

Interpretazione dei simboli - test psicologici

V° lezione del 1963

Roberto Assagioli

Prima di tutto riprenderò il tema del sogno, quale mezzo d'indagine dell'inconscio. A tale scopo si prende in esame il sogno brano per brano e si chiedono al sognatore le associazioni spontanee evocate da ciascun brano.

Successivamente viene il lavoro d'interpretazione, che è piuttosto difficile e nel quale occorre evitare gli errori dovuti a teorie o ipotesi arbitrarie.

Si tratta di scoprire il possibile significato simbolico del sogno. A questo punto si entra nel vasto tema del simbolismo, sul quale mi limiterò a qualche accenno.

Occorre innanzitutto riconoscere che qualsiasi parola, immagine, e scena, può avere significati differenti che non si escludono l'un l'altro.

Questo è stato messo bene in evidenza da Dante, il quale nel "Convivio" indica quattro significati: il letterale, l'allegorico (come quello contenuto nei miti), il morale, l'anagogico, o senso superiore, di natura spirituale.

Dante stesso interpretò in questo senso una sua opera, "Il Trattato del Convivio".

In essa la donna che col suo "bel sembiante" l'attira e cerca di fargli dimenticare il dolore per la perdita di Beatrice, è la filosofia, la cono-

scienza, l'indagine dei misteri della vita, i vari cieli sono le varie scienze.

Tutta la Divina Commedia è un mirabile esempio dei quattro significati citati sopra, essi s'intrecciano, si avvicendano, s'interpenetrano. Molti simboli possono avere significati superiori o positivi e inferiori o negativi.

Ne darò tre esempi tra i più noti.

Il serpente: esso può avere un significato negativo come

animale pericoloso, minaccioso, che può uccidere o soffocare; oppure, secondo Freud, rappresentare un simbolo sessuale.

Può però anche avere significati spirituali: il serpente della sapienza, il serpente sacro, il serpente che si morde la coda, simbolo dell'eternità, e così via.

Quando ci troviamo di fronte a serpenti in un sogno, occorre indagare, senza preconcetti, quale significato l'incon-

scio ha dato al simbolo.

Lo stesso discorso lo possiamo fare per l'acqua. L'acqua può assumere aspetti minacciosi, distruttivi, come il mare in tempesta, le inondazioni; oppure rappresentare un simbolo di purificazione, come il battesimo con l'acqua, l'immersione nel fiume Giordano, e così via.

Così pure il fuoco può essere simbolo di distruzione, d'incendio, di minaccia; ma vi è anche il fuoco purificatore, il fuoco simbolo dello Spirito: ad esempio le fiammelle della Pentecoste.

Questi simboli hanno carattere universale.

Vi sono anche simboli individuali; una scena di un sogno può avere un significato specifico per quella singola persona poiché indica la sua situazione particolare, essere collegata con le sue esperienze passate, le sue impressioni, i traumi vissuti.

Una persona che, per esempio, da bambina è stata morsa da un cane, attribuisce al cane un significato ben diverso da chi invece abbia avuto un cane prediletto con il quale ha giocato; perciò occorre sempre riferirsi all'esperienza individuale del soggetto.

Di conseguenza, nessun metodo d'indagine dell'incon-



scio dovrebbe venire usato isolatamente; solo con l'utilizzo di metodi d'indagine differenti e che si completano l'un l'altro, si può giungere ad una conoscenza corretta. Un altro fatto spesso trascurato è quello delle credenze particolari degli individui sui sogni, le loro teorie su di essi.

È un linguaggio convenzionale dell'inconscio che bisogna conoscere. Ad esempio, secondo una certa credenza popolare l'acqua chiara significa guai, invece l'acqua scura indica benefici e guadagni. Ora, se chi ha questa credenza sogna acqua chiara, ciò è un "campanello d'allarme" dell'inconscio. Chi non possiede tale credenza pensa all'opposto che una bella acqua chiara è un simbolo positivo, mentre l'acqua torbida, limacciosa, è un simbolo negativo.

Ma non basta, occorre tener conto della teoria del sogno che ha l'analista stesso, poiché egli, dopo aver interpretato due o tre sogni del soggetto, gli fa conoscere anche involontariamente quale è il suo metodo d'interpretazione, e può allora accadere che l'inconscio dell'individuo in analisi si presti al gioco e fornisca sogni "su misura", vale a dire corrispondenti a quella teoria!

Questo può avvenire durante un'analisi freudiana; dal momento che gli analisti freudiani attribuiscono significati sessuali a certi simboli, il soggetto inizia a fare dei sogni "freudiani", e li fa perché influenzato dalle teorie e dalle interpretazioni del medico.

