resto, soprattutto se ha da mangiare e da coprirsi a sufficienza, non ha nessuna idea. Ma questo è un grave errore, perché l'uomo è quello che è alla nascita e quando nasce non è una tabula rasa ma una realtà (Jung, 1957/1995, p. 382).

Poche persone sono disponibili ad analizzarsi per capire che il problema risiede in sé stesso e di conseguenza in ognuno di noi. Senza questa maturità e capacità di cercare il vero e le cause in sé stessi, non cesseranno mai i soprusi, le guerre, le discriminazioni e ogni genere di violenza, poiché una guerra, qualsiasi guerra, ha come vera causa la mente umana e la sua incapacità di capire il senso della vita e di riflettere sul proprio funzionamento.

Lo scopo di questa tesi non è di offrire nuovi strumenti clinici, ma di fornire alcune integrazioni teoriche e un'occasione per riflettere sul pensiero di Jung.

Un lavoro di revisione letteraria è sempre complesso perché richiede di dedurre e ricostruire le idee di un personaggio storico a partire da diverse fonti scritte, integrando le dichiarazioni rilasciate durante le interviste e i seminari, per un periodo di tempo relativamente lungo. Si tratta della complessità del pensiero di Jung che si accompagna alla sua abitudine di ritrattare e rivedere le sue teorie ed ipotesi (Trevi, 2020, p. 12). Un altro pericolo quando si tratta il pensiero di una figura di grande impatto emotivo e culturale è la caduta nel "culto della personalità". Perciò Trevi (1988) ricorda l'ironica dichiarazione di Jung "Grazie a Dio sono Jung, non sono junghiano".

Inoltre, è evidente che non tutto ciò che Jung espone può essere trattato come scientifico. È utile fare una distinzione tra ciò che Jung afferma privatamente e ciò che dice pubblicamente: ciò che Jung esprime spontaneamente, spesso in modo provocatorio, durante un'intervista ha un

peso diverso rispetto a ciò che formalmente codifica e mette per iscritto in una sua opera.

Il compito di ricollegare i punti chiave della prospettiva di Jung alla luce di un tema attuale come quello del conflitto e della guerra, è un lavoro interessante dal punto di vista clinico e divulgativo: riuscire a identificare eventuali fragilità teoriche e a valutarne le implicazioni, dà la possibilità agli junghiani contemporanei di continuare il lavoro di Jung e far avanzare la teoria e la pratica clinica per essere di maggiore aiuto a coloro che sono in terapia, offrendo inoltre agli psicologi clinici di altri orientamenti l'opportunità di confrontarsi con una prospettiva trasversale che comunica facilmente con altre discipline.

## **CAPITOLO 1 – LA TEORIA JUNGHIANA**

In questo capitolo vengono trattati i principi fondamentali del pensiero junghiano, al fine di comprendere l'inquadramento teorico della tesi formulata.

La nascita del pensiero junghiano si collega a una specifica teorizzazione della psiche, costituita dai complessi e dagli archetipi dell'inconscio collettivo, e rappresenta un approccio complesso allo studio dell'essere umano che Jung chiama "psicologia del profondo". L'ultimo paragrafo descrive la tipologia junghiana e ha lo scopo di trattare una delle cause del conflitto nevrotico, approfondita nel capitolo successivo, che risiede nell'antagonismo delle quattro funzioni psicologiche che si manifestano nel carattere di ogni individuo.

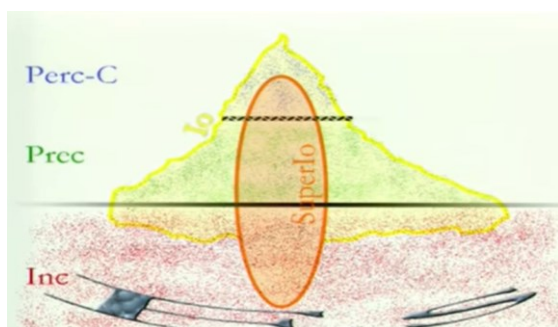
### **1.1. Un modello di psiche e la teoria dei complessi**

Come introduzione, si propone una panoramica storica della nascita e del consolidamento del pensiero junghiano. Per Freud la nascita della psicoanalisi segna una "terza rivoluzione" nella storia dell'uomo, che dopo le ferite egoiche inferte dalle scoperte di Niccolò Copernico (la Terra non si trova più al centro dell'universo) e di Charles Darwin (l'uomo è il prodotto di un adattamento

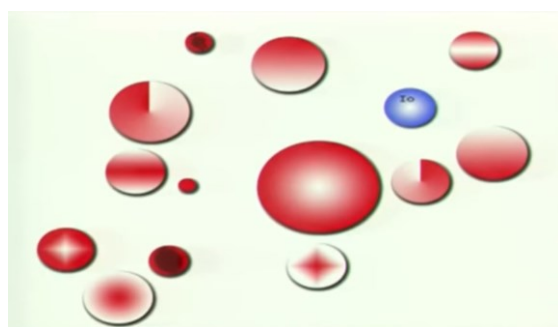
evolutivo), si trova a perdere nuovamente potere su stesso di fronte al concetto di “inconscio” (Freud, 1932/1979, p. 190). La psicoanalisi nasce nell'Ottocento in un contesto romantico e positivista. Il Romanticismo è un movimento di pensiero che si sviluppa in Europa a partire dalla fine del Settecento e che ha come principio fondante la fede nel sentimento come guida alla scoperta della verità, in negazione della ragione illuminista, cinica e limitata. I temi del Romanticismo sono l'amore per l'uomo, la patria e la nazione, con la loro storia e le tradizioni pittoresche; ma anche la spiritualità, l'esoterismo e l'esotismo inteso come “altrove” spaziale e temporale, idealmente orientale, in cui fuggire alla ricerca di sé e della propria individualità. Per i romantici l'uomo vive nella ricerca dell'assoluto, mai realizzabile in modo definitivo, si tratta di una tensione verso l'infinito immanente alla realtà che genera fascino e sgomento allo stesso tempo perché inafferrabile e sublime. Per Schopenhauer la volontà è una potenza oscura che continua a possedere l'uomo, per Nietzsche l'uomo si strugge per la morte di Dio vivendo un terribile senso di vuoto e di totale assenza di scopo, Wagner suona una musica travolgente, terrificata e irrazionale.

Il Positivismo, prosecutore dell'Illuminismo, è la corrente di pensiero che sostiene la razionalità come metodo per la comprensione integrale del mondo, fondata su un rigoroso metodo scientifico ed empirista. Sia Freud sia Jung sono profondamente positivisti e romantici al tempo stesso.

La differenza essenziale tra i modelli di psiche freudiano e junghiano, è che per Freud la psiche ha una struttura gerarchica identificabile con l'immagine dell'iceberg, mentre per Jung la dimensione mentale è un insieme complesso, stratificato e tridimensionale più simile ad un arcipelago (come per Janet).



**Figura 1.1**  
Modello di psiche Freud (Vadalà, 2013)



**Figura 1.2**  
Modello di psiche Jung (Vadalà, 2013)

La struttura della psiche per Freud è una piramide che ha come vetta l'istanza "Io". Facendo coesistere i due modelli freudiani topografico e strutturale, si osserverà che al vertice si trova l'Io come istanza più importante in parte preconsce e conscia, mentre in basso si trova l'istanza "Es", come covo di pulsioni inconsce e da tenere a bada.

Per Jung l'inconscio non è solo rimosso ma è preesistente alla coscienza ed è la matrice primordiale della psiche che, con l'evoluzione, ha acquistato maggior consapevolezza di sé e capacità riflessiva. La psiche è un arcipelago costellato da complessi, tra cui l'Io, cioè un insieme di rappresentazioni collegate fra di loro da associazioni per similitudine o vicinanza. Mentre Freud sostiene lo "scarico delle pulsioni" cioè l'idea che gli affetti premano per scaricarsi, in Jung gli affetti sono la colla della psiche umana poiché creano aggregazioni emotivamente cariche di rappresentazioni.

Il costrutto teorico di "complesso" viene elaborato da Jung in seguito agli studi sui nessi associativi nei pazienti gravi psicotici affetti da schizofrenia (1907). Per Jung, la struttura della psiche è costituita da elementi disgiunti, insiemi emozionali-affettivi che si aggregano attorno a nuclei di disposizioni formali innate (archetipi): questi insiemi prendono appunto il nome di "complessi" (Raggi, 2021). Se i complessi a tonalità affettiva appartengono alla sfera dell'inconscio personale, gli archetipi si riferiscono all'inconscio collettivo.

Secondo Jung la mente è strutturata come un arcipelago: ciascuna isola rappresenta un complesso aggregatosi attorno un archetipo (un nucleo ipotetico) ed è connessa alle altre tramite affetti. Ciascun complesso è un insieme di rappresentazioni legate da una tonalità affettiva dinamica, che vanno a costituire un "frammento" più o meno grande, caratterizzato da una qualità percettiva, affettiva e mnemonica. Il grado di salute mentale è determinato da due aspetti: il livello d'integrazione tra i diversi complessi e la quantità di coscienza con cui ciascuno di essi emerge dall'inconscio (*ibidem*).

Nel prossimo capitolo (2.2) si approfondirà il rapporto tra teoria dei complessi, nevrosi e individuazione.

## 1.2. Statuto epistemologico della psicologia del profondo

La via migliore per parlare di Jung è quella di riportarlo costantemente al problema dello statuto epistemologico della psicologia: sempre problema aperto e mai evidenza consacrata (Trevi, 2020, p.27).

Dal latino *scientia*, che significa conoscenza, la parola “scienza” indica qualsiasi formulazione esatta e sistematica sulla realtà. La scienza è un parto della filosofia, quell’attività speculativa connaturata nell’essere umano che lo spinge a ricercare la verità, per la quale nutre una tensione che comunica attraverso interrogativi e riflessioni.

Nell’antica Grecia, il termine usato per indicare la scienza è *episteme*, un sapere valido e sacro che consente di acquisire saggezza. Partendo da questa considerazione, sembra che la scienza sia nata in Occidente, così come la filosofia. In effetti, c’è chi sostiene che il passaggio da un sapere mitologico (*mythos*) a una conoscenza razionale (*logos*), sia avvenuto con la nascita della filosofia greca. C’è anche chi afferma che la scienza proviene da Oriente, culla di espressione di una pluralità di filosofie nate in un’epoca antecedente alla civiltà greca e latina. Aldilà del vecchio dibattito “è nato prima l’uovo o la gallina?”, la scienza è caratterizzata universalmente dall’esercizio dell’intelletto per la costruzione di un sapere empirico. Non possiede verità assolute, non spazia nel non reale, ma indaga, a partire dall’esperienza diretta, un oggetto di studio da incontrare con metodo. Una seconda caratteristica della scienza è la qualità analitica ugualmente diretta ai fenomeni della natura e dell’uomo. La scienza parte dai fatti, osservazioni dirette di fatti oggettivi, per pronunciare leggi, asserzioni secondo le quali certi eventi sono regolarmente associati, formulando teorie, spiegazioni di fatti e leggi esistenti che sono lo strumento per mettere alla prova ipotesi, previsioni di nuovi fatti.

A partire dall’Illuminismo e in seguito dal Positivismo, la scienza diviene strumento elettivo per la conoscenza della realtà, capace di condurre ad un sapere assoluto, documentabile e verificabile con rigoroso metodo scientifico. Così nascono le *hard sciences*, le “scienze dure”: la biologia, la fisica, la chimica. La rinuncia all’assolutezza scientifica avviene presto nel Novecento, quando con la cosiddetta “crisi dei fondamenti” e l’introduzione del paradigma

falsificazionista di Karl Popper (1969), la scienza ridiscute i suoi limiti autodefinendosi generatrice di un sapere basato su ipotesi e quindi falsificabile.

La nascita delle *soft sciences*, le “scienze morbide”, apre una nuova possibilità di ricerca scientifica basata su oggetti di studio non oggettivamente determinati, cioè non direttamente osservabili, non sperimentabili in laboratorio e non dimostrabili attraverso formule matematiche. Le scienze psicologiche, sociali, economiche e politiche applicano un metodo scientifico, cioè possiedono una scientificità epistemologica, ma non ontologica. Richiedono un processo di operazionalizzazione che consenta il passaggio dal concetto alla sua osservazione sperimentale. Ad esempio, non possiamo misurare direttamente la psiche, ma possiamo definirla a partire da un costrutto teorico per osservarla indirettamente nelle sue manifestazioni fisiologiche e comportamentali.

Nonostante la distanza scientifica di queste materie dai fenomeni naturali, è possibile sperimentare ogni giorno l'esistenza di una realtà creata dall'essere umano prodotta dai suoi comportamenti e pensieri (psiche), dalle sue azioni collettive (società), dalla sua disponibilità di risorse (economia) e dalle sue decisioni (politica).

Un passo ulteriore viene compiuto da Fichant e Pecheux (1969) che considerano un'operazione ingenua quella di definire una disciplina scientifica in base al suo oggetto o al suo campo di studio. Scrivono che un settore scientifico “non nasce dalla definizione di un oggetto, né dall'incontro di un oggetto con un metodo, ma dalla costituzione di un insieme di concetti con le loro regole di produzione [...] il suo divenire è quindi la formazione dei suoi concetti e delle sue teorie [...] anche all'interno dell'unità nominale di una medesima scienza, alcuni concetti ed alcune teorie possono avere evoluzioni differenti, formazioni concettuali differenti non riferibili ad un unico modello” (*ibidem*). Dunque, l'oggetto di una disciplina non è costituito da un qualche aspetto del mondo fisico-naturale o sociale, ma dall'ottica con cui tale aspetto è ricostruito in forma problematica all'interno di un sistema di concetti e di modelli teorico-empirici.

Un altro aspetto è che la scienza, abituata ad una concezione materialistica della realtà, assume di partire dall'osservazione diretta di fatti oggettivi. Secondo la mistica e le recenti scoperte della fisica quantistica, la realtà non si

limita alla materia e l'osservatore modifica l'osservato. (Sassoli de Bianchi, 2021).

Ora, osservare qualcosa e trarne dei risultati sta alla base della ricerca, perciò rifiutare questa possibilità significherebbe rifiutare ogni possibilità di crescita. Una buona scienza è empirica e deve poter dedurre dall'osservazione, con la consapevolezza oggettiva del limite di una visione che lascia sempre spazio a modifiche. La scienza che conosciamo oggi considera oggettivo tutto ciò che può essere osservato nella materia più volte e da più persone, questo definirebbe ciò che è reale. Nel momento in cui la scienza attuale parte da un'idea, la ricerca scientifica avrà come limite la teorizzazione dell'intelletto. Kantianamente, l'intelletto umano non può entrare in contatto con il fatto oggettivo (noumeno), ma solo con le sue manifestazioni fenomeniche (fenomeno). Perciò l'intelletto non può raggiungere una visione oggettiva, perché cerca di colmare sé stesso con altro intelletto. Si può affermare che l'essere umano conosca soltanto attraverso la sua sensibilità individuale, un sentire che ha sviluppato lungo il corso di esperienze soggettive in un corpo e in una mente. Da qui l'importanza della dimensione soggettiva come unica possibilità di conoscenza, cioè legata alla percezione del soggetto e alla centralizzazione del sé. Ma per "soggettivo" s'intende anche tutto ciò che non necessariamente corrisponde alla realtà della vita, proprio perché condizionato e collegato all'esperienza dell'individuo. Si definisce "oggettivo" ogni tipo di percezione che coincide con la natura reale delle cose. Esistono persone con una visione più oggettiva di altre perché esiste questa possibilità: esercitare l'intelletto alla contemplazione di una visione sempre più oggettiva del reale. Ma se la realtà si colora della somma delle esperienze di chi la osserva, come rendere oggettivo lo sguardo dell'osservatore? Esiste una scienza dell'osservatore? (*ibidem*).

La psicologia di Jung è una forma di ricerca che indaga la realtà interiore e studia l'essenza delle cose nella sua totalità. Uno studio che ricerca l'essere nella sua percezione della realtà. Come scrive Trevi:

[...] Certo, se l'oggetto della scienza è universale, l'individualità psichica sfugge e sempre sfuggirà a ogni tentativo di sistemazione scientifica. Sennonché, a questo punto, non si deve abbandonare l'impresa di fare scienza dell'individuo e del suo processo individuativo, ma si deve seguire Jung – ed eventualmente andare oltre di



lui sulla strada da lui percorsa solo fino a un certo limite – nel ripensare lo statuto scientifico di quella scienza ambigua che è la psicologia in cui l'oggetto rifluisce sempre nel soggetto che lo descrive e il soggetto è costretto a divenire oggetto della propria osservazione" (Trevi, 2020, pp. 26-27).

Concludendo si potrebbe dire, insieme a Marozza (2012), che la specificità del metodo junghiano si contraddistingue rispetto alle altre forme di psicoterapia che si ispirano a principi tecnici, poiché: "scaturisce dalla necessità di trasformare ogni volta in pensiero l'implicazione esperita nella realtà clinica, considerando inutile, o banalmente suggestivo, l'uso in senso applicativo o solamente tecnico di un sapere acquisito fuori di ogni specifica esperienza" (*ivi*, p. 144). Ribadendo, in questo modo, l'importanza della ricerca sul metodo, sui suoi limiti e sulle sue possibilità, proprio dell'ambito epistemologico.

### **1.3. La teoria dell'inconscio collettivo**

Il modello di psiche di Jung si basa su due meccanismi psicologici: l'inconscio collettivo e gli archetipi.

La comprensione dell'inconscio da parte di Jung è la principale differenza tra le sue teorie e quelle dei suoi predecessori e offre un approccio alternativo allo studio della psicomotricità. Pertanto, l'adozione di una prospettiva junghiana fornisce un mezzo per comprendere meglio le origini del conflitto per affrontarle in modo più collettivo. L'approccio psicomotricità di Jung vede le dinamiche inconsce manifeste attraverso il conflitto e la paura come un'opportunità di apprendimento utile per comprendere la vita nel suo senso più profondo.

È da considerare però che le teorie collettive sull'esistenza di un inconscio transpersonale sono diffuse nella cultura del Novecento. La percezione che l'inconscio collettivo sia attribuibile a Jung non è del tutto corretta. Le idee di Jung devono molto ai teorici della psicopatologia individuale e quando nel 1916 Jung formula l'idea di un inconscio filogenetico continua la tradizione dei teorici di memoria organica come Hering, Butler, Ribot, Forel, Laycock e Hall (Shamdasani, 1998).

Ad uno sguardo iniziale, sembra ironico che Jung abbia prodotto una teoria dell'inconscio collettivo che cerca di includere tutte le persone senza distinzione

di tempo, classe e religione, quando il suo lavoro nella vita è quello di trattare individualmente. Questo paradosso è comprensibile quando sia Freud che Jung elaborano delle teorie sul funzionamento generale della psiche.

Nell'opera *L'io e l'inconscio* (1928), Jung non si sofferma sulle differenze della sua teoria con quelle di Freud e Adler (come descrive in *Psicologia dell'inconscio*, 1917) ma teorizza l'esistenza di un inconscio collettivo oltre a quello personale freudiano, comune a tutta l'umanità, responsabile di tutti i tipi di manifestazioni comportamentali, inclusi conflitto e ansia.

L'inconscio personale di Jung è lo stesso teorizzato da Freud, cioè il luogo o il contenitore di contenuti sottratti alla coscienza perché percepiti come insopportabili all'attuale e ancor più infantile strato istintivo della vita psichica umana. La preoccupazione principale di Freud però riguarda il "romanzo familiare" e come il bambino facesse i conti con il desiderio per la madre e il suo sentimento di competizione per il padre: il complesso edipico.

Freud vede nel complesso edipico la definitiva lotta per la formazione del carattere e l'esperienza universale dell'umanità. L'altro fattore di formazione della coscienza era la lotta individuale tra istinti sessuali e inibizione della società. In *Disagio della civiltà* (1930), Freud suggerisce che la repressione degli istinti sessuali è vitale per gli umani per non farli cadere nell'indolenza sessuale e nella gratificazione, per questo la società impone delle restrizioni nella condotta sessuale in modo da sublimare queste energie nell'evoluzione della Cultura e nella costruzione di una società. In sostanza per Freud, il fatto che gli individui affrontino degli eventi in comune non implichi necessariamente l'esistenza di un inconscio condiviso da tutti gli umani.

Oltre agli impulsi sessuali riconosciuti da Freud, Jung colloca nell'inconscio personale anche le immagini e i sentimenti scomodi che possono essere rimossi intenzionalmente e coscientemente (non solo la rimozione classica). Situazioni vissute nel passato precedentemente ricordate e poi dimenticate possono cadere nell'inconscio personale, così come le nuove esperienze percepite nella vita di tutti i giorni raggiungono la coscienza solo in minima parte; perciò, vanno a nascondersi nell'inconscio nel momento stesso in cui vengono percepite. La percezione accade principalmente al di sotto della soglia della coscienza; perciò, è compito dell'io quello di selezionare gli stimoli che possono accedervi, riconoscendo costantemente le esperienze rilevanti ed

escludendo quelle marginali. Nell'inconscio sono presenti, inoltre, risorse che non sono state investite energeticamente perché ritenute non indispensabili al buon adattamento dell'individuo alla realtà sociale.

Per "Io" intendo un complesso di rappresentazioni che per me costituisce il centro del campo della mia coscienza e che mi sembra possedere un alto grado di continuità e di identità con sé stesso (Jung, 1921b, p. 507).

Ciò avviene attraverso la repressione che per Jung non è solo un meccanismo di difesa, ma anche un atteggiamento necessario della psiche che aiuta a creare e a mantenere un "Io" cosciente e funzionante integrato nella realtà. Per Jung l'Io è il "soggetto della coscienza" (Jacobi, 1940/2014, p. 19), ma definisce la coscienza come "la funzione o attività che mantiene il rapporto di contenuti psichici con l'Io" (Jung, 1921a, p. 470). In un tempo successivo, i contenuti rimossi possono riemergere in sogno o in pensieri della vita diurna. La funzione repressiva dell'Io è necessaria per mantenere integro il senso di realtà; infatti, le popolazioni primitive con degli "Ego" consci poco sviluppati e gli psicotici con degli "Ego" fragili possono essere annientati dall'inconscio. Quando la pellicola protettiva dell'Io che, come un diaframma, filtra e regola le percezioni della realtà conscia e inconscia, esteriore ed interiore, è poco sviluppata o indebolita (ad esempio a causa di uno stato alterato di coscienza indotto da sostanze), l'individuo può venire sopraffatto dai contenuti rimossi; come un deposito, questi vanno ad alimentare l'Ombra, un aspetto archetipico che ad esempio nei popoli primitivi si manifesta sotto forma di paure arcaiche, credenze magiche e superstizione. (Roth, 2006, cap. 13).

L'inconscio collettivo è il luogo di una sfera psichica più ampia, la "psiche collettiva", che si riferisce a tutto ciò che non ha carattere individuale in una persona, comprendendo sia il mondo conscio che il mondo inconscio. Quindi esistevano due fonti nella vita di un individuo: delle esperienze che erano filtrate dall'inconscio personale e dei vissuti riconducibili all'umanità nel suo insieme che chiamò inconscio collettivo.

Jung considera il problema della maturazione dell'individuo umano come la somma di due problemi complementari e strettamente connessi: la differenziazione dalla psiche collettiva, affinché l'individuo si assuma la piena responsabilità dei suoi pensieri, delle sue immaginazioni e delle sue decisioni, e

l'integrazione di forme e valori immagazzinati nella psiche collettiva conscia e inconscia in modo che l'individuo possa formarsi in un essere significativo che utilizza, ma senza riconoscimento passivo, le strutture costitutive della psiche collettiva (Trevi, 2020, p. 37).

Se il programma di Freud poteva essere configurato nella vittoria totale dell'Io sull'inconscio, la bonifica totale del territorio psichico insediato dalle pulsioni infantili e primitive (il famoso e illuministico "Là dov'era l'Es sarà l'Io"), il programma di Jung potrà essere configurato come quello di un perennemente precario e instabile equilibrio tra parti autonome e irriducibili della psiche. Se la metafora-guida del lavoro di Freud sembra essere quella da lui stesso opportunamente impiegata della "bonifica dello Zuiderzee" che allude a una vittoria finale dell'Io sull'inconscio, la metafora-guida del lavoro di Jung sembra essere quella delle complesse relazioni diplomatiche e culturali tra due grandi imperi confinanti dei quali nessuno è disposto o destinato a cedere alcunché all'altro ma la cui sussistenza è affidata a una politica di rispettosa alleanza e di intensi scambi economici culturali (*Ibidem*, p. 32).

L'esistenza di un inconscio collettivo si collega alla concezione di "psicologia dell'umanità" che per Jung si è evoluta per fasi come diversi strati di esperienza che sono stati fissati come un modello "geologico" con strati razziali e nazionali. Con questa percezione Jung sente di dare un contributo unico alla psicologia aggiungendo una scala temporale preistorica e una prospettiva che includeva il significato psicologico di intere società, siano esse tribù isolate o intere razze.

