DOPPIOZERO

Otto Kernberg, a cosa serve la psicoterapia?

Paolo Migone
11 Ottobre 2021

Otto Kernberg è considerato il più importante psicoanalista vivente, per cui ogni suo nuovo libro viene guardato con interesse da tutti gli specialisti del settore. Questa intervista condotta da Manfred Lütz ha però un carattere volutamente divulgativo: basti vedere le note a piè di pagina, che spiegano al lettore chi sono figure molto conosciute quali ad esempio Melanie Klein o Martin Buber, o cosa vuole dire un termine quale *kibbutz*. Il titolo stesso – *Dottor Kernberg, a cosa serve la psicoterapia?* – lo connota come un libro rivolto a un pubblico vasto che non si è mai posto certe domande, e per il quale vuole essere anche *appealing*; e questa immagine viene rafforzata dalla copertina patinata (di dubbio gusto, ma può essere vista anche come spiritosa), in cui figurano i due protagonisti che ridono, posti l'uno (Kernberg) come analista e l'altro (Lütz) come paziente coricato sul lettino davanti a lui (nell'edizione originale tedesca invece è stata fatta una scelta più morigerata: vi si vedono i due autori l'uno di fianco all'altro che discutono, e le loro facce sono serissime).

Se questa quindi è l'immagine che l'editore italiano ha voluto dare al libro, molti operatori del settore possono averlo sottovalutato considerandolo poco interessante (questa almeno è stata la mia reazione iniziale). Per fortuna però mi è capitato di leggerlo, anche se alcuni mesi dopo la sua uscita, grazie al fatto che mi è stato suggerito di recensirlo per *Doppiozero*, e considero questa una fortuna perché l'ho letto con piacere. Ma ovviamente per uno specialista il suo interesse non è certo nelle parti in cui Kernberg spiega "cos'è la psiche" (p. 17), o cosa sono la psicoanalisi o la terapia cognitivo-comportamentale – parti necessariamente sbrigative, e per uno specialista a volte anche superficiali – quanto nelle pagine più autobiografiche, nei "ricordi" dell'autore (la parola *ricordi* è anche nel sottotitolo). Questo libro infatti è soprattutto una bozza autobiografica di Kernberg, e questo viene detto esplicitamente da Manfred Lütz a p. 12 dell'Introduzione: l'idea nacque quando nell'ottobre 2019 suggerì a Kernberg di scrivere un'autobiografia, non avendo quest'ultimo quasi mai parlato della sua vita nei tanti libri e articoli da lui scritti.

Kernberg però si schernì, dicendo che non trovava il tempo e che aveva tanti progetti in mente che voleva ancora perseguire (in realtà possiamo immaginare che non sia stato questo il vero o l'unico motivo della sua resistenza, e che dietro vi era anche una difficoltà emotiva a parlare di sé, a esibirsi in quello che in psicoanalisi viene chiamato "sano narcisismo"). Lütz allora azzardò: "E se fosse un libro-intervista?". L'idea fu subito accettata, a riprova che la voglia di raccontare di sé, a 91 anni compiuti, c'era eccome.

Se si trascurano le parti didascaliche, che cercano di rispondere alla domanda contenuta nel titolo, e che peraltro non costituiscono la parte principale del libro, siamo di fronte quindi a un'autobiografia, e il genere biografico è un capitolo importante della letteratura. Quando si legge il racconto della vita di una persona, sappiamo bene che non si parla solo di un individuo, ma di quello che c'è dietro e attorno a lui. Si racconta di un'epoca storica, di una cultura, e questo vale soprattutto per una figura come Kernberg il cui percorso di vita è per certi versi paradigmatico di una storia del Novecento: ebreo, originario di Vienna, fuggito nel 1939 con

i genitori appena in tempo mentre di quasi tutti i suoi parenti non si seppe più nulla, emigrò in Cile perché era l'unico Paese per cui a quei tempi si riusciva a ottenere un visto; da lì nei primi anni '60 si trasferì negli Stati Uniti per continuare la sua carriera di medico psichiatra e psicoanalista, raggiungendo gradualmente i vertici nella carriera accademica (tra le altre cose è stato direttore del Dipartimento di Psichiatria di una delle più importanti università americane, la *Cornell University* di New York). Dal 1997 al 2001 è stato anche presidente dell'IPA, l'Associazione Psicoanalitica Internazionale, e questa massima carica istituzionale comunque, seppur importante, è ben meno significativa dei contributi teorici da lui dati alla disciplina.