È un fatto artificiale: l'analista proietta la sua teoria sull'individuo, questi l'accetta e gliene dà delle conferme!

Infine, ci possono essere anche influssi telepatici dell'analista. Gli stessi psicoanalisti, a cominciare da Freud, hanno riconosciuto che nell'analisi si crea un rapporto telepatico che qualche volta affiora chiaramente nel sogno.

Ci sono poi i sogni premonitori, indipendenti dalla cura e dall'influsso dell'analista, i quali provengono dall'inconscio collettivo o da persone che consciamente o inconsciamente influenzano il soggetto.

Questi sogni possono essere la rappresentazione diretta di un avvenimento reale, oppure una sua rappresentazione simbolica.

In conclusione, nell'analizzare i sogni, propri ed altri, bisogna usare un metodo scientifico rigoroso... ed anche l'abilità di un agente investigativo!

Test psicologici

a) Questionari ⁽¹⁾

Essi rappresentano uno dei migliori metodi d'indagine psicologica. Le risposte ad un questionario danno un vero e proprio ritratto, o per lo meno un profilo, psicologico dell'individuo. (...)

b) Tecniche proiettive

Ve ne sono molte, e non posso descriverle e neppure elencarle tutte in questa sede.

Una delle più usate, specialmente nei laboratori di psicologia e nelle cliniche psichiatriche, è il metodo di Rorschach, che consiste nel presentare una serie di tavole in cui appaiono delle macchie senza forma definita, in parte nere, in parte rosse, chiedendo al soggetto di interpretarle.

È un metodo che dà risultati interessanti, ma richiede

molto tempo, poiché le risposte vengono sottoposte ad analisi statistiche minute. Vi sono metodi più semplici e che possono dare risultati altrettanto buoni e, qualche volta, anche migliori.

Un test "proiettivo" d'uso frequente è quello dell'"albero": si chiede al soggetto di disegnare un albero senza dare alcun'altra indicazione. Dal tipo d'albero che egli disegna emergono dati interessanti sulla sua psicologia.

Un test che offre dati più "precisi", è quello di Murray, denominato "Thematic Apperception Test" (TAT), il quale consiste nel presentare all'individuo una serie d'immagini, l'una dopo l'altra, chiedendogli di inventare una breve storia, suggerita dall'immagine presentatagli. Il Murray ha scelto due serie di 10 immagini ciascuna. (...)

Per questo tipo di test, però, sarebbe opportuno, a mio parere, utilizzare immagini diverse adatte al soggetto in analisi. (...)

c) "Rêve éveillé"

Questo metodo, del Desoille, è in parte un'indagine dell'inconscio ed in parte è terapeutico. Consiste nel mettere il soggetto in uno stato di rilassamento e suggerirgli dei punti di partenza per delle "réveries", dando libero corso all'attività immaginativa. Generalmente il Desoille comincia col far immaginare di salire un monte fino alla cima, e poi addirittura di spiccare il volo nel cielo; in un'altra seduta al contrario suggerisce al soggetto di scendere in una caverna e verso il centro della Terra. Anche questo metodo può fornire dati molto significativi ed avere ottimi effetti terapeutici.

d) Disegno libero

Altri metodi d'indagine dell'inconscio sono basati su tecniche attive. Una delle più importanti è il disegno libero. Il metodo è semplice: il soggetto prende dei fogli abbastanza grandi e una serie di matite colorate, poi comincia a tracciare delle linee come giocando.

A poco a poco l'inconscio gli "prende la mano", per così dire, e incomincia allora a dirigere la mano e a fargli fare delle forme di tipo più o meno geometrico oppure delle figure varie.

Il disegno libero ha tre funzioni, vale a dire che è utile in tre modi differenti.

Il primo si può definire psicoanalitico, serve cioè a far affiorare i contenuti dell'inconscio.

La seconda è catartica, di scarica, di sfogo di emozioni e di tendenze represses.

La terza funzione è quella di favorire la creatività.

Spesso avviene che queste tre funzioni si svolgono, in varie proporzioni, allo stesso tempo. (...)

e) Test musicale

Esistono due possibilità:

- il test musicale passivo, che consiste nel fare ascoltare un brano di musica e far scrivere poi quello che viene in mente (è stato definito "musical rêverie test");
- il test musicale attivo, cioè il comporre improvvisando. L'individuo si mette al pianoforte e lascia "giocare" le mani sui tasti. Il test musicale è naturalmente più adatto per i tipi uditivi, mentre il disegno lo è per i tipi visivi.

f) Test di movimento

Queste modalità sono più adatte per i tipi motori. Possiamo citare: modellare, il movimento libero del cor-

po e la danza.