Jung pensa che le diverse nazioni avessero caratteristiche psicologiche uniche che potevano essere identificate. Fin dall'inizio dei suoi scritti scrive che in un lasso di tempo sufficientemente lungo le caratteristiche psicologiche socialmente formate sono divenute differenze razziali trasmesse biologicamente (teoria simile al concetto neo-lamarckiano di ereditarietà) (Lewin, 2009, pp.159).

#### **1.4. La teoria degli archetipi**

Nella revisione della teoria degli archetipi, è necessario sottolineare che Jung non sistematizza mai la sua definizione di archetipi, né impostato dei criteri per riconoscere o dare prova di un archetipo (Lewin, 2009, pp.160-161).

Spesso nei suoi scritti tratta allo stesso modo archetipi e immagini simboliche. Dal principio della sua pratica psichiatrica nel 1900 a Burghölzli,

Jung è affascinato dalle immagini simboliche che appaiono nelle fantasie dei suoi pazienti (immagini che più avanti definisce come manifestazione di forme archetipiche) (*Ibidem*, p. 162).

In *Simboli della trasformazione* (1912b), Jung fornisce una prima indicazione di simbolo, portando “alcuni esempi di immaginazione inconscia creativa”, tema che mette a punto insieme a dei suoi stretti collaboratori nell’opera conclusiva del suo pensiero, terminata pochi anni prima della sua morte *L’Uomo e i suoi simboli* (1964). “Il simbolo (dal greco *symbolon*) non è né allegoria né segno (*seméion*) ma l’immagine di un contenuto che per la massima parte trascende la coscienza. Resta ancora da scoprire che tali contenuti sono reali, cioè agenti con i quali è non solo possibile, ma anche utile venire a un accomodamento” (Jung, 1970, p. 87). “Benché in origine e naturalmente si creda ai simboli è possibile anche comprenderli, e questa è l’unica via per tutti coloro cui non è stato concesso il carisma della fede” (Jung, 1964/1983, p. 231).

Per Jung l’essere umano si esprime attraverso un linguaggio simbolico. Nell’intenzione di comunicare all’altro un significato personale ha perfezionato modalità di pensiero e linguaggio sempre più ricche e complesse, a partire da un’esperienza diretta resa convenzionale e riconoscibile attraverso la parola.

Alcune parole sono segni o immagini che non hanno altro compito se non quello di chiamare gli oggetti a cui sono riferiti, altre sono simboli perché sottendono un contenuto che trascende il suo significato ovvio e immediato (*Ibidem*, pp. 20-21).

Un simbolo può essere largamente interpretato ma mai compiutamente spiegato: il linguaggio è razionale, limitato e duale (un’alternativa esclude il suo opposto) ed ha a che fare con quella che Jung definisce funzione “pensiero”. Questa funzione per quanto affinata non è adatta alla comprensione del reale, in cui vige il *mysterium coniunctionis* e gli opposti coesistono. Attraverso l’intuizione piuttosto, si può concepire ciò che sta al di là dell’orizzonte di comprensione umana. Da qui l’importanza dei sogni. I simboli sono dei tentativi naturali di riconciliare gli opposti all’interno della psiche.

Jung distingue tra simboli “naturali” e “culturali”. I simboli naturali nascono nell’inconscio e rappresentano una varietà enorme di immagini archetipiche fondamentali, essendo legati alla società primitiva; quelli culturali si sono trasformati nel tempo e sono stati riconosciuti e condivisi dalle società civilizzate

(*ibidem*, p. 32). Entrambi provocano nell'uomo risposte emotive delle quali non è cosciente; perciò, tendono a formare un'ombra sempre presente e potenzialmente distruttiva. Secondo Jung, la nostra società avendo, per paura, sconosciuto ogni cosa del suo mistero e del suo carattere soprannaturale, ha eletto religioni e scienza a detentori esclusivi della verità, per mettere a tacere istinti e valori che abbiamo ritenuto pericolosi. Abbiamo così eliminato i simboli dalla nostra vita, perdendo la principale chiave di lettura che ci permetterebbe di comprendere le leggi naturali e della psiche in ottica intuitiva e analogica, e non solo "analitica". Se l'analogia unisce, la scienza analitica sminuzza e separa.

Soltanto in seguito allo studio dei simboli, Jung utilizza il termine "archetipo" come teoria per spiegare l'origine del simbolo.

Jung di base è interessato alla fonte immediata delle "immagini manifeste" e al processo mediante il quale venivano create. Offre diversi resoconti dell'origine dell'immagine simbolica manifesta: come prodotti della funzione simbolica; come immagini ereditate da Lamarck; e come echi neurologici.

Nel riassumere l'evoluzione della teoria archetipica di Jung, Shamdasani osserva che Jung sintetizza gli archetipi ispirandosi alle categorie di Platone, alle forme a priori di Kant e agli engrammi neo-lamarckiani di Semon. La teorizzazione junghiana è caratterizzata da una certa instabilità, sostiene Shamdasani, anche per il fatto che Jung non chiarisce la relazione tra archetipi e istinti, ciò avrebbe indebolito i "fondamenti teorici della teoria" (Shelburne, 1988, p.133). L'espressione "archetipo" si trova in svariati contesti, per Jung gli archetipi sono i contenuti dell'inconscio collettivo.

L'archetipo è in sé un elemento vuoto, formale, nient'altro che una *facultas praeformandi*, una possibilità data a priori della forma di rappresentazione. Ereditarie non sono le rappresentazioni, bensì le forme, che sotto quest'aspetto corrispondono esattamente agli istinti, anch'essi determinati nella forma soltanto. Difficilmente si può dimostrare la presenza in sé degli archetipi, così come degli istinti, fintantoché essi non si manifestano concretamente (Jung, 1938-1954, p. 81).

In generale, prendendo in esame il pensiero di Jung e l'insieme delle varie formulazioni post-junghiane, i criteri necessari per qualificare un archetipo innato sono tre: l'universalità, cioè il fatto che il modello in questione si trovi in tutti i gruppi culturali conosciuti; la "continuità filogenetica" tra specie umana e altre specie di mammiferi, in modo che il comportamento in questione possa

essere rintracciato a ritroso dagli esseri umani attraverso i primati fino alle loro prime origini di mammiferi; “stabilità evolutiva”, il che significa che il modello è una risorsa evolutiva e coloro che non riescono a continuare il nuovo modello si estinguono, quindi l'innovazione genetica diventa stabile (Lewin, 2009, pp.191-192).

Una distinzione fatta con sforzo da Jung nell'ambito degli archetipi è la differenza tra archetipi come “personalità”, “figure autonome” o “Anime” e le idee archetipiche (Lewin, 2009, p. 181).

L'archetipo è come un modello ipotetico e irrepresentabile, un pattern di comportamento impresso nella biologia (*Ibidem*).

Gli archetipi si manifestano come delle personalità che compaiono frequentemente nei sogni delle persone. Questi includono “l'Ombra” come una personificazione del lato inferiore della personalità, e “Anima” / “Animus” che rappresenta la parte controsessuale della psiche, e il “Vecchio Saggio” meno frequentemente visto, e la “Terra madre”.

Jung suggerisce che queste personalità sorgono perché la psiche tende a presentare simbolicamente nei sogni aspetti autonomi di sé stessa in una forma antropomorfa. Per spiegare questa facoltà autonoma Jung traccia dei parallelismi con una varietà di malattie mentali che coinvolgono “i prodotti scissi” dell'isteria e della schizofrenia, “spiriti” medianici, “figure” viste nei sogni, ma, aggiunge, che approfondendo la questione, scopriamo che sono davvero formazioni archetipiche. Non ci sono argomenti conclusivi contro l'ipotesi che queste figure archetipiche siano dotate di personalità all'inizio e non siano solo personalizzazioni secondarie (*Ibidem*).

Per Jung, gli archetipi essendo contenuti numinosi sono relativamente autonomi, perciò non possono essere integrati soltanto razionalmente con la presa di coscienza, ma richiedono un processo dialettico che può manifestarsi nel dialogo tra paziente e terapeuta, riproducendo quella che per l'alchimia è la *meditatio*, un “intimo dialogo con il proprio angelo buono”. Si tratta di un processo ricco di peripezie, di sogni e intuizioni, e non privo di dramma (Jung, 1934/1977, p. 68).

In contrasto con l'autonomia degli archetipi che hanno “personalità”, Jung individua anche una categoria radicalmente diversa di archetipo che definisce “idee archetipiche”, in cui raggruppa una gamma di fenomeni.

Questa classe di “idee archetipiche” presenta una serie di “sistemi per l'azione” che vengono innescati da appropriati “motivi situazionali”. La classe più basilare di queste idee archetipiche sono quelle che si riferiscono a “motivi situazionali” o situazioni minacciose, come boschi o curve nei binari, o movimenti che implicano “salita e discesa”, l'attraversamento di un guado o uno stretto, mostri o serpenti, fiumi e correnti (Lewin, 2009, pp. 180-182).

Si tratta di sistemi o un'unità funzionali che contengono l'immagine del conflitto, del pericolo, del rischio - e anche della sua soluzione. Di tutti i “tipi” di archetipi, queste ristrette possibilità situazionali e funzionali somigliavano più da vicino a modelli istintivi di azioni in quanto sono molto simili a “chiusi istinti” in quanto un semplice stimolo attiva la reazione del sistema nervoso simpatico per fornire almeno più energia se la risposta non è specificata.

Questa teoria dinamica delle idee archetipiche di Jung ha un collegamento con la più recente teoria dei sistemi motivazionali di stampo cognitivo-evoluzionista.

La teoria degli archetipi e l'idea dell'inconscio collettivo “a strati” su base genealogica, esprimono un qualche fondamento biologico del pensiero junghiano, confermando l'ipotesi di una base biologica delle idee archetipiche.

#### ***1.4.1. Idee archetipiche, sistemi motivazionali e arousal***

La storia dell'uomo iniziata quattro miliardi di anni fa, suggerisce quei mandati biologici che ci hanno guidato nel corso della vita come motori dell'evoluzione.

Autori come Darwin, Ekman, Bowlby con la teoria dell'attaccamento e studiosi della prospettiva cognitivo-evoluzionista, condividono la tesi centrale che l'uomo, analogamente agli animali, abbia sviluppato delle tendenze psicobiologiche innate che regolano le sue emozioni e i suoi comportamenti per finalità adattive: i sistemi motivazionali.

Sulla base della teoria del cervello tripartito (o “trino”) formulata da Paul MacLean nei primi anni '70, i sistemi motivazionali innati si possono suddividere in tre categorie: i sistemi motivazionali arcaici (SMA), legati alle motivazioni “rettilliane” di sopravvivenza e riproduzione (MacLean, 1984); i sistemi



motivazionali interpersonali (SMI), relativi alle motivazioni sociali “limbiche” che spingono ad entrare in relazione ed a costruire legami con i propri conspecifici (Liotti, 1994); i sistemi motivazionali epistemici (SME), associati al cervello neocorticale, che consentono la ricerca e la costruzione soggettiva di senso e di significato da condividere con gli altri (Veglia, 1999).

I sistemi motivazionali interpersonali di accudimento, attaccamento, agonismo ritualizzato e sistema di rango, accoppiamento sessuale, cooperazione tra pari e appartenenze sono attivati o disattivati diversamente per ogni situazione, che può essere affrontata attraverso una posizione interpersonale appropriata (Liotti, 2008). Tra gli strumenti per la regolazione degli SMI c'è la regolazione delle risposte emotive di competenza del sistema limbico. Un evento traumatico può disregolare un sistema (es. attaccamento traumatico) e i suoi strumenti regolatori, attivando gli arcaici meccanismi di difesa attacco/fuga caratteristici del cervello rettiliano (*Ibidem*).

*Arousal* si riferisce al grado di attivazione e di regolazione neurovegetativa che ogni individuo presenta. In neurofisiologia, si utilizza anche per indicare uno stato di attivazione del sistema simpatico. Funziona da interfaccia per gli stimoli percettivi interni ed esterni che vengono elaborati dal tronco encefalico; rafforzati dall'attivazione delle strutture sottocorticali, come il talamo per l'intensità emotiva e il sistema limbico per l'attribuzione di significato; regolati e inibiti dalle strutture corticali, responsabili delle funzioni integratrici di memoria e coscienza. Il sistema neurovegetativo è un continuo alternarsi di processi di attivazione e inibizione, ad ogni respiro, perciò l'equilibrio è dinamico (Duffy, 1957).

L'attivazione fisiologica altera le emozioni (ansia) e i pensieri (negativi), impedendo ai sistemi motivazionali superiori (interpersonali, epistemici) di essere performanti e di funzionare correttamente. L'attivazione neurovegetativa ed emotiva prevale sulle strutture superiori che si disregolano, impedendo all'individuo di attivare le sue conoscenze semantiche e procedurali. In stato di arousal, le strutture frontali e prefrontali si spengono e intervengono le reazioni di sopravvivenza: i meccanismi di difesa (attacco/fuga) e il *freezing*.

L'iper-arousal è uno stato di “iper-vigilanza” in cui prevale il sistema nervoso simpatico con le risposte di difesa di attacco/fuga e *freezing*. Solitamente si manifesta con tachicardia, aumento della sudorazione, accelerazione del

respiro, agitazione fisica e motoria, tensione muscolare, tendenza all'azione ed aumento delle capacità di attenzione e memoria.

L'ipo-arousal è uno stato di "morte apparente" che segue il fallimento dei meccanismi di difesa, in cui prevale il sistema nervoso parasimpatico con il faint. Si tratta di una reazione che si manifesta con confusione, disforia emotiva (alterazione dell'umore in senso depressivo) ed anedonia (incapacità di provare piacere).

Daniel Siegel definisce "finestra di tolleranza" quel range di arousal ottimale all'interno del quale ci sentiamo regolati e le diverse intensità di attivazione emotiva e fisiologica possono essere integrate senza interrompere la funzionalità del nostro sistema (Siegel, 1999). All'interno della finestra di tolleranza le strutture frontali e prefrontali funzionano (Corrigan, 2011), è attivo il tratto ventro-vagale (Porges, 2001), i nostri SMI sono regolati (Liotti, 1995) e ci troviamo nell'area di "ingaggio sociale" (Porges, 2011) in contatto con la nostra conoscenza e con gli altri.

La teoria polivagale di Porges spiega come la mancata inibizione del sistema di difesa da parte del sistema di attaccamento una volta che l'evento traumatico sia terminato, favorisca uno stato dissociativo: se attacco/fuga non funzionano, è probabile che l'unica difesa possibile sia la finta morte, con l'attivazione del nucleo dorsale del vago che ostacola le funzioni integrative superiori della coscienza (Porges, 2001).

Alla luce di queste considerazioni, è possibile ipotizzare che gli archetipi, intesi come personalità o pattern comportamentali di stampo biologico e le idee archetipiche, agenti come "sistemi in azione" o "sistemi motivazionali" guidati dall'istinto e attivatori/disattivatori di arousal, abbiano dato origine alle dominanti archetipiche studiate da Jung, presenti nelle storie e nei miti dei popoli e delle culture. Si tratta di esperienze collettive che si ripetono nella storia dell'uomo che se studiate e portate alla luce possono favorire quello che Jung ha definito "processo di individuazione".

Lo scopo di questi sistemi è quello di innescare un processo che inizia con il conflitto e che contiene il suo superamento. Jung aveva la convinzione che il conflitto avesse uno scopo in termini di auto-regolazione della psiche ed evoluzione. Se la tensione tra gli opposti può essere portata alla coscienza, allora accadrà qualcosa interiormente per risolvere il conflitto.

La soluzione, essenzialmente irrazionale e imprevedibile, appare generalmente come una nuova modalità adattiva e la situazione esterna verrà vissuta con un rinnovato senso di pace; così l'energia precedentemente rinchiusa nell'indecisione verrà liberata e sarà quindi possibile una progressione della libido.

### **1.5. Le quattro funzioni psicologiche**

Nel seguente paragrafo si completa l'inquadramento teorico del pensiero junghiano con una breve descrizione delle quattro funzioni psicologiche presente nel testo *Tipi psicologici*, pubblicato per la prima volta nel 1912.

Per Jung, ciascun individuo ha una modalità propria di entrare in rapporto con il mondo, che differisce principalmente in base a tre criteri: percezione, valutazione e atteggiamento.

Per percezione si fa riferimento al processo mediante il quale l'individuo fa esperienza del mondo, accumulando dati contenuti negli stimoli salienti che hanno accesso alla sua coscienza. Le due funzioni psicologiche percettive e irrazionali sono la sensazione e l'intuizione.

Per valutazione s'intende la modalità in cui l'individuo valuta i dati percepiti e li giudica secondo un proprio criterio che può essere di verità (vero/falso) o moralità (giusto/sbagliato). Sono giudicanti e razionali le funzioni psicologiche di pensiero e sentimento.

L'atteggiamento è la tendenza della coscienza individuale a orientarsi in base all'esterno (l'oggetto) o all'interno (soggetto), di tipo estroverso e introverso (*ibidem*, p. 360). Il modo in cui un individuo utilizza queste funzioni, in senso estroverso o introverso, caratterizza la sua tipologia psicologica: Jung individua otto tipi, ognuno principalmente caratterizzato dalla funzione dominante, seguita da una funzione ausiliaria, terziaria e inferiore (in ombra).

Per Jung l'impostazione generale della coscienza (*ibidem*, p. 363) presenta un funzionamento diametralmente opposto all'atteggiamento dell'inconscio. La funzione dominante, introversa ed estroversa, caratterizza il tipo e definisce la funzione in ombra che avrà orientamento opposto.

Esistono quindi otto tipi: il tipo sensazione-estroversa, sensazione-introversa, intuizione-estroversa, intuizione-introversa, pensiero-estroverso, pensiero-introverso, sentimento-introverso e sentimento-estroverso. (*Ibidem*, pp. 372-402). Il confine tra normalità e patologia sta nel grado di unilateralità dell'atteggiamento cosciente:

Un contenuto fortemente accentuato che si trovi nel campo visivo della coscienza, forma (eventualmente assieme ad altri contenuti) una certa costellazione, la quale è l'equivalente di un determinato atteggiamento. Giacché un tale contenuto della coscienza favorisce la percezione e l'appercezione di tutto quello che è omogeneo e arresta la percezione e l'appercezione di tutto quello che è eterogeneo. Esso genera l'atteggiamento a lui corrispondente. Questo fenomeno automatico è una delle ragioni fondamentali dell'**unilateralità dell'orientamento cosciente**. Esso porterebbe a una perdita completa dell'equilibrio, se non sussistesse nella psiche una funzione che corregge l'atteggiamento cosciente. In questo senso la dualità dell'atteggiamento è dunque un fenomeno normale, il quale si manifesta come fattore di disturbo solo quando l'unilateralità cosciente è eccessiva. (Jung, 1912/1977, 462-463).

Si può concludere che un certo livello di unilateralità della coscienza sia naturale, poiché è ciò che permette al soggetto di formare un atteggiamento individuale, in grado di percepire sé stesso in relazione al mondo, differenziandosi dal collettivo. Ciò rende possibile anche la tipizzazione (il riconoscimento di diversi tipi psicologici), utile in analisi per comprendere il soggetto, il suo funzionamento psichico e la sua specificità come individuo.

## CAPITOLO 2 – JUNG E IL CONFLITTO

Dopo aver delineato le basi teoriche della psicologia complessa, si va a trattare il tema centrale della tesi: il conflitto.

Dalle opere di Jung prese in esame, emerge un'idea di conflitto radicata nel pensiero freudiano e nella tradizione psicodinamica, con un sistematico sconfinamento nella religione, nell'arte, nei miti e nelle filosofie orientali.

Per Jung il conflitto è una manifestazione della nevrosi, ma non è sempre nevrotico, in quanto fino ad un certo grado esprime il naturale funzionamento del Sé. Il conflitto nevrotico può essere conscio o inconscio e può essere causato da fenomeni differenti come l'antagonismo delle funzioni psicologiche (1.5), la dissociabilità dei complessi a tonalità affettiva (1.1) e la manifestazione di un archetipo (1.4).

Nel presente capitolo si analizza il conflitto prima come concetto trasversale, modalità che caratterizza e attualizza il modo di procedere junghiano, per poi in seguito trattare il conflitto psichico e le sue cause secondo un approccio dinamico (nevrosi) e cognitivo (autoregolazione emotiva), alla luce delle evidenze neurofisiologiche connesse alle emozioni. Negli ultimi due paragrafi, vengono illustrati gli aspetti del pensiero junghiano più legati alla filosofia greca all'alchimia (*enantiodromia* e funzione trascendente), che offrono uno spunto per ipotizzare ciò che Jung ritiene essere una possibile risoluzione del conflitto psichico.

### 2.1. Il conflitto come concetto trasversale

In questo paragrafo viene presentata una letteratura più recente e multidisciplinare che vada a ricostruire la complessità del concetto di conflitto.

Lo scopo di questa parte, più divulgativa, è quello di considerare il costrutto in senso trasversale, in un modo di procedere squisitamente junghiano, che contempli le varie discipline e ne individui le connessioni. Attualizzare Jung significa anche considerare le nuove scoperte nei diversi differenti ambiti di interesse psicologico come il *management*, la sociologia e la psicologia sociale e organizzativa.

Inteso generalmente come uno scontro di interessi, opinioni o principi, il conflitto ha assunto sempre una caratteristica predominante nella società e nella realtà; poiché le forze alla base di tale avvenimento sono di natura mutevole. Dal personale al razziale, passando per il conflitto di classe, intellettuale, emotivo, internazionale o teorico, tutti i tipi di conflitto possono trovare collocazione all'interno del macro-costrutto del conflitto culturale (MacDonald, 2009).

Il professor M. Afzalur (2011) osserva nel suo lavoro *Gestione del conflitto nelle organizzazioni* come non esista un'unica definizione di conflitto universalmente e accademicamente accettata, avanzando una controversia sulla discriminante alla base della natura stessa del conflitto: esso è da considerarsi una situazione o un tipo di comportamento?

Afzalur osserva come tutte le definizioni di conflitto fino a quel momento avanzate includano come discriminanti la conoscenza da parte di tutti i soggetti interni al conflitto degli interessi conflittuali e il tentativo di fermare la visione o le opinioni opposte. Sulla base di ciò, la definizione di conflitto proposta da Afzalur è "un processo interattivo che si manifesta in incompatibilità, disaccordo o dissonanza all'interno o tra entità sociali" (*Ibidem*).

Altra definizione di conflitto, precedente a quella di Afzalur, è proposta da Michael Nicholson, che lo definisce come un'attività che ha luogo quando esseri coscienti (individui o gruppi) desiderano compiere atti reciprocamente incoerenti riguardo ai loro desideri, esigenze o obblighi. Il conflitto è quindi osservato come un'*escalation* di disaccordo, che è il suo prerequisito comune, ed è caratterizzato dall'esistenza di un comportamento conflittuale tra gli individui, in cui gli esseri cercano attivamente di danneggiarsi a vicenda (1992).

Un attore chiave nelle relazioni e nei conflitti tra i gruppi è il sentimento collettivo che il gruppo di una persona (*in-group*) prova nei confronti di un altro gruppo (*out-group*). Queste emozioni tra i gruppi sono generalmente negative e variano in intensità da sentimenti di disagio quando si interagisce con un membro di un certo altro gruppo a pieno di odio per un altro gruppo e i suoi membri. Le emozioni dirette all'esterno del gruppo possono essere espresse sia verbalmente che non verbalmente e, secondo il modello di contenuto stereotipato, sono dettate da due dimensioni: il calore percepito (cordialità) e la competenza dell'altro gruppo (abilità) (Fischer, 2012).

Si possono delineare due principali tipi di conflitto: infragruppo e interpersonale. Per conflitto infragruppo si intende uno stridio tra quelli che sono gli obiettivi generali del gruppo e gli obiettivi di almeno una persona appartenente al gruppo stesso. I conflitti interpersonali, invece, di cui ne può essere un esempio il disaccordo, sono osservabili come il desiderio di prevaricare un'opinione o un desiderio terzo attraverso il proprio punto di vista (Sidorenkov, Borokhovski, & Kovalenko, 2018).

Il conflitto è raramente visto come costruttivo; tuttavia, contestualizzandolo in specifiche situazioni come la competizione sportiva, livelli moderati di conflitto possono essere visti come reciprocamente vantaggiosi, facilitando la comprensione, la tolleranza, l'apprendimento e l'efficacia. In un contesto di sport di squadra, il gruppo può imparare a superare i conflitti all'interno del gruppo, minimizzandone così gli esiti negativi e massimizzandone quelli positivi derivanti dal processo empatico. In altre parole, con la progressiva riduzione dei risultati negativi, derivanti dal conflitto, cresceranno i risultati positivi, fornendo un importante rinforzo positivo ai membri della squadra che cercheranno di ricreare quelle condizioni favorevoli che hanno portato al risultato positivo (Jowett, & Poczwardowski, 2007).