È questo quindi l'interesse del libro: permette di avere uno scorcio sulla storia di aspetti del Novecento filtrati dal racconto di aneddoti della vita di Kernberg, che è un autore, non dimentichiamolo, che ha dato tanto a chi si interessa di psicoanalisi, perché i suoi articoli e libri hanno rivestito un ruolo chiave nella formazione di tanti professionisti della salute mentale. Ad esempio è stato Kernberg che, più di altri, ha reso comune il termine "borderline", per i suoi tanti studi clinici e soprattutto teorici. Va notato a questo proposito che nel titolo del suo primo libro, del 1975, le parole *Borderline Conditions* furono tradotte in italiano con *Sindromi marginali*, perché ancora non era comune in Italia il termine borderline, che diventerà fin troppo usato nei decenni seguenti e comparirà anche nei titoli italiani di suoi libri successivi. A quel tempo in Italia si cercava ancora di tradurre il più possibile i termini dall'inglese, ma presto ci si dovette rassegnare a usarli come sono nell'originale e nel dibattito internazionale; solo i francesi, come è noto, non si sono mai rassegnati a questa colonizzazione linguistica, e così come, imperterriti, dicono sempre *ordinateur* e non "computer", parlano di *états limites* (stati limite) e quasi mai di "borderline".

Ma chi sono esattamente i borderline? Borderline vuol dire "al bordo", "al limite", "sul confine", cioè si riferisce a quelle persone che stanno tra le nevrosi e le psicosi.

Potremmo dire che non sono "normali" ma neppure "matti", cioè sono persone abbastanza disturbate che però non sconfinano nella psicosi, mantengono l'esame di realtà. A dare un contributo importante alla definizione del disturbo borderline è stato proprio Kernberg, che ha proposto alcuni criteri diagnostici che poi sono stati inclusi nel DSM-III del 1980, la terza edizione del manuale diagnostico proposto dall'*American Psychiatric Associaton* che, nel bene e nel male, influenzerà profondamente la psichiatria di tutto il mondo. Kernberg individuò tre criteri intrapsichici "strutturali" per la diagnosi di borderline: l'utilizzo di difese primitive (quali la identificazione proiettiva, la svalutazione onnipotente, etc.), una identità non integrata e un esame di realtà conservato. In sostanza, i borderline sono persone instabili, impulsive, inclini a forti attacchi di rabbia, con oscillazioni dell'umore, difficoltà a tollerare la solitudine e spesso un senso soggettivo di vuoto e tentativi di suicidio (alcuni autori a proposito della personalità borderline hanno parlato di "stabile instabilità"); quando stanno molto male possono tagliarsi la pelle con una lametta o un coltello affilato allo scopo di uscire dall'angoscia interiore che provano perché, per motivi che possono sembrare paradossali, il dolore *fisico* procura un profondo sollievo che li fa uscire dal dolore *mentale* che provano. Sono queste le persone che Kernberg ha studiato per tutta una vita. Sono i pazienti più difficili e che esemplificano il campo dei cosiddetti "disturbi di personalità", oggi al centro dell'interesse di tutti i clinici e pare in grande aumento, forse come segno di un malessere diffuso che secondo alcuni ha a che fare con grosse trasformazioni nella famiglia e nella società in cui viviamo (già Christopher Lasch negli anni '70 aveva parlato di "cultura del narcisismo", e il narcisismo è un altro importante disturbo di personalità, cui peraltro Kernberg dedicò molti studi).

Uno degli aspetti più interessanti della psicopatologia è quanto le sue forme si modifichino nelle epoche storiche, basti pensare all'isteria, che nell'Ottocento, ai tempi di Freud, era endemica mentre ora, nelle sue manifestazioni classiche e più eclatanti (l'arco, le paralisi, etc.), è praticamente scomparsa; il suo posto è

stato preso appunto dai disturbi di personalità (naturalmente si può discutere se i disturbi di personalità siano sempre esistiti e solo oggi sappiamo meglio diagnosticarli, quello che è certo però è che le “forme” dell’isteria di una volta non ci sono più se non nei Paesi non industrializzati oppure, da noi, in certe zone del meridione o in montagna). Una cosa va detta, comunque, riguardo ai borderline: anche se certi manuali diagnostici insistono nel farne una “categoria”, vanno visti invece all’interno di un’ottica “dimensionale”, cioè come tratti che si distribuiscono in un *continuum* tra nevrosi e psicosi, tra “normalità” (che brutta parola) e follia. In questo senso è legittimo dire che siamo tutti un po’ borderline in qualche tratto della nostra personalità, “scagli la prima pietra” chi ha il coraggio di negarlo.