Così come gli altri tipi di test, essi hanno tre funzioni: di rivelazione, di catarsi, di creatività. (...)

g) Test cosmico

Non utilizzato nei laboratori di psicologia, né in clinica, è un test molto rivelatore.

Esso costituisce una tecnica psicosintetica che si può definire "delle giuste proporzioni".

È facilitato da un libro e da un numero del "Courier" dell'UNESCO. ^{(2) (3)}

Consiste di 40 immagini, si possono utilizzare solo le 24 chiamate "24 salti nell'universo".

Ogni immagine è presentata ad una scala 10 volte maggiore di quella precedente. La prima immagine mostra una bambina seduta con un gatto in braccio; poi si vede la stanza ed una parte dell'edificio; poi tutta la zona circostante; e via via una provincia dell'Olanda, poi tutta l'Olanda e una parte delle nazioni vicine; poi si scorge il globo terrestre, la terra isolata nello spazio; il sole ed i pianeti; poi si "salta" oltre il sole e s'iniziano a vedere alcune stelle

vicine; poi stelle sempre più lontane; l'intera Via Lattea; oltre la nostra galassia si cominciano a vedere le nebulose a spirale e via via, si giunge a vedere i milioni di galassie che ci sono nell'universo.

Questo test può produrre due reazioni opposte:

- ad alcuni dà un senso d'oppressione, d'angoscia, che si potrebbe definire "angoscia cosmica", il senso della propria piccolezza, di essere una particella insignificante in questo enorme universo;
- ad altri dà, al contrario, un senso d'espansione di coscienza, d'ammirazione e d'esultanza, di "partecipazione cosmica".

Tali reazioni sono rivelatrici e possono indicare in quale senso indirizzare la cura, o l'educazione o un'azione su se stessi.

Attualmente prevale l'angoscia nel mondo, e chi soffre d'angoscia più facilmente reagisce con l'angoscia al test cosmico.

Si possono avere anche entrambe le reazioni, contemporanee o successive.

Questo non deve meravigliare

se ricordiamo la molteplicità esistente nella nostra psiche, la quale fa sì che si reagisca in modo diverso o anche opposto a livelli diversi (ambivalenza).

Come ho accennato sopra, questo test costituisce anche un ottimo esercizio per stabilire le giuste proporzioni fra la nostra piccola personalità e la grandiosità dell'universo.

Tale esercizio veniva fatto dal Presidente degli Stati Uniti Teodoro Roosevelt. Un suo amico, il naturalista Beebe, lo descrive nel modo seguente.

"A Sigamore Hill, Teodoro Roosevelt ed io, solevamo fare insieme un piccolo gioco. Dopo la nostra chiacchierata serale, uscivamo nel prato e guardavamo il cielo, finché avessimo trovato la terza nebulosa sotto l'angolo inferiore di sinistra del quadrato di Pegaso. Allora l'uno o l'altro di noi affermava:

"Questa è la nebulosa spirale di Andromeda.

Essa è grande come la via Lattea.

È una fra cento miliardi di nebulose.

È composta di cento miliardi di soli.

Ognuno dei quali è più grande del nostro sole."

Una volta terminato, Roosevelt diceva sorridendo: "Ora credo che siamo abbastanza piccoli! Andiamo a letto!" ⁽⁴⁾

Mentre si acquista in questo modo una salutare umiltà a livello personale, si può allo stesso tempo sentire la dignità ed il valore della nostra partecipazione cosciente alla vita dell'universo. □

(1) R. Assagioli, "Principi e metodi della Psicosintesi terapeutica", Astrolabio - pagg. 78 - 84. (n.d.r.).

(2) "Le Courier", Maggio 1957 che pubblica un articolo intitolato: "Quarante Sautes à Travers l'Universe" a firma Kees Boeke.

(3) K. Boeke, "Cosmic View; Forty Jumps through the Universe", New York J. Cay Co., 1957.

(4) W. Beebe, "Il libro dei naturalisti", riportato dal Readers Digest.

RINNOVAMENTO

"Il rinnovamento è il seme dello spirito immerso nella manifestazione e nasce dalla <<legge di perfezione>> che opera nel cosmo, distruggendo ciò che è transitorio ed imperfetto.

Focalizza le energie migliori di ogni regno, mutando i logori e oscuri abiti del vecchio nella solare radianza del nuovo, conducendoci al divino."