### **2.1.1. Tipi di conflitto**

Di seguito, si va a presentare una panoramica delle definizioni del termine "conflitto" per come è utilizzato nella letteratura psicologica, allo scopo di migliorare la comprensione di molti aspetti su cui verte questa tesi. Il conflitto è un concetto trasversale che può essere analizzato a partire da diverse prospettive, una delle quali è la linea cognitivo-comportamentale che riguarda l'approccio degli autori e delle nozioni presentati a seguire.

Il *conflitto di contenuti* si verifica quando le persone non sono d'accordo su come affrontare un determinato problema e le nozioni, le conoscenze e le opinioni delle parti in causa non sono sufficienti a prendere una decisione.

Questo tipo di conflitto può essere arricchente se inserito in alcuni campi di ricerca, in quanto ha il potenziale per stimolare la discussione e aumentare la motivazione (Jowett, & Poczwardowski, 2007).

Il conflitto di relazione si verifica quando gli individui si trovano in un disaccordo statico l'uno con l'altro, assorbiti in un conflitto la cui natura non è legata al contenuto delle loro menti, ma alla presenza stessa dell'altra persona. Questi conflitti relazionali riducono le prestazioni, la lealtà, la soddisfazione e l'impegno e rendono gli individui irritabili, negativi e sospettosi (*ibidem*). Ciò deriva da incompatibilità interpersonali e può essere conseguente a degli attriti causati da frustrazioni, fastidi e irritazioni. Il conflitto relazionale è paragonabile al conflitto affettivo e cognitivo (Jehn & Mannix, 2001).

Il *conflitto di processo* si riferisce al disaccordo sull'approccio del gruppo al compito, ai suoi metodi e al suo processo di lavoro. Da osservare però che, sebbene il conflitto di relazione e il conflitto di processo, siano dannosi, il *conflitto di compiti*, inteso come disaccordo sui ruoli e sui metodi di risoluzione del compito, è ritenuto vantaggioso poiché incoraggia la diversità di opinioni, sebbene sia necessario prestare attenzione affinché non si trasformi in un conflitto di processo o di relazione (*Ibidem*).

Il *conflitto di compiti* è correlato a disaccordi nei punti di vista e nelle opinioni su un particolare compito in contesti di gruppo. Tendenzialmente, come poc'anzi asserito, questo tipo di conflitto è associato a due principali effetti benefici. Il primo effetto benefico impatta sulla qualità delle decisioni di gruppo; il conflitto di compiti incoraggia una maggiore comprensione cognitiva del problema in discussione e ciò porta a un migliore processo decisionale per i gruppi che utilizzano il conflitto di attività (*Ibidem*). Il secondo effetto benefico è l'accettazione affettiva delle decisioni di gruppo; la risoluzione del conflitto di compiti può portare a una maggiore soddisfazione per la decisione del gruppo rispetto alla prima decisione propria e ciò porta al conseguente aumento della fiducia nel gruppo e al desiderio di rimanere al proprio interno (Jarvisalo & Saris, 1975).

Il *conflitto affettivo* è un conflitto emotivo sviluppato da incompatibilità e controversie interpersonali. Sebbene esso avvenga partendo e restando per tutta la sua durata all'interno della psiche dell'individuo, spesso produce sospetto, sfiducia e ostilità nei confronti del soggetto, o del gruppo, per cui si prova il conflitto. Ciò considerato, è visto come un tipo di conflitto negativo e di ostacolo per chi lo vive ed è descritto come tendenzialmente "disfunzionale" nelle dinamiche di gruppo (Amason & Sapienza, 1997).



Il *conflitto cognitivo* si verifica esclusivamente durante la messa in atto dei compiti e deriva da una differenza di prospettiva e giudizio maturata dalla differenza in operatività tra ciò che ci si è aspettato dal compito e ciò che invece si è dimostrato. Questo conflitto migliora il processo decisionale e consente uno scambio più libero di informazioni tra i membri del gruppo, perché uniti dal comune desiderio di colmare il divario tra il “preventivato” e “l’effettivo”. Il conflitto cognitivo è visto come una tensione positiva che promuove un buon lavoro di gruppo (*Ibidem*).

A queste tipologie di conflitto se ne vanno ad aggiungere alcune che, invece di portare a possibili processi di accrescimento, si limitano ad essere di pura avversione in quanto, spesso, possiedono come precursori *bias* cognitivi e ciò rende difficoltoso e non ricercato dall’individuo un compromesso di risoluzione del conflitto.

Il *conflitto di interessi* si manifesta attraverso il coinvolgimento di più interessi portati avanti dallo stesso individuo, o da individui diversi ma legati in un gruppo, che potrebbero corrompere la motivazione o il processo decisionale. Esso assume, nelle dinamiche comuni, natura economica o morale e ciò porta a tensioni interpersonali e intrapersonali definite dall’incompatibilità di portare avanti entrambi gli interessi alla base del conflitto (*Encyclopedia of Evaluation*, 2005)

Il *conflitto culturale* è un tipo di conflitto che si verifica quando individui con diversi valori e credenze culturali si trovano a condividere un medesimo spazio. Quando entrambe le culture hanno ugual peso sociale ed egual radicamento storico, impedendo così l’assorbimento di una da parte dell’altra, per salvaguardare l’integrità di una e dell’altra gli individui entrano in conflitto tra di loro al fine di screditare la cultura “antagonista” a beneficio della propria (Lee, 2004).

Il *conflitto etnico*, analogamente al conflitto culturale, si manifesta quando due o più gruppi etnici si trovano a condividere lo stesso territorio. Se, a causa di trascorsi conflittuali o tensioni ancestrali, i gruppi non riescono a convivere pacificamente, si sviluppa una forma di stigmatizzazione e avversione reciproca, sfociante nel conflitto (*Ibidem*).

Per *conflitto tra gruppi* si intende genericamente un conflitto tra due o più gruppi le cui finalità sono o così simili da generare un conflitto per innalzare

l'una al di sopra dell'altra, o così distanti da generare conflitto per la presenza antagonista dell'altra finalità (Jarvisalo & Saris, 1975).

Il *conflitto organizzativo* è generato da un sentimento di discordia, causata dall'opposizione di bisogni, valori e interessi tra le persone che condividono il medesimo ambiente lavorativo (Cambridge Dictionary, 2020).

Infine, il *conflitto sociale* si manifesta sotto forma di lotta per la supremazia o l'autonomia tra le classi sociali. Esso ha radici molto profonde nella società umana e nasce come risposta emotiva al sentimento di invidia verso le classi più "ambienti" e la successiva risposta denigratoria delle stesse all'indirizzo delle classi sociali socialmente "inferiori" (Lee, 2004).

### **2.1.2. La spinta al conflitto: cinque credenze di base**

Utilizzando come capostipite il lavoro *Idee pericolose: cinque credenze che spingono i gruppi verso il conflitto* di Roy e Judy Eidelson (2003), si può notare come, sulla base di una revisione della letteratura, emergano cinque domini di credenze su cui viene ancorato il processo di innesco conflittuale e che si distinguono come particolarmente degni di nota da un punto di vista analitico: superiorità, ingiustizia, vulnerabilità, sfiducia e impotenza (Eidelson & Eidelson, 2003).

La *credenza della superiorità* è la convinzione che un individuo sia migliore di chiunque altro e quindi molti dei costrutti sociali vengono influenzati da ciò perché l'individuo vede i propri pensieri come "privilegiati" e quindi non compatibili con quelli degli altri. Le persone con questa convinzione assumono spesso atteggiamenti caratterizzati e scanditi da costrutti di "specialità, merito e diritto". Quando si passa dalla convinzione di base a livello individuale alla visione del mondo a livello di gruppo, la maggior parte dei concetti rimane la stessa. La differenza principale è che questi atteggiamenti si applicano a grandi gruppi invece che a singoli individui. Un esempio di ciò è il "monoculturalismo etnocentrico", un termine che significa che si vede il proprio patrimonio culturale come migliore di quello di un altro. (*Ibidem*).

Per *credenza dell'ingiustizia* si intende quella convinzione che un individuo sia stato maltrattato o abbia subito angherie in modo psicologicamente

impattante. È stato dunque evinto che questo “maltrattamento” è molto spesso un'interpretazione e un'interiorizzazione di azioni di “delusione” o “tradimento”. Questa credenza ampliata alle dinamiche di gruppo non muta e si può osservare come una forma di lamentazione di un altro gruppo verso un altro per le stesse ragioni per cui un individuo si lamenta di un altro, ovvero per ingiustizie percepite da delusione, tradimento e maltrattamento (*Ibidem*).

La *credenza della vulnerabilità* si costruisce a partire dalle sensazioni ansiogene. Si manifesta quando una persona sente di non avere il controllo diretto sulla propria incolumità, psicologica o fisica, e manifesta una sensazione come se stesse vivendo “perennemente in pericolo”. Nella dinamica di gruppo, questa credenza fa sì che un gruppo che si senta vulnerabile a causa di una potenziale minaccia nel futuro. Ciò rafforza i legami del gruppo e consente di concentrare il comportamento del gruppo in direzioni specifiche, le quali includono l'ostilità preventiva per evitare il pericolo ipotetico (*Ibidem*).

Secondo la *credenza della diffidenza* un conflitto può essere innescato da una “presunta ostilità e intenti maligni visti negli altri”. Spinge ad agire in modi ostili e impedisce la creazione di relazioni sane. Nei gruppi questo separa l'in-group dall'out-group in un modo che non è facilmente rettificabile, poiché l'in-group forma uno stereotipo duraturo che viene applicato all'out-group, ma non smentibile da parte della parte stereotipata perché ancorato a mentalizzazioni e interiorizzazioni invece che a fatti accertati (*Ibidem*).

In ultima analisi, la *credenza dell'impotenza* è una convinzione radicata nella psiche dell'individuo che lo porta a pensare che, indipendentemente dalle azioni che compirà, il risultato sarà sfavorevole. Come se l'individuo “mancasse delle capacità necessarie” o credesse di non avere un aiuto sufficiente o, ancora, che sia l'ambiente stesso contro di lui. Tali speculari caratteristiche si possono riscontrare in gruppi che soffrono della stessa credenza (*Ibidem*).

### **2.1.3. La mancata risoluzione del conflitto: l'escalation**

Seppur le parti coinvolte in un conflitto possano sperare di raggiungere una soluzione in tempi rapidi, al fine di minimizzare lo stato di tensione, fattori psicologici e interpersonali possono logorare i loro tentativi di contenimento e

risoluzione del conflitto; in questo caso, avviene quello che viene chiamato *escalation del conflitto*.

Per escalation del conflitto si intende “un’intensificazione di un conflitto in relazione all’entità osservata e ai mezzi utilizzati” (Bosch, 2017). In parole povere, una serie di fattori, tra cui un maggiore impegno per la propria posizione, l’uso di tattiche di influenza più dure e la formazione di coalizioni spingono all’escalation del conflitto in quanto si ha la percezione del non desiderio di risoluzione da parte di una delle parti in causa (Forsyth, 2010).

Si analizzano di seguito quelle che sono le principali interferenze nella risoluzione di un conflitto che possono portare all’escalation.

*Incertezza e impegno*: man mano che i conflitti si intensificano, a causa del rapporto diretto tra “tempo in conflitto” e “stress accumulato”, i dubbi e le incertezze dei membri del gruppo, per risparmio cognitivo, vengono sostituiti da un fermo impegno nei confronti della loro posizione. Le persone coinvolte tendono così alla razionalizzazione delle loro scelte, una volta effettuate; cercano informazioni che supportino le loro opinioni, rifiutano le informazioni che non confermano i loro processi deduttivi e diventano più radicate nella loro posizione originale (Ross & Ward, 1995). Inoltre, si è potuto osservare come, una volta che ci si impegna pubblicamente in una posizione, le persone possiedano una qualche forma di propensione allo strenuo mantenimento della stessa. A volte, pur avendo la possibilità di rendersi conto delle carenze delle loro opinioni, gli interessati continuano a difendere la propria posizione e a discutere contro i loro avversari per il solo scopo di non manifestare sottomissione (Wilson, 1992). Infine, se gli oppositori argomentano con troppa forza, possono insorgere diverse forme di reattanza e i membri del gruppo diventano significativamente più impegnati nella difesa della propria posizione (Brehm & Brehm, 1981).

*Errata attribuzione*: durante il conflitto può verificarsi che le persone descrivano le azioni e i comportamenti degli oppositori in modi accentuatamente più polarizzati rispetto all’effettivo avvenimento. Tale comportamento è analogo all’*errore fondamentale di attribuzione*, il quale si verifica nel momento in cui si presume, e successivamente si assume, che il comportamento degli oppositori sia causato da fattori personali (disposizionali) piuttosto che situazionali (ambientali) (Ross, 1995).

*Motivazioni errate:* nel corso di un conflitto, si nota la tendenza degli avversari nel diventare diffidenti l'uno verso l'altro, chiedendosi se le loro motivazioni cooperative, legate al desiderio reciproco di risoluzione del conflitto, siano state sostituite da motivazioni competitive, legate al superamento dell'altro.

Questa perdita di fiducia, una volta avvenuta, rende difficile il ritorno al rapporto cooperativo. Le persone con orientamenti di *valore sociale competitivo* sono le più imprecise nella loro percezione della motivazione degli avversari. Spesso pensano che gli altri competano con loro quando in realtà, da rilevazioni oggettive e terze, non è in atto alcuna forma di competizione (Sattler & Kerr, 1991). Una volta innescata, tale reazione porta le persone nel conflitto a ricercare con maggiore foga informazioni che confermino i loro sospetti che altri stiano competendo con loro (Van Kleef & De Dreu, 2002). Inoltre, si è osservato come tendano anche a travisare deliberatamente le proprie intenzioni, affermando di essere più orientate alla cooperazione di quanto non siano in realtà (Steinel De Dreu, 2004).

*Ritorsioni e utilizzo del potere:* tendenzialmente si è osservato come le persone usino tattiche “morbide” all'inizio del conflitto, ma, man mano che si intensifica, le tattiche diventano più forti e più dure. Per dimostrare questo fenomeno, Mikolic, Parker e Pruitt (1997) hanno simulato una situazione di conflitto attraverso l'esperimento de “La fabbrica dei biglietti di auguri”.

I partecipanti allo studio ricevevano un piccolo compenso per ogni biglietto prodotto utilizzando carta, pennarelli colorati e nastri. Il lavoro è proseguito bene e in modo sinergico e armonico, fino a quando uno dei ricercatori, che si atteggiava a un altro partecipante, ha iniziato ad accumulare materiali di produzione. Inizialmente, i membri del gruppo hanno cercato di risolvere il problema con dichiarazioni e richieste, sia personalmente all'interessato che alla “direzione”. Quando questi metodi hanno fallito, si è osservato un passaggio a richieste e lamentele, fino poi a minacce, abusi e rabbia (Mikolic, Parker & Pruitt, 1997). Sebbene le tattiche dure possano sopraffare l'avversario, spesso intensificano i conflitti. Se una parte minaccia l'altra, la parte minacciata assumerà atteggiamenti veicolati dall'istinto di sopravvivenza, se non può rispondere con una contro minaccia (Borah, 1963). Avversari ugualmente

potenti, tuttavia, imparano a evitare l'uso del potere se il timore di ritorsioni è alto (Gallo, 1966).

*Equilibri numerici*: quando scoppiano i conflitti, i membri del gruppo usano le coalizioni per spostare l'equilibrio di potere a loro favore, ed è tipico che i conflitti multipartitici si riducano nel tempo a blocchi bipartitici. Le coalizioni contribuiscono al conflitto, perché attirano più membri di gruppi non direttamente collegati al conflitto in esso. Gli individui nelle coalizioni lavorano non solo per garantire i propri risultati, ma anche per peggiorare i risultati dei membri non appartenenti alla coalizione. Coloro che, invece, sono esclusi dalla coalizione reagiscono con ostilità e cercano di riconquistare il potere formando loro stessi una propria coalizione. Pertanto, le coalizioni devono essere costantemente mantenute attraverso la contrattazione strategica e la negoziazione, decentralizzando l'attenzione degli individui rispetto alla ricerca di risoluzione del conflitto in favore del mantenimento del potere della propria coalizione (Mannix, 1993).

*Mancato controllo emotivo*: in genere è difficile per la maggior parte delle persone mantenere la calma e il controllo in una situazione di conflitto. Tuttavia, un aumento delle emozioni negative (ad es. rabbia) non fa che esacerbare il conflitto iniziale. Anche quando i membri del gruppo vogliono discutere le loro posizioni con calma e reciproca comprensione, qualora ci si impegni nelle proprie posizioni con eccessiva fermezza, un'espressione emotiva spesso sostituisce la discussione logica (De Dreu, Beersma, Steinel & Van Kleef, 2007). Altra caratteristica da prendere in esame consiste nella natura intrinseca e contagiosa dell'emozione della rabbia; quando un membro del gruppo negozia con qualcuno evidentemente e apertamente arrabbiato, si ha la tendenza ad assumere tale emozione anche se il desiderio in cui si è entrati nel conflitto era positivo (Van Kleef, De Dreu & Manstead, 2004).

## **2.2. La nevrosi: un approccio psicodinamico tra Freud, Klein e Jung**

La psicoanalisi e gli approcci psicodinamici in generale condividono l'assunto che le dinamiche inconse e consce della psiche influenzano l'individuo a livello personale e collettivo. Nel campo della psicodinamica si possono individuare tre

sotto-paradigmi che suggeriscono una diversa concettualizzazione del disagio, un modo differente di pensare alla diagnosi e all'applicazione pratica di tecniche specifiche: conflittuale, oggettuale, deficitario. Il sotto-paradigma che viene qui analizzato è quello "concettuale" teorizzato da Freud e che presenta i seguenti elementi di base: il desiderio e la difesa contro il desiderio, l'esistenza di diverse "parti" intrapsichiche con priorità diverse, l'impulso e l'interiorizzazione delle richieste della realtà esterna, la memoria del conflitto antico. Il paradigma "oggettuale" ha origine con Melanie Klein, la quale sposta il focus della psicoanalisi sulle relazioni oggettuali interiorizzate (la memoria di relazioni antiche reali o meno) che resterebbero "come dei copioni" che si riattivano nelle relazioni significative attuali. Il paradigma "deficitario", inteso come modello che si focalizza sulla patologia come "deficit" di una capacità cognitiva non acquisita in una specifica tappa dello sviluppo, si concentra sulla memoria della necessità antica, cioè sull'ipotesi che per ragioni evolutive non si siano sviluppate a sufficienza le strutture a sostegno dell'individuo; perciò, le persone sono spinte a porre richieste "eccessive" all'esterno per mantenere l'omeostasi psicologica.

Ne è un esempio la teoria dell'attaccamento di Bowlby e gli approcci utilizzati dalla psicologia dello sviluppo.

Più in generale in ambito psicodinamico, l'inconscio è stato solitamente studiato dalla prospettiva degli psicoanalisti Freud e Klein. Sulla base di una comprensione freudiana della psiche individuale, entrambi gli psicoanalisti argomentano che gli effetti delle dinamiche inconsce sono avvertiti come conflitto e danno necessariamente origine all'emozione di angoscia a livello della coscienza. Quando le persone sperimentano conflitto e ansia a livello cosciente, in qualche modo inconsciamente attivano meccanismi di difesa che sono il risultato di dinamiche psicologiche individuali.

La psicodinamica non è un campo unificato per quanto riguarda i presupposti e le applicazioni dei diversi concetti psicodinamici nella diagnosi e nella pratica clinica della psicopatologia; tuttavia, vi è un presupposto generale implicito negli approcci freudiani e kleiniani secondo cui gli effetti delle dinamiche inconsce sono solitamente vissuti come conflitti e angosce a livello individuale e nelle organizzazioni. Mentre alcuni aspetti dei conflitti possono essere funzionali per l'individuo e influenzarlo positivamente, altri aspetti dei conflitti possono essere disfunzionali e porterebbero al disagio.

Jung definisce il conflitto come “stato di indecisione, accompagnato da una tensione interiore”:

Un conflitto apparentemente insopportabile è la dimostrazione tangibile della correttezza della Sua vita. Una vita senza contraddizioni rappresenta solo una vita a metà, oppure una vita nell’Aldilà, la quale, però, è destinata solo agli angeli. Dio, però, ama gli uomini più degli angeli (Jung, 1973, vol. 1, p.375).

Per Jung “il Sé si manifesta negli opposti e nel conflitto tra loro; è una coincidenza di opposti. Perciò la strada verso il Sé inizia con il conflitto” (Jung, 1944/1995, par. 259).

Se per Freud, il conflitto significa nevrosi e avviene tra istanze intrapsichiche, per Jung, il conflitto può essere un segno distintivo della nevrosi, ma non è sempre nevrotico. Un certo grado di conflitto è in qualche modo auspicabile, in quanto senza tensione tra gli opposti il processo di sviluppo è inibito. Il conflitto diventa nevrotico solo quando interferisce con il normale funzionamento della coscienza. (Raggi, 2021).

Il conflitto nevrotico (nevrosi), a seconda della sua gravità può essere inconscio o conscio.

Quando un conflitto è inconscio, la tensione si manifesta sotto forma di sintomi fisici, come somatizzazioni a carico dello stomaco, della schiena o del collo. Il conflitto cosciente invece è vissuto come una tensione morale o etica. I conflitti gravi, in particolare quelli che coinvolgono l'amore o il dovere, in genere comportano una disparità tra le funzioni del pensare e del sentire; quindi, sono dati dall’antagonismo tra funzioni psicologiche (sensazione, intuizione, pensiero e sentimento). Se una o l'altra funzione non è una componente cosciente del conflitto, deve essere introdotta (vedi paragrafo 1.5).

Una seconda causa di conflitto nevrotico che si può dedurre dal lavoro di Jung è determinata dalla natura stessa della psiche (vedi paragrafo 1.1) e risiede nella molteplicità complessuale e nel complesso dell’Io minacciato nella sua integrità da questa pluralità (1.1).

Sia per Jung che per i teorici relazionali, la nevrosi è caratterizzata da un conflitto tra le due tendenze umane contrapposte di unicità e molteplicità (*ibidem*). Accade che individui nevrotici sacrificino la propria pluralità interiore per una rigida e rassicurante costruzione identitaria, con lo scopo più o meno



conscio di aggrapparsi a un senso illusorio di unità e integrità che se Winnicott ha definito “falso Sé” (1971), per Jung viene identificato con l’archetipo della “Persona”.

Secondo Jung, le parti di sé che il nevrotico abbandona, quelle che gli consentirebbero di vivere nuove esperienze e possibilità, slittano all’interno del concetto da lui chiamato “Ombra” personale (1934/1977).

In questo senso, il nevrotico è colui che, nell’intolleranza dei molteplici aspetti del sé e dei paradossi della psiche, mette in atto dei meccanismi di difesa di scissione e proiezione, barattando la propria potenzialità espressiva con quelle difese rigide che gli consentono di vivere una vita “apparentemente” tranquilla (*Ibidem*). In modo esplicativo Jung (1912) afferma:

La vita psichica normale è un continuo processo di differenziazione e integrazione tra complessi psichici differenti e la patologia della vita psichica è conflitto nascosto tra complessi contraddittori (Jung, 1912/1952, p. 156).

Secondo Jung, la psicopatologia si caratterizza da un’organizzazione scissa delle rappresentazioni che vanno a popolare la psiche dell’individuo.

Il disturbo mentale è dunque, in questa prospettiva, il prodotto di una dissociazione di complessi opposti tra loro o tra elementi scissi e non integrabili dalla coscienza di un medesimo complesso. Fino a quando i complessi non saranno resi consapevoli, si manifesteranno come personalità separate e agiranno esternamente, attraverso le proiezioni. I conflitti con le altre persone sono quindi essenzialmente esternazioni di un conflitto inconscio all’interno di sé stessi (Raggi, 2021).

Una terza causa di conflitto per Jung connessa alla precedente e sempre radicata nel modello di psiche junghiano, è la manifestazione o emersione di un archetipo. I complessi dell’inconscio personale si costruiscono aggregandosi ai nuclei o principi primi dell’esperienza umana, che sono gli archetipi dell’inconscio collettivo (1.1). Quando si presenta una situazione che corrisponde a un dato archetipo, allora l’archetipo viene attivato, si “costella” e si manifesta come una coercizione che, come una forza istintiva, si fa strada contro ogni ragione e volontà in modo autonomo, producendo un conflitto di dimensioni patologiche, cioè una nevrosi (Jung, 1934/1977, p.78).

### 2.3. L'autoregolazione emotiva: un approccio cognitivo

In ambito cognitivo, il costrutto osservabile connesso al “conflitto” psicologico o interiore in senso psicodinamico, è l'autoregolazione emotiva.

Per “regolazione emotiva” si intende l'insieme di strategie cognitive e comportamentali agite da un individuo, volte a modificare la comparsa, la qualità e la durata dell'esperienza emotiva vissuta in un dato momento (Gross, 1998).

Gross, psicologo e professore alla Stanford University, sviluppa un modello temporale di regolazione delle emozioni (Gross, 2001). Fino a poco tempo fa, i modelli teorici prevalenti di stampo cognitivo-comportamentale enfatizzavano i processi *top-down* coscienti e deliberativi che richiedono risorse nella regolazione delle emozioni: la rivalutazione cognitiva (*reappraisal*), intesa come il cambiamento di interpretazioni o prospettive in senso positivo su una situazione stressante in modo da ridurre gli effetti negativi (Gross, 2002); il *problem-solving*, definito come il tentativo volontario di cambiare o contenere una situazione stressante (Anderson, 1993); l'accettazione, come predisposizione emotiva da assumere nei confronti di un'esperienza emozionale (Hayes, 2006). Data la velocità dei nostri processi cognitivi, è probabile che la regolazione emotiva agisca più che altro a livello implicito, cioè al di sotto della nostra volontà, essendo pervasiva nella vita di tutti i giorni. (Kooze, 2011).

Ciò ha favorito la nascita di un approccio *bottom-up* per la regolazione emotiva con tecniche che partono dal corpo per influenzare la mente come l'EMDR, la psicoterapia sensomotoria, la Mindfulness, il biofeedback e il neurofeedback. In questo approccio, la consapevolezza gioca un ruolo fondamentale perché apre la possibilità di un allenamento progressivo ad un pattern di autoregolazione emotiva.

Per “autoregolazione emotiva” s'intende la capacità consapevole di mantenere la stabilità del sistema gestendo o alterando le risposte emotive a minacce e avversità. (Sullivan, 2018).

In linea generale, avere una buona capacità di autoregolazione emotiva significa saper fronteggiare le emozioni della vita, senza ricercare la regolazione in agenti esterni come cibo, farmaci, sostanze psicoattive, persone,

attività. È chiaro che in quanto esseri umani, siamo costantemente nutriti dalle emozioni e in parte dipendiamo da esse, ma essere soggiogati dalle emozioni significa vivere una vita di altalena umorale che porta a sofferenza ed instabilità.

Imparare l'autoregolazione emotiva significa giocare un ruolo da protagonisti nella nostra vita, nel raggiungimento di obiettivi personali e nella costruzione di rapporti sociali appaganti. In linea teorica, l'esercizio di questa capacità può essere descritto attraverso dei passaggi logici: per autoregolarmi devo prima di tutto, essere disponibile a sperimentare le emozioni e devo poterle osservare senza paura, per comprenderle e accettarle. Poi, posso scegliere di raggiungere un obiettivo (ad esempio professionale) e perseguirlo nonostante le emozioni del momento, utilizzando in modo flessibile delle strategie adattive e adeguate al contesto per modulare l'intensità e/o la durata della risposta emotiva.

Solo alla fine, potrò gestire e non sopprimere un'emozione disfunzionale, senza più attribuirle un'accezione positiva o negativa.

### ***2.3.1. Le basi neurali del conflitto e dell'autoregolazione emotiva***

Per molto tempo, lo studio delle emozioni ha coinvolto due parti principali del sistema nervoso: il sistema nervoso autonomo e il sistema limbico.

Progressivamente con lo sviluppo del neuroimaging, l'attenzione si è spostata sugli aspetti corticali dell'elaborazione emotiva, in quanto diversi studi hanno rivelato la partecipazione della corteccia cerebrale, in particolare della corteccia prefrontale. La corteccia prefrontale è una parte del lobo frontale strettamente collegata al sistema limbico. È un'area coinvolta nella realizzazione di piani a lungo termine, nella pianificazione di comportamenti cognitivi complessi, nel processo decisionale, nell'adozione di misure, nel pensare al futuro, nella moderazione del comportamento sociale e nell'espressione della personalità (relazione tra personalità e funzioni della corteccia prefrontale). L'attività di base di questa regione è la realizzazione di azioni secondo i pensieri, secondo gli obiettivi interni.

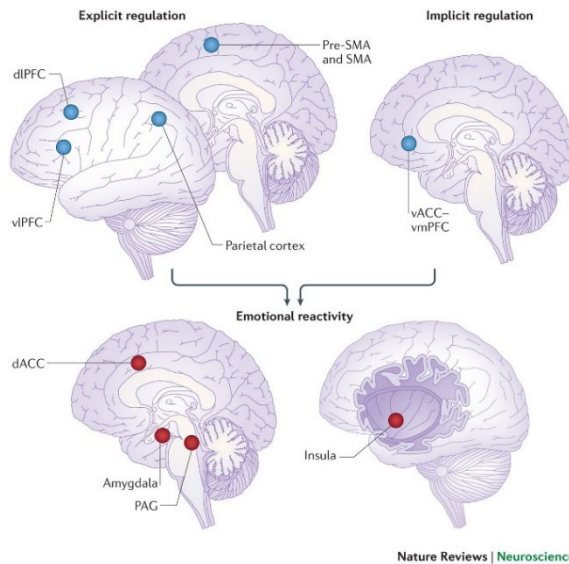
Il sistema nervoso simpatico, parte del sistema nervoso autonomo, è responsabile dell'arousal.

Il sistema limbico è composto da strutture complesse coinvolte nelle emozioni e anche nella formazione di ricordi: l'amigdala, l'ipotalamo, l'ippocampo e altre aree vicine, situate su entrambi i lati del talamo.

I meccanismi neurali che sottostanno alla regolazione emotiva sono i sistemi di controllo prefrontali che modulano i sistemi di generazione delle emozioni: l'amigdala, che è responsabile del rilevamento di stimoli che suscitano affetto; la corteccia prefrontale laterale (PFC) con le regioni dorsali implicate nell'attenzione selettiva e nella memoria di lavoro, le parti ventrali implicate nell'inibizione della risposta, la zona dorso-mediale coinvolta nel monitoraggio del proprio stato affettivo; l'ACC, che partecipa nella supervisione dei processi di controllo (Etkin, 2015).

Sulla base dei risultati comportamentali e di neuroimaging, sono stati distinti due tipi di regolazione delle emozioni: regolazione "esplicita" e "implicita" (Etkin, 2015) che corrisponderebbe alla distinzione iniziale fatta nell'introduzione tra autoregolazione e regolazione.

La regolazione esplicita e volontaria dell'emozione richiede uno sforzo cognitivo e un certo livello di monitoraggio attivo dell'emozione durante l'implementazione, e quindi è associata a un certo livello di intuizione e consapevolezza. La strategia di regolazione esplicita più comunemente studiata è la rivalutazione, che comporta un'alterazione esplicita del significato auto-rilevante di uno stimolo che induce le emozioni. Le metanalisi degli studi di neuroimaging hanno scoperto che la rivalutazione è associata all'attivazione di varie regioni del cervello, in particolare la rete esecutiva fronto-parietale, tra cui la corteccia prefrontale dorsolaterale (dlPFC), la PFC ventrolaterale (vlPFC) e la corteccia parietale, nonché l'insula, area del motore supplementare (SMA) e pre-SMA. La regolazione implicita è caratterizzata dall'assenza di un'istruzione esplicita, viene evocata automaticamente dallo stimolo stesso, corre fino al completamento senza monitoraggio cosciente e può avvenire senza insight e consapevolezza. In questi paradigmi, l'attivazione neurale è costantemente osservata nell'ACC ventrale (vACC) e nel PFC ventromediale (vmPFC).



Il cingolato anteriore dorsale (dACC), l'insula, l'amigdala e il grigio periaqueduttale (PAG) (in rosso) sono stati implicati nella reattività emotiva. Al contrario, la corteccia prefrontale dorsolaterale (dIPFC), la PFC ventrolaterale (vIPFC), l'area motoria supplementare (SMA), la pre-SMA e la corteccia parietale (in blu) sono state implicate nella regolazione emozionale "esplicita" e l'ACC ventrale (vACC), il PFC ventromediale (vmPFC in blu) è stato implicato nella regolazione emozionale

**Figura 2.1**  
Regioni implicate nella regolazione emotiva<sup>1</sup>

È interessante notare come alcuni studi dimostrino che il sistema top-down o esplicito di regolazione delle emozioni (dIPFC, vIPFC, corteccia parietale) possa anche essere coinvolto nella generazione di stati emotivi e non solo nel controllarli, in congiunzione o in parallelo con il sistema implicito di generazione di emozioni. In particolare, l'applicazione della rivalutazione cognitiva alle emozioni generate attraverso la stimolazione implicita può portare ad un aumento paradossale dell'attivazione dell'amigdala. Di particolare interesse per il campo della regolazione emotiva basato sulla consapevolezza è la nozione di regolazione delle emozioni dal basso verso l'alto. A livello dei meccanismi cerebrali, il presupposto principale di questo modello è che i sistemi bottom-up che implicano regioni di generazione emotiva (come l'amigdala, dACC e AI) e regioni implicite di regolazione delle emozioni (come il vmPFC) possono anche essere modulati senza il coinvolgimento di controllo cognitivo (come il vIPFC) o regioni di elaborazione semantica (corteccia temporale) (Hölzel, 2011).

<sup>1</sup> (Etkin, 2015)

## 2.4. *Enantiodromia*

*Enantiodromia* è un concetto greco antico che significa letteralmente “corsa all’opposto”. Compare per la prima volta nella filosofia di Eraclito, per indicare la concezione secondo cui tutto ciò che esiste tende a trasformarsi nel suo opposto, in un continuo moto di divenire. Jung lo elabora durante il suo lavoro clinico e lo utilizza per spiegare la dinamica psicologica del cambiamento. Si riferisce alla modalità cui si muove l’energia emotiva, come se fosse attratta da due poli.

Questo fenomeno caratteristico [l’*enantiodromia*] si verifica quasi universalmente là dove una direttiva completamente unilaterale domina la vita cosciente, così che col tempo si forma una contrapposizione inconscia altrettanto forte, che dapprima si manifesta con un’inibizione delle prestazioni della coscienza e in seguito con un’interruzione dell’indirizzo cosciente (Jung, 1912b/1977, pp. 437-438).

Jung utilizza il concetto per teorizzare l’esistenza di un processo inconscio compensatorio di autoregolazione emotiva, attraverso il quale l’energia psichica che tende a polarizzarsi verso una direzione cosciente, verrà controbilanciata da una medesima forza inconscia, in senso opposto, che riporterà la psiche in equilibrio. La tensione fra i due poli sta alla base del cambiamento psicologico e della creatività. Per Jung, alcuni esempi dell’*enantiodromia* in azione sono la nascita dell’inconscio e la Prima guerra mondiale.

Secondo Jung, la nascita della psicoanalisi e della nozione di inconscio nell’ambito di un contesto filosofico e letterario, simbolicamente caratterizzati dalla morte di Dio di Nietzsche e il Faust di Goethe, rappresentano il contraccolpo al culmine di una modernità razionale che secondo Jung, ha sostenuto ed inflazionato la coscienza collettiva. La mentalità estroversa del pensiero scientifico occidentale porta a pensare che sia “tutto ciò che buono è dato dall’esterno”, da lì il boom della fascinazione per l’Oriente di fine Ottocento con la nascita, per esempio, della Società Teosofica della Blavatsky (Barone, 2004, p.196).

Secondo Jung, l’introversione intesa come modalità di far conoscenza ed esperienza del mondo, è tipica dell’India.

L'intrusione dell'Oriente è un fatto psicologico con una lunga storia dietro. I primi segni possono essere trovati in Meister Eckhart, Leibniz, Hegel, Schopenhauer. Non è con l'Oriente attuale che abbiamo a che fare, ma con l'inconscio collettivo che è onnipresente (Barone, 2021).

Secondo la logica dell'*enantiodromia*, la tendenza psichica dell'uomo moderno occidentale a preferire l'utilizzo di alcune funzioni psicologiche estroverse come il pensiero e la sensazione avrebbe portato ad un'inflazione della psiche e alla tendenza in senso opposto. Un esempio di ciò che Jung intende per "inflazione della coscienza collettiva" lo esprime in questo passaggio:

Il nostro intelletto ha compiuto cose gigantesche, ma nel frattempo la nostra dimora spirituale è crollata. Siamo profondamente convinti che neanche col più potente e più moderno telescopio costruito in America riusciremo a scoprire alcun empireo dietro le lontane nebulose; sappiamo che il nostro sguardo disperato errerà attraverso la morta vacuità di distese incommensurabili. Né la situazione migliora quando la fisica matematica ci rivela il mondo dell'infinitamente piccolo. E infine esumiamo la saggezza di tutti i tempi e di tutti i popoli e troviamo che tutto quel che vi è di più costoso e di più prezioso è già stato detto molto tempo fa con parole più belle" (Jung, 1977, p. 32).

In secondo luogo, durante la Grande Guerra, sia Freud che Jung sono colpiti dalla ferocia della propaganda e dal brutale raschiamento della patina di civiltà per rivelare la barbarie sottostante. Jung interpreta la transizione da una società che era stata in pace per un secolo al distruttivo tempo di guerra come un esempio di *enantiodromia*: la società di cultura con le sue etichette di comportamento rigide e anacronistiche, incapace di rispondere alle spinte irrazionali dell'uomo, conteneva in sé il germe della guerra che sarebbe esplosa di lì a poco (Lewin, 2009).

Per Jung esiste anche un'*enantiodromia* individuale e Freud la riconosce nella teoria del conflitto tra le pulsioni dell'Es e le restrizioni del Super-io. Tuttavia, Freud preserva una visione ideale di potenza romantica e assolutista che avrebbe posto ad una fine definitiva dell'*enantiodromia* con il dominio stabile e totale dell'Io "laddove c'è l'Es ci sarà l'Io". Freud è pessimista rispetto all'instabilità emotiva, piuttosto identifica come condizione ottimale e sana per la psiche, una totale vittoria del conscio sull'inconscio (l'Io sull'Es).

Per Jung non c'è fine a questo processo e non importa quanti meccanismi correttivi vengano messi in atto come i *checks and balances* del Novecento (espressione inglese che descrive un sistema di “controlli e contrappesi” come un insieme di meccanismi politici istituzionali volti a mantenere l'equilibrio tra i vari poteri all'interno di uno stato democratico), la stabilità non è mai assicurata. Per Jung il conflitto e l'instabilità fanno parte del patrimonio istintivo dell'uomo.

È da considerare però che dopo la Prima guerra mondiale nel 1918, nella prefazione di *Psicologia dell'inconscio* Jung argomenta che lo sviluppo individuale psicologico e spirituale sono necessari per la pace e la guarigione.

Quindi si può concludere che nonostante Jung riconosca l'instabilità connaturata dell'essere umano, dia valore primario al lavoro interiore di guarigione e presa coscienza di sé come motore della guarigione collettiva.

Con la guerra invece, secondo Jung molti sono ricaduti nell'illusione ingenua che un potere unico avrebbe spazzato via tutte le incertezze riportando pace e stabilità duratura: così gli Stati vogliono essere quel potere e fanno tra di loro la guerra. Questo aspetto si collega al problema dell'unilateralità e dell'inflazione della coscienza che cerca di dominare l'inconscio (2.2).

Per Jung, l'*enantiodromia* riguarda anche l'etica e il conflitto morale: l'eterna questione dell'uomo portato ad interrogarsi su che cosa è bene e come agire il bene. Se il problema del conflitto morale resta insoluto nell'anima cristiana, viene risolto dalle idee orientali come il *nirvāṇa* della filosofia induista, la liberazione dagli opposti, e dalla scuola induistica dell'*Advaita Vedānta* (letteralmente “non duale”). Ne è un esempio l'aforisma indiano:

Chi è più lontano dalla perfezione, a colui che ama Dio occorrono sette reincarnazioni per raggiungere la perfezione, a colui che lo odia ne bastano tre, poiché colui che lo odia penserà a lui più di colui che lo ama (Jung, 1977, p. 61).

La liberazione dagli opposti richiede una libertà nell'esperirli entrambi, il bene e il male, nella loro equivalenza funzionale e senza pregiudizio: questa capacità è negata al sentire cristiano che ripugna il male ed eleva il bene per trionfare sul male (lo stesso modello freudiano vd. 1.1). I dogmi delle religioni e la morale hanno captato i contenuti dell'inconscio collettivo e costruito dei simboli volti a contenerlo, e contemporaneamente bloccato la fluidità nell'esperire gli opposti,



creando una rottura tra coscienza (avanzata, razionale e civilizzata) e inconscio (primitivo, arcaico, oscuro).

## **2.5. Il processo di individuazione, Sé e funzione trascendente**

Nell'opera *L'Io e l'Inconscio* del 1928 che riprende ed elabora le prime spiegazioni del 1916 sulla "funzione trascendente", teorizzando un funzionamento "naturale" dell'inconscio, un'autoregolazione dello psichismo, la critica di Jung è diretta alla prima topica freudiana di un unico inconscio (l'inconscio personale). Per Jung, il compito dell'Io non si limita a liberarsi dai complessi, ma consiste nel differenziarsi dal collettivo cosciente (la Persona) e dagli altri archetipi, inconsciamente proiettati, dell'inconscio collettivo (Animus, Anima). Così ha inizio il processo di individuazione (Romano, 2005, p. 62).

"Si può fare una distinzione tra nevrosi e malattia dell'anima, dove mentre le prime sono affidate alle cure della psicoanalisi, le seconde dipendono invece da un decorso non regolare del processo di individuazione" (D'Acunto, 2020).

Per Jung, ciò che consente all'individuo di guarire dalla nevrosi e di superare il conflitto è l'"individuazione", il processo tramite in quale vengono integrati complessi psichici differenti e molto spesso in contraddizione tra loro, ma per Jung l'individuazione non si limita a questo.

L'individuazione è in generale il processo di formazione e di caratterizzazione dei singoli individui, e in particolare lo sviluppo dell'individuo psicologico come essere distinto dalla generalità, della psicologia collettiva. L'individuazione è quindi un processo di differenziazione che ha per meta lo sviluppo della personalità individuale. La necessità dell'individuazione è una necessità naturale (Jung, 1921b/1977, p. 501-502).

Il lavoro sta proprio nella psicoterapia e nel confronto dialettico con il terapeuta, una modalità che consente al paziente di entrare in rapporto con stati del Sé contraddittori e non voluti, liberandosi dalle immagini collettive più alienanti. Il processo non ha mai una fine predeterminata ma persegue lo scopo di integrare i vari aspetti di Sé, riconoscendo le costellazioni di complessi e gli archetipi presenti nella sua personalità, dai quali può differenziarsi.

Viene così operata una prima distinzione personale tra due ordini di grandezza che sono incommensurabili: l'io personale e il Sé impersonale; è il paradosso della concezione junghiana di una personalità intera e nello stesso tempo composita, finita e indefinita [...] Nel *Commento al Segreto del fiore d'oro* l'accento è esclusivamente sul "lasciar accadere". Il conflitto che egli descrive è sublimato, "superato" dal riconoscimento "di un interesse più elevato e più ampio" che toglie "al problema tutta la sua "urgenza" (Romano, 2005, pp. 63-64).

Per Jung è più corretto affermare che il conflitto si supera, non si risolve:

I problemi più grandi e importanti della vita sono, in fondo, tutti insolubili, e non possono non esserlo, perché esprimono la necessaria polarità inerente a ogni sistema di autoregolazione. Essi, dunque, non potranno mai essere risolti, ma soltanto superati (Jung, & Wilhelm, 1971/2007, p. 10).

In questo senso il superamento del conflitto avviene attraverso il processo di individuazione che per Jung è in sintonia con il principio di "immobilità" delle filosofie orientali. Il "lasciar accadere" è il *wu wei* di Lü Tzu, l'azione nella non-azione. La condizione di immobilità ricercata nella meditazione indiana e nella concentrazione *zen* è connessa per Jung al concetto di paralisi dell'io di fronte alle immagini dell'inconscio. Un'immagine è un contenuto immediato proveniente da quella zona intermedia della psiche di cui non si vuole conoscere l'origine. L'immobilità per gli *Yoga sutra* di Patanjali (Iyengar, 2010) è *Yoga Citta Vritti Nirodah* è la sospensione della produzione illusoria della mente, quella che per Jung è ricercata nella dissoluzione dell'io a favore del Sé.

Allo stesso tempo, nella medesima logica paradossale del *mysterium coniunctionis* e dell'*Advaita Vedanta* (non dualità), il processo di individuazione rappresenta un moto verso il Sé. Per Jung, un simbolo dell'archetipo del Sé e del processo di individuazione è il *mandala*. Tradotto come "cerchio", il mandala è un sistema operativo e ordinatore di tutte le immagini che si compie nel progressivo decentramento dell'io rispetto al Sé attraverso la *circuambulatio* (Jung, & Wilhelm, 1971/2007, p. 45): un moto che va dalla circonferenza al centro.

Cominciai a capire che lo scopo dello sviluppo psichico è il Sé. Non vi è una evoluzione lineare; vi è solo un andare attorno al Sé. Uno sviluppo uniforme esiste, al più, solo al principio; dopo, tutto tende al centro. Questo convincimento mi diede stabilità, e un po' per volta ritornò la mia pace interiore. Sapevo che nel trovare il mandala come un'espressione del Sé avevo raggiunto ciò che per me era il vertice.

[...] Non si può andare al di là del centro. Il centro è la meta, e tutto si dirige verso il centro. Grazie a questo sogno capii che il Sé è il principio e l'archetipo dell'orientamento e del significato. In ciò sta la sua funzione guaritrice (Jung, 1961, pp. 241-243).

L'idea di Jung è che lo scopo della vita di un individuo debba essere non di sopprimere o reprimere, ma di arrivare a conoscere l'altro da sé, potendo godere e controllare l'intera gamma delle proprie capacità (in un detto più noto *Nosci te ipsum*). Il processo di individuazione dell'Io consisterebbe nel dischiudersi al Sé, un compito (*dharma*) etico per ciascun individuo che rimanendo all'oscuro di sé stesso, sarebbe continuamente portato a proiettare nel mondo i suoi contenuti inconsci senza davvero entrare in rapporto con l'Altro. Il ritiro delle proiezioni viene dal confronto con l'Ombra e può essere definito come "disidentificazione", termine corrispondente a *pratyhara* di Patanjali (Iyengar, 2010). Attraverso l'integrazione delle quattro funzioni psicologiche (1.5), il processo conduce ad una quinta facoltà che è la funzione trascendente, quella che ci permette di confrontarci con l'inconscio. "Questa funzione si chiama trascendente perché rende possibile passare organicamente da un atteggiamento all'altro, vale a dire senza perdita dell'inconscio" (Jung, 1957, p. 263).

Questo processo di individuazione è da intendersi sia in senso individuale che collettivo: perciò Jung ricorre a dei concetti orientali. Anche il successo dell'Oriente per lui non è stato solo una moda, ma un bisogno volto a compensare le funzioni della coscienza collettiva che si sono inflazionate nel tempo: pensiero e sensazione, caratteristiche dell'Occidente, a discapito di intuizione e sentimento, più proprie dell'Oriente (Jung, & Wilhelm, 1971/2007, p. 30):

Per riassumere ciò che è stato detto nel presente capitolo, si avanza l'ipotesi di una categorizzazione del conflitto psichico per Jung che ne individua le tipologie, le cause e le soluzioni. Per Jung, la causa e la risoluzione del conflitto stanno nella psiche.

	TIPI DI CONFLITTO	CAUSE	SOLUZIONI
CONFLITTO PSICHICO	CONFLITTO NATURALE	<i>Enantiodromia</i>	Sé
	CONFLITTO INDIVIDUALE	Complessi	Psicoanalisi
	CONFLITTO COLLETTIVO	Archetipi Funzioni	Processo di individuazione Funzione trascendente

**Figura 2.2**

Il conflitto psichico per Jung

Per Jung il conflitto psichico è costituito in parte da un conflitto naturale, la tensione tra opposti presente in natura e rappresentata dal principio di *enantiodromia* (2.4) e dal Sé; in parte da un conflitto che riguarda l'essere umano. Per questa tipologia di conflitto propriamente "umana", si può ipotizzare l'esistenza di un conflitto individuale e collettivo: il conflitto individuale o nevrosi (2.2) si associa ai complessi (1.1), come formazioni dell'inconscio personale freudiano e junghiano, e si cura attraverso la psicoanalisi; il conflitto collettivo riguarda le "malattie dell'anima" e rientra nella sfera dell'inconscio collettivo e dei suoi contenuti, gli archetipi (1.4), e si manifesta nella psiche anche come antagonismo di funzioni psicologiche differenti (1.5). La soluzione alla risoluzione del conflitto collettivo è per Jung il processo di individuazione e lo sviluppo di una funzione chiamata "funzione trascendente" che permette di comunicare direttamente con l'inconscio, integrandone i contenuti.

### CAPITOLO 3 – JUNG SULLA GUERRA E LA POLITICA INTERNAZIONALE

Il non adattarsi al mondo interiore è un'omissione altrettanto gravida di conseguenze quanto l'ignoranza e l'incapacità nel mondo esteriore (Jung, 1928/1983, p. 24).

Dopo aver trattato il tema del conflitto dal punto di vista psichico (conflitto interiore), in questo capitolo lo si affronta nella sua forma esteriore, la guerra, facendo riferimento al periodo storico tra le due guerre mondiali, tempo in cui Jung formula le sue intuizioni sull'aggressività bellica e sulla politica internazionale.

Quando si studiano le idee di un personaggio storico, è utile guardare il contesto nel quale le idee del pensatore si sono evolute e considerare sia la personalità individuale sia l'esperienza di vita che hanno influenzato le sue teorie.

Per questo quadro, si può prendere in prestito il concetto junghiano di "equazione personale", cercando di capire come il contesto storico, l'ambiente e la personalità abbiano contribuito alla formazione della sua equazione personale e alla formulazione delle sue teorie. Questa premessa è utile prima di considerare la prospettiva politica di Jung. Il suo focus principale non era la politica, piuttosto la sua preoccupazione principale come psicoterapeuta e critico di Freud, era la questione della morale, i problemi della modernità e il suo interesse nel reinterpretare la cristianità (Lewin, 2009, p. 30).

L'equazione personale di Jung include il fatto che era europeo, svizzero, studioso, scienziato e psichiatra. Lui lo ricordava spesso perché era cosciente dell'impatto che la socializzazione e l'ambiente avessero nel modulare le percezioni inconsce. Jung teneva sempre a mente i suoi potenziali *bias* e le idiosincrasie personali.

Per quanto l'uomo possa espandersi con la sua conoscenza, e apparire a sé stesso obiettivo: alla fine non ne ricava nient'altro che la propria biografia (Nietzsche (1878/2008, p. 513).

La fonte principale a cui fa riferimento questo capitolo è il testo *Jung on War, Politics and Nazi Germany* di Nicholas Lewin (2019), psicoterapeuta junghiano in formazione, facente parte del comitato esecutivo del *C.G. Jung Analytical*

*Psychology Club* di Londra. Lewin ha conseguito due lauree nell'ambito della politica internazionale e degli studi strategici e di guerra, e ha acquisito un dottorato presso l'Essex University sull'utilizzo delle teorie di Jung per spiegare la politica europea e la Germania nazista degli Anni Trenta.

In questo libro, la maggior parte dei commenti di Jung sono tratti da sue interviste o saggi su eventi immediati, quindi la maggior parte del materiale non è il prodotto di una lunga riflessione o un tentativo di formulazione teorica.

“Quando si legge Jung, si può vedere che, come commentatore di eventi politici, mostra un livello sempre più sofisticato di realismo politico, ma essendo anche capace di esplosioni vulcaniche, è utile prestare attenzione più alle opinioni che esprime in modo pacato, che da arrabbiato. Il lettore è spesso colpito dalle sue osservazioni a braccio sconsiderate, quindi è necessaria un'attenzione” (*Ibidem*, pp. 31-32). “La discrepanza tra i due tipi di affermazione è sempre una base fertile per la controversia. C'è un pregiudizio comune che ciò che viene detto in privato sia necessariamente la vera opinione, e questo presuppone che tutto ciò che viene detto in tali situazioni sia profondamente considerato e sia a lungo ritenuto un'opinione genuina. Questo è discutibile. Le persone spesso esprimono un'emozione, con umorismo o rabbia, ma tali affermazioni non riflettono necessariamente le loro opinioni ponderate” (*Ibidem*).

Ricordando il principio junghiano per cui “tutto ciò che sappiamo del mondo, così come ogni nozione del nostro essere, perviene a noi soltanto attraverso la mediazione dello psichico” (Jacobi, 1940/2014, p. 13), sarà considerata la prospettiva junghiana sulla guerra antecedente il 1945 descritta da Lewin e dagli scritti junghiani a cavallo delle due guerre (dal 1918 al 1939) contenuti nell'opera *Civiltà in transizione: il periodo fra le due guerre*. (Jung, 1985/1998).

Successivamente, si mostreranno le implicazioni politiche della teoria junghiana degli archetipi dell'inconscio collettivo e come questi si manifestano nella guerra tra nazioni e nello scenario della politica internazionale, prendendo come esempio il caso di Wotan.

### 3.1. La prospettiva junghiana pre-1945

In questa tesi viene trattata la prospettiva junghiana prima della Seconda guerra mondiale. In questo momento storico, Jung si preoccupa principalmente di comprendere e spiegare gli eventi nei termini delle sue teorie del collettivo. Dopo la guerra, Jung continua a mostrare una consapevolezza della situazione politica più ampia, ma la sua prospettiva teorica si modifica, concentrandosi maggiormente sull'individuo.

Negli scritti presi in esame, Jung assume una prospettiva realista che considera l'impatto delle emozioni negative (l'Ombra) sui fenomeni politici e rielabora le sue preoccupazioni rispetto ai pericoli dei leader messianici carismatici. Jung tiene sempre conto della sua biografia e dei condizionamenti operanti nel suo pensiero dati dal contesto storico e dall'ambiente sociale, prediligendo una modalità di analisi a livello individuale consona alla sua professione di psichiatra, influenzata dalla sua epoca e dalla prospettiva freudiana. Ciò che Jung rimarca è la difficoltà a trattare fenomeni complessi come la guerra che implicano aspetti storici, politici ed economici, soprattutto se non ancora conclusi e contemporanei al tempo in cui vengono presi in analisi.

È sempre pericoloso parlare della propria epoca perché ciò che è statico è troppo vasto per essere compreso (Jung, 1929/ Lewin, 2009, p. 16).

**L'equazione personale.** Jung viene spesso dipinto come un mistico e uno studioso disinteressato di attualità e questioni internazionali. In realtà Jung, semplicemente cosciente della sua figura professionale e storica, non si è occupato di questioni che si allontanassero dalla sua ricerca sull'uomo e sulla dimensione soggettiva, campo elettivo della psicologia analitica nella cura delle forme di psicopatologia individuale e collettiva.

Jung era un convinto democratico, ma alcuni sostengono che avesse un'inconscia predilezione per la politica reazionaria. In effetti, McLynn dichiara: "Jung era un uomo di opinioni politiche di estrema destra... combinò visioni ferocemente reazionarie e darwiniste sociali (McLynn, 1996, p. 334). Altri aggiungono varie accuse di autoritarismo, filofascismo, tendenze militariste,

anticomunismo e antisemitismo; queste affermazioni sono possibili argomenti di ricerca, se ci si vuole formare un quadro più ampio del pensiero di Jung.

“Certamente Jung era spudoratamente borghese nella sua professione e stile di vita accademico e aveva due proprietà, una grande casa di città come si addiceva alla sua posizione accademica e un idilliaco rifugio in riva al lago dove poteva vivere senza elettricità e visitatori” afferma Brockway, e suggerisce che Jung fosse un “conservatore tradizionale” del diciannovesimo secolo che ammira l'aristocrazia ed è nostalgico del medievale, del romantico e del pastorale. Insomma “il classico liberale del diciannovesimo secolo” e come tale “dedito all'individualismo, al *laissez faire* e alla santità della proprietà privata” (Brockway, 1996).

Nonostante la sua precoce relativa povertà come figlio di un parroco locale, morto mentre Jung era all'università, Jung non proveniva da una classe povera o da un gruppo etnico emarginato come Freud, quindi non aveva motivi immediati per essere cosciente di classe o politicamente sensibile. I primi scritti esistenti di Jung sono le lezioni dell'associazione studentesca Zofingia scritte tra il 1896 e il 1899. In queste lezioni si possono trovare temi embrionali che attraversano la vita di Jung. Jung nella sua prima conferenza sulla Zofingia dimostra un alto grado di radicalismo studentesco, con un feroce attacco alle tendenze mercenarie delle persone e alla loro ricerca di “carriere”. Sebbene una prospettiva così radicale non sia continuata, la sua critica al materialismo sì. In una conferenza successiva Jung sostiene che nel Medioevo la principale preoccupazione degli uomini era la loro “vita interiore” e che erano in contatto molto più stretto con la natura (giugno 1983) mentre ora le persone sono “intossicate” dai piaceri del successo materiale nella misura in cui non sono né idealisti né spiritualmente inclini.

Per capire Jung si deve essere consapevoli dell'avvertimento di Paul Bishop di collocare le sue idee nello sviluppo del pensiero europeo ed essere consapevoli del lungo dibattito, come riassunto da Kant, che ha messo in guardia dai pericoli del “materialismo *seelenloser*” (materialismo senz'anima) e *grundloser Spiritualism* (spiritualismo infondato). (1995). Jung con la sua agenda religiosa è sempre consapevole dei pericoli del materialismo *seelenloser* (*Ibidem*, p. 73).



**Realismo politico e pragmatismo.** Per “realismo politico” o *Realpolitik* si fa riferimento alla teoria di filosofia politica secondo cui l'obiettivo primario dell'azione politica è (o dovrebbe essere) l'acquisizione e il mantenimento del potere. Si tratta di una teoria connessa a Tucidide, Macchiavelli e Hobbes, e la sua applicazione nelle relazioni internazionali tende a privilegiare l'interesse per la sicurezza nazionale rispetto a ideologie e problematiche morali e sociali.

L'idea che la guerra sia mossa da imperativi pratici di forze piuttosto che da fini morali o religiosi, rende più complessa la comprensione degli eventi e illusoria la possibilità di individuarne un quadro generale, per mancanza di informazioni (specialmente con la fine della Guerra Fredda e la nascita di più attori politici). Lewin ricorda che per la maggior parte del ventesimo secolo, l'atteggiamento centrale di Jung nei confronti della guerra può essere riassunto dalla frase di Von Clausewitz's nell'opera *On War* (1832) in cui afferma che “la guerra è la continuazione della politica statale con altri mezzi” (Lewin, 2009, p. 19). Man mano che il periodo tra le due guerre diviene sempre più instabile e sembra imminente il fallimento della Lega delle Nazioni, Jung diventa sempre più scettico riguardo al diritto e al sistema internazionale. Nel 1928 è straordinariamente accurato nel predire che la pace non sarebbe stata preservata dall'idealismo della deterrenza, dal comunismo internazionale per interessi economici o dal pacifismo. Nonostante ci sia chi crede che Jung fosse disinteressato dal mondo, le sue dichiarazioni nel bisogno di preservare le democrazie nel periodo tra le guerre mostrano il contrario, e lo fanno con un considerevole livello di pragmatismo. (*Ibidem*, p. 73).

Jung considera la qualità della vita all'interno delle superpotenze emergenti, osservando che l'America simboleggiava uno “standard di vita” mentre la Russia sovietica aveva raggiunto uno “standard di povertà”. In qualche modo predice che avrebbero litigato per le loro “differenze fino alla morte” piuttosto che fondersi (McGuire e Hull, 1980, p.63).

Questa previsione “realista” sul loro continuo confronto e competizione, si dimostra corretta. Ciò che Jung però non prevede è come il trionfo dell'Occidente sarebbe arrivato indirettamente attraverso il potere economico piuttosto che attraverso un conflitto diretto su un campo di battaglia. Nel 1931, Jung mette di nuovo in guardia contro l'instabilità dell'equilibrio armato del potere, ma inizia a spostare la sua attenzione dall'instabilità sistemica

dell'equilibrio del potere per guardare all'irrazionalità dei decisori. Teme che il “desiderio inconscio di luoghi deserti” possa devastare le città con attacchi di gas (McGuire e Hull, 1980 p.64). Ciò che riecheggia nelle teorie di Freud in *Oltre il principio di piacere* (1920), è il prevalere del “principio del nirvana” su un desiderio di morte che spinge le persone a cercare la quiete senza fine dopo la distruzione di massa. (Lewin, 2009, pp. 74-75). Concentrandosi su questo impulso irrazionale alla distruzione, Jung intuisce l'impatto dell'instabilità irrazionale nella politica internazionale che agisce come una forza contraria inconscia ai processi di equilibrio del potere, in una parola *enantiodromia* (2.4). (*Ibidem*, p. 76).

Cerchiamo di prevenire le guerre, rendiamo la nostra situazione il più sicura possibile, ma ovviamente creiamo così le migliori possibilità per avere una guerra. Raduniamo un grande esercito ed enormi mucchi di munizioni per impedire a chiunque di attaccarci, ma l'altra parte sta facendo lo stesso per la propria difesa, e alla fine tutti si stanno difendendo e questo significa una guerra con il massacro più totale. Le guerre di un tempo erano solo liti della domenica sera rispetto a quello che possiamo fare ora con tutti i nostri mezzi di sicurezza. Pertanto, le nostre buone intenzioni sono sempre incrociate da un potere inspiegabile e impreveduto che si chiama caso o qualcosa del genere. (Jung, 1989 [1934-1939], 126).

Un esempio di realismo politico junghiano, si può ritrovare nel 1935 quando Jung durante un seminario, preoccupato della sovrappopolazione, parla della guerra come mezzo per abbattere la popolazione. A Jung viene chiesto di esprimere un'opinione sull'invasione dell'Abissinia da parte dell'Italia e se possa essere una politica progettata per assorbire i disoccupati. Jung risponde con piacere: “Sì, la malaria è un mezzo eccellente per sbarazzarsi dei troppi. Questo è un po' di buona politica, se ha successo!” (*Ibidem*, p. 77). Gli viene chiesto perché, se la sovrappopolazione fosse un problema, Mussolini avrebbe dato aiuti economici alle famiglie numerose? Jung risponde: “Se ci sono molti esseri umani, Mussolini ha un grande esercito. L'Italia allora è grande e potente e tutti sono orgogliosi di avere un tale stato; ci credono e quindi possono essere tenuti in ordine. Ma se hai troppi devi distruggerli, devi inventare una guerra coloniale in un paese particolarmente pestilenziale dove c'è una ragionevole possibilità che così tante migliaia vengano spazzate via. (*Ibidem*, p. 79). La guerra con la Francia sarebbe troppo vicina e troppo rischiosa; quindi, Mussolini può solo rischiare una ragionevole perdita di sangue, una guerra con uno stato

come l'Abissinia" (Jung, 1934-49/1989 p. 554). Questa affermazione ricorda quasi *Il principe di Machiavelli* ed è in netto contrasto con i suggerimenti che Jung fosse un mistico politicamente isolato. Più tardi nel 1937, Jung torna all'idea che maggiore è la paura, maggiore è la potenziale instabilità. Le persone spaventate proiettano semplicemente la propria condizione sul prossimo: in questo modo, diventa fondamentale avere i fucili più grossi e il gas più velenoso per contrastare ogni potenziale nemico e la cosa peggiore è che ha ragione e fa bene (la sua preoccupazione diventa legittima). (Lewin, 2009, p. 80).

**Un'analisi a livello individuale.** In generale, spiega Lewin, è utile analizzare gli eventi politici su tre livelli (Waltz, 1965): individuale, sociale, internazionale. Il livello individuale riguarda i leader nazionali e le figure chiave che prendono decisioni sulla guerra; il livello sociale si riferisce alla tensione intracomunitaria generata dalla guerra civile o dalla tensione fra gli stati; e il livello internazionale che riguarda la politica tra stati.

Si può intuire che nell'ambito di questa divisione, è soprattutto la dimensione individuale e psicologica che interessa a Jung, quella dei politici coinvolti nella guerra in prima persona. Jung considera l'impatto delle emozioni nel *decision-making* (*Ibidem*, p. 21).

La paura, l'incapacità di tollerare l'incertezza e la mancanza di consapevolezza degli effetti nel breve, medio e lungo termine, hanno un ruolo centrale nelle decisioni politiche. Nel *decision-making* gli attori politici sono sottoposti a un'elevata pressione per mantenere la certezza nel caos, a stabilire in modo chiaro e definitivo il loro schieramento: questo li porta ad escludere la complessità e a scadere in un semplicistico e impaziente riduzionismo che non è in grado di contemplare le ragioni di tutte le parti coinvolte. L'uso della forza diventa lo strumento ultimo di compensazione dell'imprevedibile. Il problema della politica risiede proprio nella riduzione della complessità, vitale per Jung per comprendere i fenomeni e prendere decisioni adeguate (*Ibidem*, p. 22). Jung era uno psichiatra, ma fin dai tempi in cui era studente, Jung si era interessato alla politica. Riconsiderando i tre livelli di Waltz, Jung non cerca sistematicamente di rendere conto di tutti i livelli di interazione politica.

Quando si riferisce alla guerra o commenta eventi a livello personale, sociale e internazionale, tende a interpretare gli eventi psicologicamente, o riferirsi ad aspetti psicologici che possono manifestarsi solo in individui o gruppi. Così Jung si occupa generalmente dei livelli di analisi individuali o sociali di Waltz. Di conseguenza Jung fornisce solo un esame parziale della politica internazionale, poiché la maggior parte di ciò che ha scritto era un'interpretazione della psicologia dei periodi storici, dei gruppi, delle ideologie e dei meccanismi psicologici che hanno influenzato le persone nei conflitti politici. Scrivendo in questo modo, Jung ha contribuito alla comprensione degli aspetti individuali e sociali degli eventi evidenziando le implicazioni psicologiche dei fattori che operano nella coscienza e nell'inconscio e il ruolo che la razionalità o l'irrazionalità gioca in entrambi. Questa attenzione al conscio e all'inconscio è compatibile con l'impianto di Waltz; anzi arricchisce la comprensione della complessità dei modelli di comportamento individuali e sociali al di là dell'orbita in cui Waltz, e la maggior parte degli storici che si occupano di stati armati nella politica internazionale, sono abituati ad operare.

Jung mostrò un profondo interesse e preoccupazione per l'incredibile depressione economica... mi ricordo la sua rabbia e disappunto specialmente quando la Svizzera aveva sottovalutato la Francia nel 1935. Ma non scrisse al riguardo perché non era suo compito in quanto psichiatra. Soffrì psichicamente molto durante le due guerre mondiali... il suo profondo interesse nell'inconscio collettivo implica che lui ascrive significato al contesto sociale ed economico. Ma... ha sempre portato attenzione agli aspetti che i sociologi tendono a non considerare, cioè quello psicologico" (Kirsch, 1982).

**La prospettiva freudiana.** È possibile ritenere che la prospettiva junghiana abbia ricevuto inizialmente un'influenza freudiana; perciò, di seguito viene fornita una breve descrizione della prospettiva di Freud rispetto alla guerra.

Ritornando ai tre livelli di filosofia politica di Waltz, anche Freud offre più che altro un contributo al tema della guerra sul piano individuale.

La sua reazione iniziale alla guerra è patriottica e di sostegno per i poteri forti, poi, con pessimismo, nel saggio *Considerazioni sulla guerra e sulla morte* (1915), afferma:

La guerra non deve essere abolita, finché le condizioni di esistenza tra le nazioni saranno così varie e le repulsioni tra i popoli così intense, ci saranno, dovranno esserci guerre (Freud, 1915).

Il 30 luglio 1932, su iniziativa dell'Istituto internazionale di cooperazione intellettuale e su invito del Comitato permanente delle lettere e delle arti della Società delle Nazioni, Albert Einstein consulta Sigmund Freud sul tema della guerra. L'appello di Einstein offre a Freud l'opportunità di continuare la riflessione citata (*ibidem*, 1915) proseguita in *Il disagio della civiltà* (Freud, 1929) in cui scrive:

Il problema decisivo della specie umana mi sembra che sia se e fino a che punto il processo culturale riuscirà a dominare il disordine della vita collettiva provocato dall'istinto aggressivo e autodistruttivo. Sotto tale aspetto, la fase che adesso attraversiamo mi sembra forse di particolare interesse. Gli uomini hanno raggiunto un tale potere sulle forze della natura che ora, usandolo, potrebbero facilmente sterminarsi tutti fino all'ultimo uomo (Freud, 1929/1985, p. 280. Un'ultima frase dell'opera aggiunta quando gli eventi politici andavano prendendo una piega minacciosa).

Freud risponde ad Einstein con il carteggio intitolato *Why war?* (Perché la guerra?) in cui si spiega in questi termini: "al giorno d'oggi la guerra non è più un'opportunità [...] Perché la guerra? Per raggiungere i vecchi ideali eroici" e ancora "le conquiste sono di regola di breve durata: le unità appena create si disgregano ancora una volta, di solito a causa di una mancanza di coesione tra le parti che sono state unite dalla violenza" (1933, p. 278).

Nello stesso scritto, Freud identifica tre cause della guerra sul piano sociale: l'inevitabile instabilità della democrazia, l'impatto potenzialmente fratricida dei gruppi che competono per governare, l'instabilità causata dalla insicurezza materiale (Lewin, 2009, p. 25).

Il suo contributo teorico è la psicologia dell'aggressività, che ancora una volta è incentrata sull'individuo e sulla folla. La maggior parte degli scritti di Freud sull'aggressività vengono realizzati dopo la rottura con Jung e riguardano i seguenti temi: il potenziale di instabilità sociale causato dalla repressione degli istinti, le emozioni coinvolte con l'aggressività e la morte, la psicologia dell'odio, la suggestionabilità delle folle e il loro bisogno di leader (*Ibidem*, pp. 25-26).

In *An outline of psycho-analysis* (Freud, 1940) sostiene che l'influenza della civiltà sia fra le determinanti della nevrosi e che, mentre è facile per il barbaro essere in salute, per l'uomo civile è un compito arduo.

In conclusione, per Freud lo scarto tra le spinte pulsionali e le restrizioni della società sono causa di guerra. Questa idea è di ispirazione per Jung che riconosce a sua volta uno scarto tra una cultura della coscienza altamente civilizzata e un inconscio ancora emotivamente primitivo. Anche Jung ipotizza che una delle ragioni della caduta dei tedeschi nell'abisso nazista fosse l'ampio abisso tra il mondo ultra-civilizzato che produsse Goethe e l'entroterra primitivo che non era stato socializzato a sufficienza (Lewin, 2009, pp. 28-29).

**Il desiderio di morte.** Le idee di Freud sullo scontro tra libido e desiderio di morte hanno trovato sostenitori contemporanei.

*Why Men love war* di Broyles (2021) è una storia molto rappresentativa di ciò che Hillmann avrebbe chiamato *Un terribile amore per la guerra* (2004).

Queste idee hanno avuto un certo impatto nel pensiero junghiano moderno e lo stesso Jung ha definito con *participation mystique* (una partecipazione mistica) il senso di identità inconscia con la nazione, come qualcosa verso cui l'energia del mito fluisce irresistibilmente (Dudley, 1992, p. 87).

Questo inebriante richiamo dell'euforia della distruzione è molto seducente e Dudley commenta che: "Come nessun'altra esperienza, la guerra sviluppa un fascino simile al numinoso" (*Ibidem*).

Per riassumere, Jung sostiene che al di là delle differenze tra problemi immediati sulla scena internazionale, ciò che è veramente significativo si verifica a un livello più fondamentale. I sintomi di questo malessere sono stati l'illusione della razionalità e l'ebbrezza del nazionalismo e del denaro artificiale.

Prima della Grande Guerra tutte le persone intelligenti dicevano: "Non dovremmo avere più altre guerre, siamo troppo ragionevoli per lasciare che accada, e il nostro commercio e la nostra finanza sono così intrecciati internazionalmente che la guerra è assolutamente fuori questione. E poi abbiamo prodotto la guerra più impressionante di sempre. E ora si comincia a fare quel tipo di discorso sciocco sulla ragione e sui piani di pace e cose del genere; si bendano gli occhi volando verso un ottimismo infantile - e ora guarda la realtà! Quasi sicuramente le immagini archetipiche decidono il destino degli uomini. La psicologia inconscia dell'essere umano decide, e non quello che pensiamo e di cui parla la camera del cervello che sta in soffitta (Jung, 1935/1986, p. 371).

Questi atteggiamenti patologici hanno avuto il loro impatto su tutti i livelli di analisi di Waltz. Ma guardando al di sotto delle istituzioni concrete, alla Gestalt psicologica su cui si basano, Jung osserva un livello più profondo e sottile di influenza sugli eventi politici che non era usuale nell'analisi politica. Le idee di Jung tentano di spiegare la dimensione sottostante dei processi storici e se si vogliono comprendere le sue idee allora devono essere giudicate nel loro contesto teorico. Jung postula una base collettiva e istintiva più profonda per le emozioni. Per semplificare notevolmente posizioni complesse, se la preoccupazione di Freud è per il sano rafforzamento della civiltà contro l'eterna sfida degli istinti barbari, la preoccupazione di Jung è del potenziale per gli individui civilizzati di trasformare tali scontri e quindi dare il loro piccolo ma inestimabile contributo al progresso collettivo dell'umanità. Ma teme che troppi leader del cambiamento sociale siano prigionieri dei propri complessi irrisolti piuttosto che dei filantropi altruisti, quali credono di essere. Quando questo non è riconosciuto e corretto, le loro decisioni politiche sono distorte e riflettono i loro stessi pregiudizi, generando problemi a cascata.

Il fallimento delle decisioni nella storia politica è dovuto al fatto che non sono quasi mai sostenibili nel lungo periodo: essendo causate da interessi troppo personali e complessuali, le posizioni di rivoluzionari e riformatori si rivelano aleatorie perché si trasformano facilmente nel loro opposto (Alschuler, 1997).

Questo in un certo senso riporta al marchio di "prospettiva realista" di Jung e alla domanda su cosa funziona davvero in contrasto con ciò che vorremmo che funzionasse. Considerando l'esistenza di un impulso irrazionale alla distruzione, Jung si concentra implicitamente sull'impatto dell'instabilità irrazionale nella politica internazionale che agisce come una forza contraria inconscia ai processi di equilibrio del potere: un'oscillazione costante tra instabilità irrazionale e ordine sistemico secondo *enantiodromia* (1.4). Jung suggerisce che mentre l'uomo medievale aveva fede nelle "certezze metafisiche", l'uomo moderno ha inconsciamente riconosciuto la vulnerabilità della civiltà e questo ha portato al pericoloso desiderio di ottenere la deterrenza.

### 3.2. La psicologia delle nazioni

Nel 1936 Jung tiene una conferenza alla Tavistock Clinic di Londra, dal titolo *Psicologia e problemi nazionali* in cui dichiara apertamente la sua posizione rispetto alla guerra e alla politica in generale. Si tratta di temi che in quanto attività dello spirito umano, hanno sicuramente una base psicologica, ma le cui spiegazioni e cause immediate, non sono rintracciabili in fattori psicologici, ma in fattori di natura economica e politica.

Molti si domandarono che cosa la psicologia avrebbe avuto da dire sulla situazione mondiale. Simili domande, del resto, mi sono state rivolte con una certa frequenza e io devo confessare che non solo ho avvertito una netta sensazione di disagio, ma mi sono sentito anche estremamente incompetente a dare una risposta soddisfacente. Il tema è realmente troppo complesso. Le ragioni preponderanti e immediate della crisi sono date da fattori di natura economica e politica. È pur vero che questi ultimi, in quanto attività dello spirito umano, devono sottostare determinate leggi psicologiche, ma i fattori economici, in particolare, non hanno carattere pienamente psicologico; dipendono invece ampiamente da condizioni che con la psicologia non hanno - si può dire - nulla che fare. Quest'ultima sembra invece essere determinante nella politica, ma esiste un fattore ultimo numerico di pura forza di autentica violenza, che corrisponde piuttosto alla psicologia di un abitante delle caverne o di un animale, che non a quella di un essere umano. Finora non è stata elaborata ancora alcuna psicologia su queste materie così infinitamente complesse, come l'economia e la politica, e continua a restare estremamente problematico dire se sussista una qualche speranza che la psicologia si possa applicare a fenomeni determinati da fattori non psicologici. Non mi ritengo competente a trattare il significato ultimo della nostra crisi mondiale. Alcuni suoi lati, tuttavia mostrano un aspetto squisitamente psicologico e offrono perciò l'opportunità per un commento. Una delle possibilità della psicologia contemporanea pare essere quella di offrire perlomeno un punto di vista specifico sulla realtà (Jung, 1936/1998, pp. 296-297).

In questo passaggio da un lato, Jung argomenta come la prospettiva psicologica non sia adatta ad affrontare temi complessi di natura economica e politica, ma dall'altro suggerisce come la politica abbia una base psicologica e che in particolare, dia vita alla peggiore espressione dell'essere umano. Riprendendo parte della citazione precedente:

[La psicologia] sembra invece essere determinante nella politica, ma esiste un fattore ultimo numerico di pura forza di autentica violenza, che corrisponde piuttosto alla psicologia di un abitante delle caverne o di un animale, che non a quella di un essere umano (*Ibidem*).



Ciò si collega allo scetticismo di Jung rispetto alla saggezza delle decisioni prese dai leader politici, dipendenti dai loro complessi personali, ma soprattutto, dalla concezione negativa di Jung rispetto alla massa e ad una collettività incosciente e passiva sulla quale può essere esercitato un qualsiasi potere di influenza. Anche Freud ha una considerazione dispregiativa della massa.

In sociologia e in psicologia la massa è intesa come un aggregato di individui riconducibile a un comune denominatore sociale, economico, politico; una delle definizioni più accreditate è quella del sociologo Luciano Gallino (2007) che la descrive come “una moltitudine di persone politicamente passiva”, in posizione di oggettiva dipendenza rispetto alle istituzioni importanti di una società e quindi fortemente influenzabile da essere, incapace di organizzarsi ed esprimere la propria volontà.

In psicoanalisi invece, nell'interpretazione freudiana, le masse rappresentano uno dei campi di espressione dei desideri inconsci degli individui; i comportamenti tipicamente irrazionali che vi si riscontrano, quali il coinvolgimento emotivo, la suggestione, ecc., sono espressione di pulsioni sessuali inibite che qui trovano uno sbocco, una sublimazione.

Questa concezione si ricollega a quella dei filosofi contemporanei degli anni '20 della scuola di Francoforte, che hanno elaborato un'interpretazione negativa dell'influenza delle masse sul comportamento dei singoli: in una società in cui il capitalismo avanzato sembra produrre un livello economico mediamente alto e una conseguente emancipazione sociale e culturale dell'individuo, c'è in realtà il pericolo che il conformismo e l'alienazione tipiche dei fenomeni di massa conducano a una perdita di valore dell'autonomia del singolo, tanto più che tali fenomeni sono prodotti e guidati dall'industria dell'informazione, i mass-media, controllati dal potere economico e istituzionale.

Già duemila anni fa Seneca metteva in guardia l'uomo dall'influenza della massa, dal pericolo dell'appiattimento, dalla forza trascinate e omologante della maggioranza, che in democrazia vince, ma non è detto che abbia ragione: “da nulla, quindi, bisogna guardarsi meglio che dal seguire, come fanno le pecore, il gregge che ci cammina davanti, dirigendoci non dove si deve andare, ma dove tutti vanno”.

Soltanto nell'Ottocento, con l'età romantica, la massa intesa come quantità indistinta di individui, viene sostituita dalla nozione positiva di “nazione”, un

gruppo di uomini accomunati da sangue, lingua, tradizioni e idee. Resta il fatto che per almeno due secoli, la cultura europea e occidentale ha valorizzato l'individuo, svalutando come fenomeno regressivo e irrazionale, la massa (Canetti, 1960).

L'unico *outsider* è Elias Canetti (scrittore e saggista) che nell'opera *Massa e potere* del 1960, critica la posizione freudiana sostenendo che la massa sia l'antidoto all'individualismo ed egoismo, l'unico luogo in cui l'uguaglianza originaria sia possibile. Canetti ritiene che la teoria freudiana sia utile per spiegare solo i processi individuali e non quelli collettivi.

Per Canetti i processi collettivi sono fatti sociali e non possono essere spiegati a partire dalle psicologie individuali di quanti vi sono coinvolti: un fatto sociale può essere spiegato solo da un altro fatto sociale, attraverso uno strumento che spieghi i processi collettivi.

Nell'opera *Psicologia delle masse e analisi dell'io*, Freud esprime invece il timore per la "pulsione di massa" come per la "pulsione sessuale" e parla con diffidenza della folla come moltiplicatore di pulsioni incontrollate e di deresponsabilizzazione del singolo.

Persino nella nostra legislazione italiana è presente uno strascico del pensiero freudiano in una legge del Codice penale:

*Attenua il reato [...]*

*[...]*

*3) l'aver agito per suggestione di una folla in tumulto*

*[...]*

(art. 62 n. 3 c.p.).

Lo stesso Jung risente di quest'influenza.

La psicologia delle masse è sempre inferiore a quella dell'individuo, perfino quando si affrontino le imprese più idealistiche. La totalità di una nazione non reagisce mai come un normale individuo moderno, ma sempre come un gruppo primitivo. Perciò le masse non presentano mai un buon adattamento, tranne che a livelli estremamente primitivi. [...] In seno al gruppo, l'individuo è sempre irragionevole, non dimostra senso di responsabilità, è emotivo, imprevedibile e inattendibile (Jung, 1936/1998, pp. 300-301).

Nonostante Jung sia interessato professionalmente e scientificamente alla dimensione individuale (vd. livelli di Waltz 3.1) come unica possibilità di cambiamento, e sia diffidente rispetto alla politica e alle soluzioni collettive, il suo pensiero va collocato al centro tra le due posizioni estreme di Freud e Canetti: Jung si interessa dei fenomeni su larga scala, al punto di elaborare la teoria dell'inconscio collettivo, pensando di poter studiare il fenomeno della nazione proprio come paziente, per quanto concerne i disturbi e il tipo di sintomatologia.

Si può studiare la sintomatologia di una nazione esattamente come un medico studierebbe la sintomatologia di una certa malattia; si può supporre che la nazione sia qualcosa di simile a una persona, che l'intera nazione sia un essere umano scosso da peculiari spasmi psicologici. Per il profano comune, così come per i medici non specialisti, è spesso estremamente difficile, un compito molto sconcertante, costruire un quadro fedele della sintomatologia totale di una nevrosi. È lo stesso nello studio di una nazione. Non si sa se i tratti che si vedono siano da ascrivere alla particolare natura normale di quella nazione, o se siano nevrotici. Certi tratti sembrano peculiarità di natura più o meno locale, e non si sa valorizzarli (Jung, [1930-1934] /1998, pp. 970-971).

L'idea che si è presa in considerazione proviene dalla teoria dell'inconscio collettivo (1.3) elaborata nell'opera *Psicologia dell'inconscio* (1917), in cui Jung ipotizza l'esistenza di una psicologia della nazione, la cui malattia possa essere intesa come un'estensione delle psicologie di più individui.

Le nazioni hanno le loro particolari psicologie, e hanno le loro particolari psicopatologie (Jung, 1946/191, 466).

Freud e Jung erano consapevoli, leggendo Le Bon, che esistesse un aspetto psicologico nel comportamento della folla. Ciò che Jung ha fatto è stato estendere la sua idea e presumere che esistesse un legame incontrastato dai processi psicologici dell'individuo a quello del gruppo e quindi alla nazione.

Secondo Jung le nazioni, intese come il massimo grado di organizzazione collettiva, dal punto di vista psicologico sono questo:

Le nazioni sono i maggiori gruppi organizzati esistenti e, in quanto tali, si dimostrano, dal punto di vista psicologico, mostri goffi, stupidi e amorali, come i grandi sauri che erano dotati di un cervello incredibilmente minuscolo. Esse restano impermeabili ad ogni argomentazione ragionevole, sono suggestionabili quanto i

pazienti isterici, infantili, capricciose, vittime inermi delle loro emozioni (Jung, 1936/1998, pp. 300-301).

Questa diagnosi ricorda molto la colorita considerazione psicologica utilizzata da Eckart Tolle, scrittore e oratore, nella sua opera *Un nuovo mondo* rispetto alla storia dell'umanità:

Se la storia dell'umanità fosse la storia di un caso clinico di un singolo essere umano, la diagnosi dovrebbe essere: fissazione cronica a sfondo paranoico, propensione patologica a commettere omicidi, atti di estrema violenza e crudeltà contro coloro che vengono percepiti come "nemici". È la sua stessa inconsapevolezza proiettata all'esterno. È follia criminale con qualche breve intervallo di lucidità (Tolle, 2005).

Per concludere, nella conferenza citata (1936), Jung esprime anche un'opinione in merito alla guerra mondiale, sottolineando che avrebbe tralasciato i motivi psicologici della guerra che andavano aldilà della sua competenza psicologica e si sarebbe occupato della situazione psicologica creatasi con la guerra. In questa "opinione", più che teoria, ritorna il politico Jung in tutto il suo realismo politico:

La guerra mondiale ha distrutto questo sogno e annientato la maggior parte degli ideali dell'epoca precedente. Il clima del dopo-guerra portò a dubitare che nella mente dell'uomo tutto fosse in ordine. Si incominciò a metterne in forse la normalità, perché gli uomini in grado di riflettere iniziarono a meravigliarsi sempre di più delle azioni in cui l'umanità era capace. Il benevolo Dio della scienza, che aveva realizzato cose così meravigliose per il bene dell'uomo, aveva mostrato il suo volto oscuro: aveva prodotto i più diabolici macchinari bellici, incluso l'abominio del gas tossico, e la ragione umana era stata ottenebrata sempre di più da idee stravaganti ed assurde. Le relazioni internazionali si volsero al nazionalismo più sfrenato e il vero Dio di questo mondo, l'*ultima ratio* di tutte le cose - il denaro - sviluppò un carattere sempre più falso, più di quanto non ci sarebbe mai potuto immaginare. Non soltanto la sicurezza del *gold standard*, ma anche quella dei trattati e di altri accordi internazionali, già gravemente scosse dalla guerra, non riuscirono più a ricostituirsi per farsi invece sempre più illusorie. Fallirono quasi tutti i più seri tentativi di giungere a una riduzione degli armamenti e a una stabilizzazione delle finanze internazionali. Lentamente l'umanità iniziò a capire di trovarsi in una delle peggiori crisi morali che il mondo avesse mai conosciuto (Jung, 1936/1998, p. 296).

Nel 1939 aggiunge:

L'uomo in pace con sé stesso, che si accetta, contribuisce in misura infinitesimale al bene dell'universo. Prendetevi cura dei vostri conflitti privati e personali e ridurrete di un milionesimo il conflitto mondiale (McGuire e Hull, 198, p.145).

### 3.3. Le cause della guerra

Come già descritto in 3.1, le riflessioni di Jung sulla guerra e sul sistema internazionale che risalgono principalmente al periodo fra le due guerre, fanno emergere un quadro interessante di Jung.

Inizialmente Jung si esprime attraverso il realismo politico con una relativamente superficiale spiegazione psicologica degli eventi. Solo in seguito, lascia intendere che ci fossero delle ragioni psichiche più profonde, che avrebbe approfondito dopo lo scoppio della Seconda guerra mondiale.

Jung riconosce come pericoli psicologici della guerra i seguenti fattori: l'idealismo, la povertà, il materialismo e la perdita di norme collettive, il fanatismo religioso e l'Ombra come archetipo. (Lewin, 2009, p. 89).

**L'idealismo.** Per Jung l'idealismo, inteso come la devozione estrema alle proprie cause e motivazioni conduce alla guerra. (*Ibidem*, p. 90). Nel 1930, Jung scrive per un'intera pagina le sue opinioni rispetto a come l'idealismo ha causato la Grande Guerra, prolungando i combattimenti. Conclude: "Vedi quando riduci la psicologia della guerra e ti chiedi cosa l'ha prodotta e quale idea psicologica ha indotto le persone a continuare la guerra, scopri che era il loro idealismo, quella straordinaria devozione alla propria causa" (Jung, 1930-1934/1998, p.85).

Jung si riferisce alle guerre moderne come un prodotto dell'idealismo. Nota che la guerra moderna è più sanguinosa a causa della ferocia e dell'inflessibilità delle idee di massa, un'osservazione validata da un certo numero di storici strategici (Bond, 1983).

**Povertà, materialismo e la perdita di norme collettive.** Jung argomenta che la povertà causata dalla sconfitta abbia reso Russia, Germania, Austria e Italia inclini a movimenti di massa ed emozioni di "depressione, paura, disperazione, insicurezza, disordini e risentimenti di ogni tipo" (Lewin, 2009, p.

90). Secondo Jung, il collasso economico della Germania e la rovina delle classi medie istruite hanno portato al panico, provocando un'ondata di "materiale arcaico, archetipi che uniscono le forze con l'individuo oltre che con le persone". Tali sconvolgimenti emotivi hanno creato forza ed energia, ma anche eroso i vecchi valori, portando ad una regressione del livello di civiltà (Jung, 1998/1936, p. 304). La miseria avrebbe potuto provocare uno sforzo positivo per superare gli ostacoli con una maggiore forza di volontà, ma così non è stato:

[Le nazioni] trascorrono la maggior parte del tempo immerse in sogni e illusioni primitive (idealismo), che comunemente vengono infiorate come "-ismi" [...] Ma quando il cibo comincia a scarseggiare ed essere principiano a migrare e a invadere il territorio del vicino, ecco che fanno ricorso alla violenza. Non c'è verso di persuaderle che l'uomo ha elaborato nel corso di migliaia di anni metodi molto migliori e che, in quanto individuo, ha fede nella ragione e nell'intelligenza". (Ibidem, p. 301).

Se le persone sono sfiduciate e falliscono, subentra un ulteriore senso di impotenza e panico e le diventano ancora più dipendenti dal gruppo o da un leader. (*Ibidem*).

Jung sostiene che le nazioni in una condizione di miseria collettiva si comportano come individui nevrotici o addirittura psicotici (3.2). Allo stesso tempo l'inconscio collettivo genera un "surrogato di personalità, una personalità arcaica dotata di forze istintive superiori" (*Ibidem*). Questo ideale inconscio sarà proiettato su un salvatore esterno che può essere un medico, un prete o un demagogo politico. Jung è convinto che guerre e rivoluzioni non sono altro che epidemie psichiche. In qualsiasi momento diversi milioni di esseri umani possono essere colpiti da una nuova follia, e allora avremo un'altra guerra mondiale di rivoluzione devastante (Jung, 1934/1981, p. 302).

Jung pensa che le epidemie psichiche siano la minaccia più distruttiva per l'uomo: Non è armandosi, ciascuna per sé, che le nazioni possono difendersi a lungo termine dalle spaventose catastrofi della guerra moderna, perché lo stesso accumularsi di armi è esso stesso un appello alla guerra. Devono piuttosto riconoscere le condizioni psichiche in cui l'inconscio rompe gli argini della coscienza e la travolge (Jung, 1944/1986, p. 1358).

Jung considera anche come un'altra causa di guerra si possa ritrovare nel legame tra proprietà, materialismo e instabilità. (Lewin, 2009, pp. 91-92).

Anche in questo caso Jung dà un'interpretazione spirituale a quella che a prima vista sembra essere un'argomentazione marxista. Jung reputa che si sia creato un ciclo di instabilità che ha reso più probabile la guerra. A livello internazionale l'insicurezza degli anni tra le due guerre ha accresciuto il bisogno nevrotico dei consumatori di diventare dipendenti dal conforto rassicurante del materialismo. (*Ibidem*). Questa dipendenza dalla soddisfazione materiale ha creato richieste sempre maggiori che, a loro volta, hanno aumentato l'instabilità internazionale con l'aumentare della competizione per le risorse. Se questo ciclo di rinforzo non fosse abbastanza pericoloso. (*Ibidem*).

Jung ritiene che il vuoto definitivo del noioso consumismo avesse trovato una via di fuga nella guerra. Così la guerra esercitava un'attrazione terribile perché era qualcosa di più grande e più terribile delle vite insoddisfacenti di molti (Jung, 1939/1986, p. 627). Questa osservazione spiega in qualche modo la nostalgia che molti provano per l'unità e il senso di scopo provati in tempo di guerra. (Lewin, 2009, pp. 91-92).

### **3.3.1. L'Ombra**

Il tema dell'Ombra è complesso, trasversale e vanta di una vasta letteratura. In questo paragrafo si trattano i punti salienti dell'archetipo nella sua accezione junghiana e post-junghiana, in vista di affrontare il risvolto politico dell'archetipo.

Tutte le opere di Jung sono intrise del tema dell'Ombra. Questa inizialmente coincideva con l'inconscio personale, ma successivamente è stata oggetto di ulteriori evoluzioni e integrazioni fino all'opera finale, andando a incontrare temi più complessi come l'inconscio collettivo, la questione del Male e le sue differenziazioni post-junghiane come quella di Mario Trevi e Augusto Romano (1990). Nella sua accezione junghiana, l'Ombra è la figura archetipica che rappresenta il lato oscuro della psiche dell'uomo. È l'insieme delle caratteristiche di cui l'individuo non "vuole" essere consapevole e che cerca di celare a sé stesso e agli altri.

Nella psiche umana, secondo Jung operano due dimensioni dell'archetipo: l'"Ombra personale" e l'"Ombra collettiva". L'Ombra personale si manifesta come "contro-faccia" della Persona, l'archetipo della personalità, e come funzione inferiore della nostra tipologia psicologica (1.4). Se l'Ombra personale è l'alter-ego della Persona, l'Ombra collettiva è la controfigura Sé, rappresentata dai lati negativi degli archetipi della Grande Madre o del Vecchio Saggio. In entrambe le sue forme, l'Ombra può essere sperimentata come figura interna e quindi vissuta nei sogni come personificazione in un simbolo del tratto psichico del sognatore o può essere esperita come figura esterna, in tal caso viene proiettata per difesa all'esterno. (Quaglia, & Longobardi, 2012, p. 404). La conoscenza dell'Ombra porta a sviluppare una maggiore consapevolezza della propria reale personalità e a fare i conti con tale personale singolarità. Al contrario, se l'Ombra resta inconscia, ha il potere di operare in autonomia con tutta la forza distruttiva di cui dispone, disorganizzando la Persona e sconcertando l'io. In alcuni casi, l'Ombra, proiettata all'esterno, nelle varie circostanze sfavorevoli della vita, assume la configurazione di un destino avverso e persecutorio. (*Ibidem*).

Per Trevi e Romano (1990), quando si parla di Ombra si può fare riferimento a tre aspetti: Ombra come parte della personalità, Ombra come archetipo, Ombra come immagine archetipica. Da ciò segue intuitivamente che l'Ombra può essere menzionata in funzione delle sue caratteristiche peculiari, quando acquisisce le caratteristiche di un complesso personale, quando la si chiama come un archetipo in sé, cioè sconosciuto in natura, e come simbolo manifestato a livello di immaginazione. Si tratta di un artificio intellettuale volto a rendere più facile la comprensione del tema. In realtà la negatività dell'Ombra si presenta nell'esperienza umana sempre in forma unificata, complessa e multiforme: sia che si manifesti a livello individuale e personale come infantilismo psicologico o con tendenze autodistruttive, quando emerge sottoforma di incubi o nelle visioni, in fantasie vili e riprovevoli; sia che assuma caratteristiche spiccatamente generali, come il fato crudele o addirittura la morte. Inoltre, gli specifici spunti epistemologici a cui si fa riferimento quando si tratta di questioni ombra non devono oscurare l'applicazione clinica che emerge da questo concetto. Il motivo dell'ombra appare come il primo e importante passo nel processo analitico junghiano. Riconoscere la propria Ombra e



connettersi consapevolmente con essa è il primo e più importante passo da compiere per evolvere. (Trevi, & Romano, 1990/2009, p. 17).

Nella psicologia analitica, il concetto di Ombra porta con sé alcuni problemi che Trevi (1990) identifica principalmente nei seguenti temi: la proiezione dell'Ombra, la ricognizione dell'Ombra, la scissione dell'Ombra, l'identificazione con l'Ombra, l'integrazione dell'Ombra, il rapporto tra Ombra e Male.

La proiezione dell'Ombra riguarda il meccanismo che si instaura tra chi rimuove ed esteriorizza qualità proprie inferiori inaccettabili, immagini e pensieri rimossi, funzioni poco sviluppate in generale tutti gli aspetti non coscientemente vissuti della psiche, e chi supporta la proiezione, nel quale spesso si può verificare una vera e propria distorsione della personalità. (*Ibidem*, p. 19-20). Il problema della ricognizione dell'ombra è il secondo passaggio del processo di individuazione. L'analisi delle proiezioni e del materiale onirico consentono l'accesso della coscienza ai contenuti oscuri, una "confessione dei peccati" tra paziente e terapeuta che permette di vedere per la prima volta cosa il lato misconosciuto della propria personalità. (*Ibidem*, p. 22). In questa fase è possibile che si verifichi un ostacolo: il rifiuto più o meno totale dell'Ombra. Di fronte all'archetipo, l'lo può arretrare spaventato e non riconoscersi nelle proiezioni esercitate o può non ammettere di sentirsi così vulnerabile di fronte alla propria funzione psicologica inferiore. (*Ibidem*, p. 23). A questo punto, il soggetto amputa da sé la propria Ombra e si condanna a vivere una vita psichica parziale, forzatamente limitata alla parte in luce della personalità. (*Ibidem*, p. 24). L'Ombra è relegata al negativo, al male, proprio come avviene in *Il dottor Jekyll e Mr. Hyde*. Un altro aspetto problematico è l'identificazione con l'Ombra che si verifica come momento della fenomenologia in cui l'lo si identifica con "l'aggressore", teme l'Ombra e si identifica con essa come ricerca di controllo. (*Ibidem*, p. 23).

Un uomo posseduto dalla propria Ombra inciampa costantemente nei suoi errori. Ogniqualevolta è possibile, egli preferirà fare un'impressione sfavorevole agli altri. A lungo andare la buona sorte è sempre contro di lui, poiché vive al di sotto del proprio livello e, nel migliore dei casi, raggiunge solo quello che non gli compete e non gli concerne. Se non c'è alcun ostacolo in cui inciampare, egli se ne costruirà uno apposta e poi crederà fermamente di aver fatto qualcosa di utile (Jung, 1934/1997).

La fase conclusiva che consiste nel raggiungimento della maturità psicologica si ha con l'integrazione dell'ombra: la conquista di una nuova polarità dinamica e creativa tra il conscio e la parte oscura della personalità. (*Ibidem*, p. 25). Nel momento in cui si assume l'Ombra, l'uomo accetta di individuarsi, di incarnarsi, di essere un "singolo".

Il problema dell'Ombra è evidentemente più complesso e si può estendere alla questione del Male. Trattato da Jung nelle sue opere *Aion* (1951) e *Risposta a Giobbe* (1952), il tema del Male si riferisce alla presa di posizione individuale di fronte al problema universale del male e del negativo. (*Ibidem*, p. 25). Sempre in funzione di artificio intellettuale, Trevi divide il problema in due fasi, squisitamente psicologiche, corrispondenti ai due tronconi tradizionali dell'impostazione filosofica del problema del male: il male morale e il male metafisico.

Nel primo caso la difficoltà sta nell'evitare l'identificazione con il male da un lato e la negazione moralistica del peccato dall'altro. In entrambe le situazioni viene persa di vista la via dell'individuazione e non si è capaci di innalzarsi a livello della dialettica di valore disvalore che fornisce l'energia utile per il processo di individuazione, o si consuma ogni energia psichica nel rifiuto moralistico del proprio peccato, senza rendersi conto che proprio in questo si annida il senso dell'individualità profonda. (*Ibidem*, p. 28). Una vita trascorsa nell'identificazione diabolica con il peccato o nella negazione moralistica del peccato originale è una vita. Il processo di individuazione richiede una dialettica degli opposti per una risoluzione del conflitto individuale, unica, ripetibile.

Si può mancare non solo la propria felicità, ma anche la propria colpa decisiva senza la quale un uomo non raggiungerà mai la propria totalità. (Jung, 1944, in Trevi, & Romano, 1990/2009, p. 31).

A questo punto per Jung esistono due colpe: una colpa in autentica e una colpa autentica, individuante. (*Ibidem*, p. 31). L'obiettivo del processo di individuazione è riconoscere prima di tutto la propria colpa soggettiva, come parte di assunzione di responsabilità per essere incarnati come singolo individuo.

Sulla carta, non vi è dubbio, il codice morale ha un aspetto chiaro e pulito; ma lo stesso documento scritto sulle “tavole di carne del cuore” e spesso un misero straccio proprio nell’anima di coloro che più ne hanno piena la bocca. Anche se si annuncia dappertutto il “male è male”, e a questo riguardo non esistono dubbi, tuttavia nel caso individuale proprio il male il problema più grosso, quello che esige è la più profonda considerazione. (*Ibidem*).

La seconda parte del problema del Male riguarda il significato più ampio possibile dell'Ombra, ossia l'Ombra come negatività metafisica in ambito psicologico: l'Ombra come negatività del destino personale o peso negativo ereditario, a cui si può riferire con un'espressione tratta dalla metafisica indiana che è *karma*.

### **3.4. Gli archetipi in azione sulla politica internazionale**

Se nella società umana, e specialmente all'interno dello stato, la vita del singolo è regolarizzata come un canale, la vita delle nazioni è come la corrente di un fiume impetuoso che nessuno domina; o che, comunque, non può mai dominare un uomo, ma Colui che è sempre stato più forte degli uomini. La Società delle Nazioni, che avrebbe dovuto essere investita di autorità sovranazionale, è secondo alcuni un bambino ancora bisognoso di protezione e di aiuto, secondo altri un aborto. Così vita delle nazioni scorre via senza freno, senza guida, inconscia, come un macigno che precipita giù per un pendio, fermandosi soltanto davanti a un ostacolo insuperabile. Perciò gli avvenimenti politici passano da un vicolo cieco a un altro, come torrenti che si insinuano per burroni, meandri e paludi. Dove non è il singolo a muoversi, ma la massa, il controllo umano viene meno, e gli archetipi cominciano a operare; lo stesso accade nella vita dell'individuo quando si trova davanti a situazioni che le categorie a lui note non riescono più a padroneggiare. (Jung, 1936/1998, p. 288).

Jung pensava che gli archetipi avessero un forte impatto in politica e nelle situazioni sociali. Come si è affermato in precedenza nel paragrafo 1.4, gli archetipi per Jung agiscono come dei veri e propri sistemi motivazionali interni, capaci di attivare delle configurazioni (archetipiche) dalle quali diventa difficile emanciparsi, in quanto scolpite nella biologia dell'essere umano. Questa intuizione ha avuto riscontro nelle più recenti evidenze neurofisiologiche, perché in situazioni di pericolo si è visto come si attivano quelle aree cerebrali coinvolte nei sistemi motivazionali arcaici, più antiche evolutivamente che sono le strutture sottocorticali: l'individuo “decorticalizzato”, in preda all'arousal, agirebbe secondo dinamiche non mediate dalla coscienza più primitive ed

emotive. Constatando un'analogia tra macrocosmo e microcosmo, come nei simboli e nell'alchimia, si potrebbe osservare una corrispondenza nel modo in cui si costellano gli archetipi e si attivano specifici circuiti neurali.

Gli archetipi sono le "antiche esperienze del genere umano che gli parlano dal suo sangue". (Jung, 1929/1990, p. 11).

Una situazione di crisi, può dunque attivare un archetipo che impone al soggetto pensieri ed emozioni. Quando un individuo è sotto il dominio di un archetipo viene per Jung "posseduto" da una forza più grande di lui. Queste forze psicologiche sono esplosive e imprevedibili, ne è un esempio la costellazione dell'archetipo Wotan nella Germania prenazista. (Lewin, 2009, p. 196). Per Jung il dogma tradizionale ha fatto da contenimento all'inconscio collettivo; perciò, il cristianesimo e gli "-ismi" hanno acquisito così tanto potere negli anni, procurando dei contenitori psichici (simboli della cristianità) e delle utopie collettive agli individui, garantendo regole di "buona" condotta, protezione e sicurezza. Perciò il crollo dei simboli e la perdita di valori del '900 hanno mostrato tutta la debolezza dell'uomo svuotato di senso di fronte alla potenza dell'inconscio collettivo. (*Ibidem*, p. 197).

L'attivazione di un archetipo può non essere riconosciuta. L'archetipo si desta lentamente prima di trovare espressione nella cultura e nella politica.

Jung suggerisce che uno dei primi sintomi dell'emersione di un archetipo nell'arena politica, è la diffusione di un disturbo psicologico. Una crisi politica inizia come una banale incomprendimento, accompagnata dalla tendenza a sovrastimare o sottostimare dei dettagli, così si formano le prime formazioni mitiche: pettegolezzi, sospetti, pregiudizi, stereotipi. (*Ibidem*, p. 198).

L'infezione psichica dilaga grazie al meccanismo della proiezione, che trova velocemente terreno laddove c'è anche solo un briciolo di verità in quel sospetto o pregiudizio; viene poi fomentata dall'aggancio dell'archetipo che si sovrappone all'evento di poco conto, rendendolo esemplare e rappresentativo. (*Ibidem*). L'effetto numinoso e regressivo degli archetipi è responsabile del fenomeno del carisma in politica: un potere avvincente affascina e inconsciamente influenza le idee di una persona a prescindere dai suoi desideri coscienti. (*Ibidem*). Quando un individuo carismatico parla attivando gli archetipi, trova consenso perché il suo discorso appare perfettamente sensato,

comprenderlo diventa facile e immediato. Oratore e ascoltatori sono entrambi convinti dell'onestà del discorso. Per la loro forza e antichità (nascono nell'epoca in cui l'uomo a malapena si differenziava dall'animale), le attivazioni degli archetipi possono condurre velocemente ad una situazione pericolosa e di megalomania, manifestandosi come mancanza di umanità, riflessione e compassione. (*Ibidem*, p. 199).

La loro qualità decisamente inumana conferisce a tutti coloro che ne sono posseduti, dei tratti di personalità e delle qualità inumane. La combinazione di distruzione, possessione, inflazione e inumanità produce una personalità di leader, magica e carismatica. Jung chiamò queste "personalità *mana*" per il potere sacro che sembra emanare da queste figure, così carismatiche che possono costruire attorno a loro un culto della personalità che dà forma ad un mito antropomorfo che le fa scambiare per delle divinità, portando gli altri ad obbedienza. (*Ibidem*).

Alcuni archetipi sembrano essere più significativi di altri in politica. In seguito, verranno trattati gli archetipi principali riconosciuti da Jung nell'ambito del processo d'individuazione e verrà spiegato il loro ruolo nell'arena politica.

I primi ad essere trattati sono gli "archetipi immanenti" con cui subito il bambino entra in contatto e derivano dalle esperienze infantili della relazione materna (Lewin, 2009, p. 200), gli altri sono "archetipi organizzatori" che si incontrano quando la struttura dell'io nel corso del suo sviluppo diventa più evoluta ed integrata. Sono archetipi immanenti: il Paradiso, il desiderio di morte, la guerra come istinto di caccia e l'archetipo dell'Altro; sono archetipi organizzatori l'Anima, il Sé, l'utopia dell'Ordine, l'Altro, Eroe, Ombra e Messiah.

**Il Paradiso.** L'infanzia precoce è il momento in cui si attiva l'archetipo del Paradiso. In questa fase, la madre è per il bambino tutta la sua realtà, perciò le esperienze di fiducia e sicurezza nella relazione con la madre sono fondamentali per determinare lo sviluppo del bambino successivo (teoria dell'attaccamento di Bowlby). Nell'immaginario politico questo sentimento primordiale è comune a tutte le culture e può essere sollevato dal motivo politico della "patria" e dal senso di appartenenza ad una terra o ad un'origine. Questo archetipo può essere proiettato nel passato riferendosi a "the golden

age” (età dell’oro) e adottando una politica della “nostalgia” o nel futuro come un’utopia da perseguire e raggiungere. (*Ibidem*, pp. 200-201).

**Il desiderio di morte** (3.1, p. 61). C'è una visione più oscura del futuro che rappresenta l'immagine negativa, l'Ombra del Paradiso, che sembra nascere da un profondo senso di alienazione. Questo archetipo immanente è molto diverso dalle altre pressioni della vita e può portare al desiderio che tutto scompaia nel nulla. È un sentimento che nasce dalle difficoltà della vita. Il desiderio di conforto garantito dalla negazione totale è stato riconosciuto da Freud come il principio del “Nirvana” e si collega alla pulsione di morte teorizzata da Melanie Klein. Politicamente, uno degli esempi più radicali del desiderio di porre letteralmente fine alle cose è stata la politica di Hitler. (*Ibidem*, p. 202).

**La guerra come istinto di caccia e l'Altro** (1.4, p. 23). L'istinto di caccia è collegato alla sopravvivenza e alle risposte del cervello arcaico che sono spiegate nel paragrafo indicato. L'archetipo dell'Altro si sviluppa a partire dal principio aut-aut della sopravvivenza, legato all'antico concetto *mors tua vita mea*. (*Ibidem*, p. 202).

**Sé** (2.5).

**L'Anima.** La parola tedesca *Seele* (anima) è imparentata con la parola greca *aiólos* che significa “mosso”, “cangiante”, qualcosa di simile ad una farfalla che in greco è *psyché*: Nello gnosticismo l'uomo psichico è inferiore all'uomo spirituale perché l'anima non ha connotazione morale, e l'uomo che segue l'anima non necessariamente è buono. *Psyché* svola di fiore in fiore solo per essere in vita, l'anima è ciò che caratterizza un essere vivente. L'Anima è generatrice di conflitto, vuole il bene e il male.

La vita senza senso né regola, che non soddisfa pienamente sé stessa, è oggetto di spavento e di repulsione per l'uomo ben integrato nella sua civiltà; non si può dargli torto, perché la vita è anche la madre di ogni assurdità e tragicità. L'uomo, nato per vivere sulla terra, lotta fin dall'inizio, con suo sano istinto animale, contro la sua anima e i demoni che vi albergano (Jung, 1977, p. 50-51).

L'Anima si proietta nell'altro sesso creando non pochi problemi di sapore magico. Questo archetipo può unirsi all'archetipo del Paradiso, generando nostalgie o utopie di altri tempi, trasportando l'individuo nel perseguimento di una dimensione romantica e ispiratrice.

**L'utopia dell'Ordine.** L'archetipo dell'Ordine emerge, sempre per il principio di enantiodromia, in tempi di caos. Ad esempio, al fondamento della nascita delle religioni sta il disorientamento collettivo e il potente desiderio collettivo di redenzione che ne è conseguito. Questo archetipo si può combinare con l'archetipo immanente del Paradiso, come esperienza evolutiva precoce di ordine e pace.

**L'Altro.** L'archetipo è costituito sia da archetipi innati, sia sociologici. Presenta diversi aspetti della psiche umana ed è molto rilevante nella mente di ognuno

**L'Eroe, l'Ombra (3.3.1) e il Messiah.** Entrambi sono coinvolti nel compito dello sviluppo dell'Io. L'Eroe ha il compito di differenziarsi a partire dall'emancipazione del complesso edipico, l'Ombra è tutto ciò che fa da ostacolo, il prodotto di tutte le repressioni e soppressioni necessarie a raggiungere lo scopo individuale. L'Eroe è condizionato dalla Persona e dagli altri ruoli che l'individuo vede recitare nella vita. Entrambi gli archetipi possono essere proiettati in un leader politico. L'Eroe e l'Ombra possono essere proiettati nella stessa persona, spesso rinforzate dall'archetipo dell'Altro che distingue il "buono" dall'altro "cattivo", ma anche dall'archetipo del Sé e del Padre quando si tratta di un leader religioso (Messiah). Spesso il criminale è un eroe mancato. Nel Libro Rosso, Jung parla dello spirito del tempo e dello spirito del profondo. Per poter entrare in contatto con il Sé, per Jung era necessario un confronto doloroso e la simbolica uccisione dell'Eroe che è dentro di noi. Invece di continuare ad esaltare la superiorità dell'intelletto, per Jung era necessario ricercare la propria genuinità "uccidendo" metaforicamente la parte che appariva adatta e funzionante. Talvolta la spinta alla distruzione di una parte di sé viene agita all'esterno, uccidendo un Altro da sé, un nemico individuato in un sovrano o in un popolo. Chi muove guerra verso l'altro inconsciamente crea le

condizioni per la propria caduta e perdita di potere. La guerra è dunque una fuga dal confronto con lo spirito del profondo.

I crimini della guerra sono possibili soltanto perché noi tutti siamo incessantemente assassini di noi stessi e degli altri. È certo qualcosa di ineluttabile, ma così la colpa diviene una spaventosa colpa collettiva.»

(Lou Andreas Salomé a Rilke – Gottingen, 12 Settembre 1914)

### 3.5. Il caso di Wotan

Ma che in un paese veramente civile che si pensava avesse già da un pezzo superato il Medioevo, un antico dio della tempesta e dell'ebbrezza, cioè quel Wotan che da tanto tempo era andato storicamente a riposo, potesse ridestarsi a una nuova attività come un vulcano spento, questo è più che strano: è addirittura eccezionale (Jung, 1936/1998, p. 281).

In questo ultimo paragrafo, viene esaminato ciò che Jung scrive sul Terzo Reich, mentre la crisi europea si acuiva alle porte della Seconda Guerra Mondiale.

Il caso di Wotan è la riflessione di Jung sugli aspetti psicologici del Terzo Reich e l'esempio più significativo dell'applicazione delle sue teorie collettive alla comprensione della politica internazionale. Il testo di riferimento è il saggio su Wotan pubblicato su un giornale lo stesso mese in cui Hitler invase la Renania. Si può affermare che lo scritto avesse due funzioni ugualmente importanti: una era quella di spiegare ed avvalorare le sue teorie dell'inconscio collettivo e degli archetipi, l'altra era quella di fungere da monito politico (Lewin, 2009, p. 211). Wotan e la breve intervista a Knickerbocker di *Cosmopolitan* sarebbero stati i veicoli per Jung per dispiegare le sue idee nell'arena politica. Nel periodo tra le due guerre, Jung divenne sempre più allarmato da una serie di sviluppi politici: avvertì che le persone sembravano essere possedute e in pericolo in quanto sopraffatte da ideologie guidate da temi archetipici (*ibidem*). Nel 1927, Jung affermò: "I nostri temibili dei hanno solo cambiato nome: ora scrivono con gli -ismi" (Jung, 1917/1990, p. 326).

Come già spiegato in precedenza (3.2), Jung diffidava dal potere emotivo e collettivo della psicologia religiosa che pensava guidasse i movimenti di massa. In egual modo, gli "-ismi" dell'epoca erano pericolosi perché affondavano le loro



radici in pericolose identificazioni del soggettivo con la coscienza collettiva, identificazione che portava alla creazione di una psiche di massa di irresistibile smisuratezza fino alla catastrofe (*ibidem*). Jung avvertì che il modo per prevenire tale identificazione era riconoscere l'importanza degli archetipi e l'impatto dell'Ombra e quindi non perché inconsapevolmente (Lewin, 2009, p. 212). Suggerì, inoltre, che tempi di grande ansia avrebbero fatto emergere materiale arcaico, archetipi che uniscono le forze con l'individuo così come con le persone: uno sfogo che rappresentava sempre una regressione nella storia ed un abbassamento del livello di civiltà. Il possesso archetipico per Jung aveva un valore di sopravvivenza in quanto creava forza, convinzione e coraggio, ma questi vantaggi emotivi venivano sempre acquistati a costo di spazzare via le vecchie norme e quindi minare la stabilità sociale (*ibidem*, p. 213).

Wotan è l'archetipo in questione. Wotan è un nome per definire Odino, la divinità principale della cultura germanica. Si può parlare di archetipo in quanto fattore psichico autonomo, in grado di produrre effetti collettivi a sua immagine e somiglianza. Nel saggio del 1936 di Carl Gustav Jung intitolato proprio Wotan, nel quale elabora il concetto di "spirito del popolo" e la sua teoria dell'inconscio collettivo, Jung osserva come le divinità germaniche incarnino appieno la manifestazione dello spirito stesso del popolo germanico, così come riconosce l'archetipo di Wotan personificato nella figura di Adolf Hitler.

La razza germanica (vulgo « ariana »), l'essenza nazionale germanica, il sangue e il suolo, i canti di *wagalaweia*, le cavalcate delle valchirie, Gesù trasformato in biondo eroe dagli occhi celesti, la madre greca di san Paolo, il diavolo come un Alberico (11) internazionale in edizione giudea e massonica, la nordica luce polare segno di civiltà, l'Inferiorità delle razze mediterranee, ecco lo scenario indispensabile su cui, in fondo, tutto ha lo stesso significato: la possibilità dei tedeschi di essere « afferrati », posseduti da un dio: sicché la loro casa « è riempita da un vento selvaggio ». Poco dopo l'avvento di Hitler al potere, se non erro, il celebre «Punch» pubblicò una vignetta raffigurante un irato Berserker che si libera dalle catene. In Germania è scoppiato l'uragano, mentre noi crediamo ancora che faccia bel tempo (Jung, 1985/2007, p. 286).

Secondo Jung, Wotan rappresenta una caratteristica basilare della psiche tedesca rimasta velata e dormiente per anni ed in seguito risvegliatasi con l'avvento del movimento giovanile tedesco *Jugendbewegung*.

Erano quei giovanotti biondi (talvolta anche ragazze) che, armati di zaino e di chitarra, si vedevano aggirarsi instancabili su tutte le strade d'Europa, dal Capo Nord alla Sicilia, i fedeli seguaci del dio errabondo. Più tardi, verso la fine della Repubblica di Weimar, si diedero al vagabondaggio le migliaia e migliaia di disoccupati che s'incontravano dovunque erranti senza meta. Nel 1933 non si girovagava più, si marciava a centinaia di migliaia, dai bambinelli di cinque anni ai veterani. Il movimento hitleriano mise letteralmente in piedi l'intera Germania, dando vita allo spettacolo di una nazione che migrava segnando il passo. Wotan, il viandante, si era destato (Jung, 1985/2007, p. 280).

Per quanto riguarda la Germania, la prospettiva archetipica junghiana era legata alla sua consapevolezza degli effetti devastanti sulla Germania della sconfitta e della depressione. Nel 1939 Jung accennò di sfuggita al sentimento di inferiorità tedesco nei confronti delle altre potenze europee e a come questo suscitasse la gelosia per il loro "Posto al sole". Secondo Jung, poiché la Germania era molto in ritardo nell'acquisire un impero d'oltremare, le mancava l'esperienza delle responsabilità imperiali, che vedeva come un effetto così maturo sulla cultura inglese (McGuire & Hull, 1980, p. 129).

Nonostante questo pessimismo, Jung, all'inizio degli anni '30, nutrì per breve tempo la speranza che gli eventi stessero prendendo una piega positiva e per un periodo relativamente breve questo fu un aspetto significativo della sua teoria che ci si poteva aspettare poiché questa prospettiva di bene emergente dall'ignoto era un parallelo diretto con l'ottimismo clinico. Questo atteggiamento entrò in gioco nel pensiero di Jung sul Terzo Reich con la sua idea teorica che gli archetipi potessero rinvigorire la società europea o almeno tedesca, reincorporando gli elementi psicologici virili dell'antichità pagana che erano stati repressi durante il millennio cristiano. Questa convinzione verrà chiamata "l'archetipo della speranza".

Nel 1918, nel ruolo dell'inconscio, Jung sostenne che nella Germania dell'età del ferro, il cristianesimo era stato forzato artificialmente in una base culturale pagana immatura. politico (Lewin, 2009, p. 214). Assumendo una tale prospettiva, continuava la preoccupazione di Nietzsche per gli effetti debilitanti della moralità artificiale sull'inconscia "bestia bionda" nella psiche europea. Al centro della preoccupazione di Jung c'era l'idea che questa "metà inferiore e più oscura" attendesse ancora la Redenzione e un secondo periodo di addomesticamento. Fino a quando ciò non fosse accaduto, sarebbe rimasta associata alle vestigia dell'era preistorica, all'inconscio collettivo. Ha predetto

che: “Man mano che la visione cristiana del mondo perde autorità, tanto più minacciosa sarà la "bestia bionda" che si aggira nella sua prigione sotterranea, pronta in qualsiasi momento a scoppiare con conseguenze devastanti (Jung, 1918/1991, p. 17). Questa preoccupazione per la vitalità spirituale e la praticabilità del cristianesimo era un tema di lunga data nel suo pensiero ed era una delle radici della sua rottura con Freud che, sentiva, stava ignorando la necessità terapeutica di riconoscere la base mitica primitiva della psiche e il potenziale che questo aveva per il rinnovamento spirituale. Jung ha sostenuto che maggiore è la distanza tra le vette culturali della coscienza e le profondità sconosciute dell'emozione inconscia primitiva, maggiore è la tensione. Questo conflitto conteneva la possibilità di produrre più energia e più potenzialità di cambiamento ma anche il pericolo di una violenta regressione.

## **CONCLUSIONI**

Da questa opera di revisione della letteratura junghiana, si può dedurre che per Jung il conflitto così come la guerra risiedono nella natura stessa della psiche: Nonostante siano in parte naturali, se esiste una possibilità di trascenderli, forse l'unica veramente valida e a nostra disposizione, è quella di farcene carico come singoli individui.

Dopo aver analizzato i principali fondamenti teorici del pensiero junghiano che sono la teoria dell'inconscio collettivo e degli archetipi, alla luce del realismo politico espresso dalla prospettiva junghiana pre-1945 per quanto riguarda i fenomeni collettivi, emerge la tendenza di Jung a prediligere la dimensione individuale e psicologica come spiegazione e risoluzione della guerra: non per mancanza di cultura o di interesse politico, ma come scelta professionale e prima di tutto personale. Oltre allo scetticismo nutrito per la psicologia della massa e delle nazioni, Jung non se la sente di formulare delle teorie al di fuori del suo campo di ricerca e nemmeno di discutere sui motivi psicologici della guerra, troppo complessi e al di fuori della sua portata. Per “complessità” della guerra, sembra che Jung si riferisca, da realista ed empirico, al fatto che è difficile comprendere le motivazioni della guerra nei termini di un

susseguirsi di azioni e fatti mossi da attori politici in specifici contesti storici. Allo stesso tempo, non sembra esserci “complessità” in una guerra è che sempre scatenata da dominanti archetipiche e istinti che sono impressi nel sangue e nella biologia di ogni essere umano, come tali arcaici, primitivi e potenti. A differenza dei fenomeni collettivi, per i quali si limita ad esprimere opinioni in merito ai loro effetti, Jung non si risparmia nella spiegazione delle cause psicologiche del conflitto e della guerra come riflesso della psiche. L’analisi del conflitto e delle sue componenti (naturale, nevrotica e collettiva) spiega come Jung avesse colto il principio regolatore della psiche a livello individuale e collettivo: il *mysterium coniunctionis*. Principio noto all’alchimia ed elaborato da Jung a partire da concetti di filosofie occidentali e orientali (*enantiodromia*, funzione trascendente, Sé *mandala*, Tao), per Jung il *mysterium coniunctionis* è l’intuizione che attraverso il paradosso porta alla comprensione della complessità della vita.

Perciò oltre alla psicoanalisi, è necessario il processo di individuazione, inteso come un insieme di passaggi interiori compiuti dall’individuo volti ad allontanarlo dalla coscienza unilaterale dell’Io, per avvicinarlo al Sé.

Per Jung i problemi non si risolvono, si superano. Ne è un esempio anche la guerra. Gli effetti della guerra sono evidenti, ma le analisi politiche, storiche ed economiche non sono state sufficienti a dissuadere gli uomini dal “fare guerra” e dal prevenirlo dall’esplosione di una cruenta Guerra mondiale. Perciò Jung ritiene più utile, come medico, empirico, pragmatico e realista politico, ricercare la causa della guerra nella psiche e nell’incapacità della mente umana di comprendere la vita e sé stessa. L’incapacità di comprendere l’unione degli opposti vivendo nell’unilateralità della coscienza, la cecità nel riconoscere gli archetipi in azione e le gabbie dei propri complessi, causano l’ignoranza che sta alla base di una psiche che soccombe completamente alle influenze esterne, indipendentemente dalla loro grandezza o origine, sia dalla parte di chi esercita il potere (*decision-makers*) sia dalla parte di chi lo subisce (massa).

Per Jung è necessario comprendere le cause e trascendere la logica dello schieramento. Ciò dovrebbe metterci in guardia dall’infantilismo psicologico di chi addita i leader politici come unici colpevoli o responsabili della guerra, spinti dall’istinto di proiettare in loro la nostra Ombra e di additarli come Male supremo. Questa tendenza unilaterale a proiettare il male altrove, si rivela

sempre riduttiva, non adeguata a comprendere la complessità della vita e controproducente per il progresso individuale e collettivo.

Ogni guerra è il simbolo di un fallito tentativo di ascoltare le parti, le complessità in essere del mondo che sempre si intersecano e sempre interconnettono tutti, è l'incapacità di ascoltare l'Altro. E purtroppo la nostra civiltà Occidentale, come dimostra la storia, è maestra e collezionista di questi fallimenti. Jung ci spiega che la scissione del bene e del male, la proiezione unilaterale del Male sull'Altro e l'infantilismo psicologico che porta al “tu sei tutto cattivo” o “tu sei tutto buono”, sarebbero stati gli ingredienti principali, insieme alla stupidità, per la nostra ineluttabile e sempre più vicina catastrofe.

Commentatori televisivi e titoli clamorosi sui giornali come “Ci armiamo, era ora” (Libero, 1 marzo 2022) giustificati dalla retorica della “difesa”, distolgono dalla consapevolezza che si sta parlando di guerra e non di un virtuale gioco di ruolo. Ancora oggi celebriamo la Giornata della Memoria, ma nonostante due guerre mondiali, siamo ancora orgogliosi di proteggerci con le armi, dimenticando le cause inevitabili che la guerra ha creato nella storia.

In un mondo malato e conflittuale, la capacità di schierarsi e lottare per una causa non solo è giustificata, ma onorevole e meritata. Ma non è questo il punto della situazione per Jung. Il conflitto non nasce dalle idee e dal diritto di pubblicarle o proteggerle, ma dalla strumentalizzazione della logica arcaica del “difendersi dall'Altro nemico” e dalla convinzione che sia giusto imporle incontrovertibilmente, anche con la violenza muovendo guerra.

## **PAROLE CHIAVE**

Carl Gustav Jung, Conflitto (Conflict), Guerra (War)

## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- AIPA, Milano [Intervento di P. Barone] (2019, 16 novembre). Jung e l'Oriente. <https://www.aipamilano.it/2019/11/16/jung-e-loriente>
- Alschuler, L. (1997). *Jung and Politics* in Young-Eisendrath, P. & Dawson, T. (ed.) (1997), *The Cambridge Companion to Jung*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Amason, Allen C., & Sapienza, Harry J. (1997). The effects of top management team size and interaction norms on cognitive and affective conflict. *Journal of Management*, Vol. 23, 495-516. <https://doi.org/10.1177/01492063970230040>
- Anderson, J. R. (1993). Problem solving and learning. *American Psychologist*, 48(1), 35-44. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.48.1.35>
- Barone, P. (2004). *Lo junghismo: sfiguramento e resti della vita psichica*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- B. K. S. Iyengar (2010). *Commento agli Yoga Sūtra di Patañjali*, a cura di Gabriella Giubilaro, Giovanni Corbo, Agrippina Pakharukova, Roma: Edizioni Mediterranee.
- Blake, R. R., & Mouton, J. S. (1964). *The managerial grid*. Houston: Gulf Publ.
- Borah, L. A., Jr. (1963). The effects of threat in bargaining: Critical and experimental analysis. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 66(1), 37-44. <https://doi.org/10.1037/h0043937>
- Bösch, R. (2017-11-20). Conflict Escalation. *Oxford Research Encyclopedia of International Studies*. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190846626.013.82>
- Brehm, S. S., & Brehm, J. W. (1981). *Psychological reactance: A theory of freedom and control*. New York: Academic Press.
- Broyles, W. J. (1984, November). *Why Men Love War*. Esquire.
- Cambridge Dictionary. (2020). Cambridge: Cambridge University Press.
- Canetti, E. (1960). *Massa e potere*. Milano: Adelphi, 2017.
- Codice penale. *Libro I/ Il reato. Il reato consumato e tentato*. Artt. 39-58bis. Giuffrè, 2010.

- Corrigan, F., Fisher, J., & Nutt, D. (2011). Autonomic dysregulation and the Window of Tolerance Model of the effects of complex emotional trauma. *Journal of psychopharmacology* (Oxford, England), 25, 17-25.
- D'Acunto, G. (2020). Identità personale come individuazione: malattie e cure dell'anima secondo Jung.  
<http://romatrepress.uniroma3.it/wp-content/uploads/2020/01/Identit%C3%A0-personale-come-individuazione.-Malattie-e-cura-dell%E2%80%99anima-secondo-Jung.pdf>
- De Dreu, CKW, Beersma, B., Steinel, W., & Van Kleef, GA (2007). La psicologia della negoziazione: principi e processi di base. In AW Kruglanski & ET Higgins (a cura di), *Social Psychology: Handbook of Basic Principles* (2a ed. pp. 608-629). New York: Guildford.
- Duffy, E. (1957). The psychological significance of the concept of "arousal" or activation. *Psychological Review*, 64(5), September 1975, 265-275.
- Dudley D. C (1992). *Conflict in Intimate Relationships*. New York: The Guilford Press.
- Eidelson, R. J., & Eidelson, J. I. (2003). Dangerous ideas: Five beliefs that propel groups toward conflict. *American Psychologist*, 58(3), 182-192.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.3.182>
- Encyclopedia of Evaluation (2005). *Conflitto di interessi*. California: Thousand Oaks Sage Publications.
- Etkin, A., Büchel, C., & Gross, J. J. (2015). The neural bases of emotion regulation. *Nature Reviews Neuroscience* 16, 693-700.
- Fichant, M, & Pêcheux, M. (1969). Sur *l'histoire des sciences*. In: *Revue Philosophique de Louvain*. Paris: Maspero.
- Fischer, Michael D. (2012). Organizational turbulence, trouble, and trauma: Theorizing the collapse of a mental health setting. *Organization Studies*, Vol. 33, 9, 1153-1173.
- Freud, S. (1915). *Considerazioni attuali sulla guerra e la morte*. Italia: Edizioni Studio Tesi, 2014.
- Freud, S: (1921). *Psicologia delle masse e analisi dell'io*. Torino: Boringhieri, 1978.
- Freud, S. (1925). *Psicoanalisi*. In *Inibizione, sintomo e angoscia e altri scritti*, tr. it. in *Opere* (Vol. 10). Torino: Boringhieri, 1978.

- Freud, S. (1930). *Il disagio della civiltà*, tr. it. in *Opere* (Vol 10). Torino: Boringhieri, 1978.
- Freud, S. (1932). *Introduzione alla psicoanalisi*, tr. it. in *Opere* (Vol. 11). Torino: Boringhieri, 1979, p. 190.
- Freud, S. (1940). An outline of psycho-analysis. *The International Journal of Psychoanalysis*, 21, 27–84.
- Freud, S. (2014). *Considerazioni attuali sulla guerra e la morte*. Italia: Edizioni Studio Tesi.
- Gallino, L. (2007). *Tecnologia e democrazia*. Torino: Einaudi.
- Gallo, P. S., Jr. (1966). Effects of increased incentives upon the use of threat in bargaining. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4(1), 14-20. <https://doi.org/10.1037/h0023510>
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 224-237.
- Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: timing is everything. *Curr. Dir. Psychol. Sci.* 10, 214-219.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291.
- Gross, J. J. (2014). *Handbook of Emotion Regulation 2nd ed.* New York: The Guilford Press.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, & V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1152-1168.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes, and outcomes. *Behaviour Research & Therapy*, 44(1), 1-25.
- Jacobi, J. (1940). *La psicologia di C. G. Jung*, tr. it. Torino: Boringhieri, 2014.
- Jacobi, J. (1957). *Complesso, archetipo, simbolo nella psicologia di C. G. Jung*, tr. it. Boringhieri, 2017.



- Jarvisalo, J.; & Saris, N. E. (1975). Action of propranolol on mitochondrial functions - effects on non-energized ion fluxes. *Biochemical Pharmacology*, 24, 13–14, 15 July 1975, 1309-1312. [https://doi.org/10.1016/0006-2952\(75\)90343-3](https://doi.org/10.1016/0006-2952(75)90343-3)
- Jehn, K. A.; & Mannix, E. A. (2001-04-01). La natura dinamica del conflitto: uno studio longitudinale del conflitto infragruppo e delle prestazioni del gruppo. *Rivista dell'Accademia di Management*.
- Jehn, K. A., & Mannix, E. (2001). The Dynamic Nature of Conflict: A Longitudinal Study of Intragroup Conflict and Group Performance. *Academy of Management Journal*, 44. 10.2307/3069453.
- Jowett, S., & Poczwadowski, A. (2007). Understanding the Coach-Athlete Relationship. In S. Jowette & D. Lavallee (Eds.), *Social Psychology in Sport*, 3-14. Human Kinetics.
- Jung, C.G. (1912a). *Trasformazione e simboli della libido*. Torino: Boringhieri, 1952.
- Jung, C. G. (1912b). *Simboli della trasformazione*, tr. it. Torino: Boringhieri, 2012.
- Jung, C. G. (1912c). *Simboli della trasformazione*, tr. it. in *Opere* (Vol. 5). Torino: Boringhieri, 1970.
- Jung, C. G. (1916-43). *The relationship between the Ego and the Unconscious*, in C.W. (Vol. 7). London:Routledge, 1990.
- Jung, C. G. (1917-43). *Psicologia dell'inconscio*, tr. it. in *Opere* (Vol. 7). Torino: Boringhieri, 1983.
- Jung, C. G. (1921a). *Tipi psicologici*, tr. it. in *Opere* (Vol. 6). Torino: Boringhieri, 1969.
- Jung, C. G. (1921b). *Tipi psicologici*, tr. it. Torino: Boringhieri, 1977.
- Jung, C. G. (1928). *L'io e l'inconscio*, tr. it. in *Opere* (Vol. 7). Torino: Boringhieri, 1983.
- Jung, C. G. (1929). *Paracelso*. Londra: Routledge & Kegan Paul, 1990.
- Jung, C. G. (1930-1934). *Visions: Notes of the Seminar Given in 1930-1934* (Vol. 1-2). Londra: Routledge, 1998.
- Jung, C. G. (1934). *Gli archetipi dell'inconscio collettivo*. Torino: Boringhieri, 1997.
- Jung, C. G. (1934-1939). *Nietzsche's Zarathustra Notes of the Seminar in two parts* (Ed.) J. Jarrett. London: Routledge & Kegan Paul, 1989.
- Jung, C. G. (1937). *Determinanti psicologiche del comportamento umano*, tr. it., in *Opere* (Vol. 8). Torino: Boringhieri, 1976, p. 143.

- Jung, C. G. (1938). *Gli aspetti psicologici dell'archetipo della Madre*, tr. it in *Opere* (Vol. 9/1). Torino: Boringhieri, 1980.
- Jung, C. G. (1944). *Psicologia e alchimia*, tr. it in *Opere* (Vol. 12). Torino: Boringhieri, 1995.
- Jung, C. G. (1947). *Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche*, tr. it. in *Opere* (Vol. 8). Torino: Boringhieri, 1976, p. 240.
- Jung, C. G. (1957, agosto). Intervista di Richard I. Evans in *Jung parla. Interviste e incontri*. Milano: Adelphi Edizioni, 1995.
- Jung, C. G. (1957). *La funzione trascendente*, tr. it. in *Jung, scritti scelti*. Milano: Red, 2007.
- Jung, C. G. (1961). *Ricordi, sogni, riflessioni*, tr. it. a cura di A. Jaffé. Milano: Rizzoli, 1992.
- Jung, C. G. (1964). *L'uomo e i suoi simboli*, tr. it. a cura di Roberto Tettucci. Milano: Raffaello Cortina Editore, 1983.
- Jung, C. G. (1967). *Il problema fondamentale della psicologia contemporanea*, tr. it. n *Opere* (Vol. 8). Torino: Boringhieri, 1994, pp. 378-379.
- Jung, C. G. (1985). *Civiltà in transizione: il periodo fra le due guerre*, tr. it. in *Opere* (Vol. 10). Torino: Boringhieri, 2007.
- Jung, C. G. (1985). *Civiltà in transizione: dopo la catastrofe*, tr. it. in *Opere* (Vol. 10). Torino: Boringhieri, 2007.
- Jung, C. G., & Wilhelm, R. (1971). *Il segreto del fiore d'oro*. Torino: Boringhieri, 2007.
- Jung, C. G., & Hull, R. F. C. (1973). *C.G. Jung Letters* (Vol. 1, p. 375). In G. Adler, A. Jaffé (Eds.; Vol. 672). Princeton University Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctv1nxcw4h>
- Jung, C. G. (1977). *Dizionario di psicologia analitica*. Torino: Boringhieri.
- Kilmann, R. H., & Thomas, K. W. (1975). Interpersonal conflict-handling behavior as reflections of Jungian personality dimensions. *Psychological reports*, 37(3), 971-980.
- Kirsch, J. (1982). *Carl Gustav Jung and the Jews: The Real Story*, in Maidenbaum, A. and Martin, S. (ed.), (1991), *Lingering Shadows*, Londra: Shambala Publications.

- Koole, S. L., & Rothermund, K. (2011). "I feel better, but I don't know why": the psychology of implicit emotion regulation. *Cognition and Emotion*, 25(3), Apr 2011, 389-399.
- Liotti, G. (1994). *La Dimensione Interpersonale della Coscienza*. Roma: NIS.
- Lewin, N. (2009). *Jung on War, Politics and Nazi Germany*. London: Routledge.
- Lee, Y.-T., McCauley, C., Moghaddam, F., & Worchel, S. (Eds.). (2004). *The psychology of ethnic and cultural conflict*. Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.
- Liotti, G. (1995). La teoria della motivazione di Lichtnberg: un confronto con la prospettiva etologico- evolucionista. *Psicoterapia*, 2, 104-112.
- Marozza, M. I. (2012). *Jung dopo Jung*, p. 144. Bergamo: Moretti e Vitali.
- MacLean, P. (1984). Brain evolution: the origins of social and cognitive behaviors. *J Child Contem Soc*, 16, 9-21.
- MacDonald, K. (2009). Evolution, Psychology, and a Conflict Theory of Culture. *Evolutionary Psychology*, 7(2), 208-233. [doi/pdf/10.1177/147470490900700206](https://doi.org/10.1177/147470490900700206)
- Mannix, E. A. (1993). Organizzazioni come dilemmi delle risorse: gli effetti dell'equilibrio di potere sulla formazione di coalizioni in piccoli gruppi. *Comportamento organizzativo e processi decisionali umani*, 55, 1-22.
- Mannix, E. A., & Neale, M. A. (1993). Power imbalance and the pattern of exchange in dyadic negotiation. *Group Decision and Negotiation*, 2(2), 119-133. <https://doi.org/10.1007/BF01884767>
- McLynn, J. (1996). *Carl Gustav Jung*. London: Transworld Publishers Ltd.
- Nicholson, M. (1992). *Rationality and the Analysis of International Conflict*. Cambridge: University Press.
- Petri, F. (2015). Gandhi e Jung, Libro Rosso e non–violenza: alcune considerazioni per l'oggi. *Quaderni di cultura junghiana*, 4(4). <https://quadernidiculturajunghiana.it/gandhi-e-jung-libro-rosso-e-non-violenza-alcune-considerazioni-per-loggi/>
- Popper, K. (1969). *Scienza e filosofia. Problemi e scopi della scienza*, p. 146, Torino: Einaudi.
- Porges, S. W. (2001). The polyvagal theory: Phylogenetic substrates of a social nervous system. *International Journal of Psychophysiology*. Special Issue: A

- "snapshot" of psychophysiology at the end of the twentieth century, 42(2), Oct 2001, 123-146.
- Porges, S. W. (2011). *The Polyvagal Theory: Neurophysiological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, and Self-regulation*. New York: W. W. Norton & Co.
- Quaglia, R., & Longobardi, C. (2012). *Modelli evolutivi in psicologia dinamica*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Raggi, A. (2021, 6 aprile). *Una mappa junghiana della psiche: tra complessi e archetipi*. <http://www.psychiatryonline.it/node/9111>
- Rahim, M. Afzalur. (2011). *Managing Conflict in Organizations* (4<sup>th</sup> ed.). London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203786482>
- Robinson, R. J., Keltner, D., Ward, A., & Ross, L. (1995). Actual versus assumed differences in construal: "Naive realism" in intergroup perception and conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(3), 404-417. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.3.404>
- Romano, A. (2005). *Jung e l'Oriente*: Bergamo: Moretti e Vitali Editori, pp. 62-63.
- Ross, L. & Ward, A. (1996). Naive Realism: Implications for Social Conflict and Misunderstanding. In T. Brown, ES Reed, & E. Turiel (a cura di), *Valori e conoscenza* (pp. 103-135). Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Roth, W. (2006). *Incontrare Jung*. Roma: Ma. Gi.
- Sassoli De Bianchi, M. (2021, luglio 6). Che cos'è l'effetto osservatore? Tratto da Inner Innovation Project: <https://www.innerinnovationproject.com/effetto-osservatore/>
- Sattler, D. N., & Kerr, N. L. (1991). Might versus morality explored: Motivational and cognitive bases for social motives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(5), 756–765. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.5.756>
- Seneca (58). *De vita beata*, in *Dialoghi* (Vol. VII).
- Shamdasani, S. (1998). *Cult Fictions: C. G. Jung and the Founding of Analytical Psychology*. London: Routledge.
- Shelburne, W. (1988). *Mythos and Logos in the Thought of Carl Gustav Jung*. New York: State University of New York Press.

- Sidorenkov, A. V., Borokhovski, E. F., & Kovalenko, V. A. (2018). Group size and composition of work groups as precursors of intragroup conflicts. *Psychology research and behavior management*, 11, 511–523. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S178761>
- Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. New York: Guilford Press.
- Steinel, W., & De Dreu, C. K. W. (2004). Social motives and strategic misrepresentation in social decision making. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 419-434.
- Sullivan, M. B., Erb, M., Schmalzl, L., Moonaz, S., Noggle, T. J., & Porges, S. W. (2018). Yoga therapy and polyvagal theory: The convergence of traditional wisdom and contemporary neuroscience for self-regulation and resilience. *Front Hum Neurosci*, 12, 27 Feb 2018.
- Trevi, M. (1988). *L'altra lettura di Jung*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Trevi, M., & Romano, A. (1990). *Studi sull'Ombra*. Milano: Raffaello Cortina Editore, 2009.
- Trevi, M. (2020). *Leggere Jung*. Roma: Carocci Editore.
- Università degli Studi di Milano-Bicocca [Intervento di G. Vadalà] (2013, 5 novembre). A tavola con Jung. Un incontro con la psicologia analitica 1/3. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=X-GarxzqkmA>
- Van Kleef, G. A., & De Dreu, C. K. W. (2002). Social value orientation and impression formation: A test of two competing hypotheses about information search in negotiation. *International Journal of Conflict Management*, 13(1), 59–77. <https://doi.org/10.1108/eb022867>
- Van Kleef, G. A., De Dreu, C. K. W., & Manstead, A. S. R. (2004). The Interpersonal Effects of Anger and Happiness in Negotiations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(1), 57–76. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.1.57>
- Walton, R. E., & McKersie, R. B. (1965). *A behavioral theory of labor negotiations: an analysis of a social interaction system*, New York: McGraw-Hill.
- Waltz, K. (1965). *Man the State and War*. New York e Londra: Columbia University Press.
- Wilson, D. C. (1992). *A Strategy of Change*. London: Routledge.

## **RINGRAZIAMENTI**

Dedico questo spazio a chi mi ha sostenuto nella scelta di intraprendere un altro percorso universitario per realizzare il mio sogno. Sono stati anni di duro sacrificio mentale, emotivo ed economico. Ho navigato a vista, senza sapere quando sarei arrivata a destinazione.

Un ringraziamento va alla mia relatrice Professoressa Chiara Ripamonti per aver accolto la mia richiesta di svolgere una tesi in prospettiva junghiana.

Il ringraziamento più dovuto va a mia madre Cristina, la donna che mi ha sempre spinto a combattere per realizzare i miei obiettivi al di là delle convinzioni comuni.

Ringrazio mio padre Francesco per esserci stato a suo modo, nonostante tutto.

Ringrazio mia nonna Agnese per le sue preghiere, per l'esempio di grinta e forza interiore che non ha mai smesso di trasmettermi.

Ringrazio i miei zii Nelly e Rizziero, per avermi dato calore e fiducia quando ne avevo più bisogno.

Ringrazio mia zia Marisa per avermi insegnato un nuovo lavoro e ringrazio le mie fantastiche colleghe Marta e Sara.

Ringrazio anche Pier e Ramona per l'amore che mi hanno dimostrato e per essere vicini ai miei genitori.

Desidero poi ringraziare la mia seconda famiglia i "Bonobini": Allegra, Thomas, Marco, Giulia, Alessandro e Luca. Siete quelle persone meravigliose con cui ho condiviso il passato e a cui voglio raccontare il futuro.

Un grazie immenso al mio amico Paolo, per aver contribuito al mio progetto di tesi e per l'importanza unica che riveste nella mia vita.

Ringrazio la mia collega universitaria Francesca con cui si è instaurata una bella amicizia, l'affinità d'anima ci terrà legate nel tempo.

Ringrazio la sorella strega Alessandra, che nonostante viva lontano non mi ha fatto sentire sola nemmeno per un giorno.

Un ringraziamento straordinario va a Gabriele, Giorgia e Antonella per essere dei punti fermi della mia esistenza e per la condivisione di un percorso di ricerca.

Grazie ad Andrea, il mio maestro. A te dedico le parole di Walt Whitman: "Eravamo insieme, tutto il resto del tempo l'ho scordato".

Un ringraziamento speciale va a Emanuele, psicologo clinico e fondatore di Jung-Italia, amico, colui che mi ha ispirato nella professione e nella vita, ed è stato un punto cardine di riferimento nella mia formazione junghiana.

Ed ora il ringraziamento che mia sta più a cuore, un grazie alle cicatrici.

Penso che chiunque abbia intrapreso un percorso di studi come psicologia clinica e, in generale, una qualsiasi forma di ricerca interiore o spirituale, abbia dovuto fare i conti prima di tutto con la propria sofferenza. Talvolta questa sofferenza è inferta proprio dalle persone che più si amano.

Grazie Alessandro per avermi mostrato il lato oscuro dell'amore.

Grazie a te ho preso posizione, ho imparato a distinguere tra ciò che è giusto e sbagliato, tra ciò che voglio e non voglio nella mia vita.

Grazie, infine, a Simone.

Grazie a te ho fatto emergere i miei lati peggiori, ma anche l'energia per lottare, la spinta a trascendere i miei limiti, e l'istinto di aiuto e compassione verso chiunque attraversi il mio cammino.

Con gratitudine,

Giulia

**FINE**