Ma torniamo a Kernberg. I suoi studi non riguardano soltanto le personalità borderline, ma ha dato anche contributi fondamentali alla teoria psicoanalitica, in cui ha coniugato la teoria kleiniana con la corrente ortodossa – o, come si suol dire, *mainstream* – continuatrice della scuola freudiana, la “Psicologia dell’Io” di Heinz Hartmann e collaboratori: infatti Kernberg, essendosi formato in Cile, assorbì la cultura psicoanalitica della scuola di Melanie Klein dato che, come è noto, il Sudamerica era kleiniano a differenza del Nord America dove in quegli anni la Klein non era praticamente conosciuta o guardata con sospetto, e questo gli permise di “fertilizzare” di kleinismo il Nord America e di creare una sintesi delle due scuole che diverrà nota come “teoria delle relazioni oggettuali”. Inoltre Kernberg ha sempre mantenuto uno stretto legame con la psichiatria e con la neurobiologia, credendo in una visione della psicoanalisi unitaria, “scientifica”, non confinata solo allo studio dei significati umani (come secondo la visione ermeneutica, ad esempio) ma contemporaneamente aperta anche allo studio dell’uomo come entità biologica (così come era nella concezione freudiana). Riguardo allo studio dei borderline, si può dire anche che Kernberg sia uno dei pochi che ha continuato a mantenere una prospettiva autenticamente psicoanalitica (insistendo cioè sull’importanza dell’autoriflessione e della comprensione delle dinamiche inconsce) nel trattamento di pazienti gravi (la tecnica formulata da Kernberg per i borderline si chiama “psicoterapia focalizzata sul transfert”, in inglese *transference-focused psychotherapy* [TFP]), mentre altri (si pensi a Peter Fonagy, uno psicoanalista inglese oggi molto noto) a torto o a ragione suggeriscono che per i pazienti gravi sono più utili gli interventi supportivi, “non interpretativi”, tradizionalmente considerati non psicoanalitici.

Ma i contributi teorici di Kernberg sul disturbo borderline rappresentano solo una parte dei suoi interessi di studio, avendo approfondito anche altre aree quali i gruppi, la *leadership*, il lavoro nelle istituzioni, le relazioni d'amore, la riforma del training psicoanalitico e così via. Riguardo alla sua critica al training psicoanalitico, in modo coraggioso si è tanto battuto ad esempio per una maggiore democratizzazione degli istituti di psicoanalisi e soprattutto per l'abolizione dell'analisi didattica (la terapia personale che lo studente di psicoanalisi è obbligato a fare), per sua natura non etica a causa dei due ruoli incompatibili che l'analista deve giocare, quello del terapeuta e quello dell'insegnante, un aspetto questo che ricorda la formazione religiosa (su questo tema fin dagli anni '80 la rivista *Psicoterapia e Scienze Umane* ha pubblicato tanti articoli suoi, e anche di Johannes Cremerius, un autore tedesco molto critico di certi aspetti dell'istituzione psicoanalitica – nel n. 3/2021, uscito in questi giorni, inoltre compare un lungo articolo in cui viene raccontato l'infuocato dibattito che vi è attualmente negli Stati Uniti sull'analisi didattica con le varie proposte di riforma, in cui intervengono venti psicoanalisti americani di primo piano tra cui due ex-presidenti dell'*American Psychoanalytic Association*, lo stesso Kernberg, etc.). Alcune di queste importanti aree di ricerca vengono toccate nel libro di Lütz (ad esempio a p. 185 Kernberg ribadisce, con molta fermezza, che l'analisi didattica andrebbe abolita), ma si parla di tanti altri temi, quali gli abusi sessuali (da parte degli psicoanalisti ma anche dei sacerdoti), dell'Olocausto, della identità del Male, di Trump, dell'arte, etc.

Kernberg risponde alle domande di Lütz sempre con candore e con la giusta ironia, che però non è mai difensiva, anche quando deve dire cose dolorose o emotivamente cariche. Si vede bene che l'intervistatore non è un profondo conoscitore della psicoanalisi, e questo forse giova al lettore profano perché lo fa sentire più a suo agio. Ma le parti più interessanti, come dicevo, sono quelle autobiografiche: racconta ad esempio di quando vide Hitler passare trionfante per le strade di Vienna e anche lui, bambino, non riuscì a trattenere il grido *Heil Hitler!*, al colmo dell'eccitazione e trascinato dalla folla esultante, o di quando Freud venne a casa sua per avere informazioni sull'espatrio (il padre di Kernberg lavorava all'ufficio *import-export* del Ministero degli Interni austriaco), inoltre del bellissimo rapporto col padre, della fuga avventurosa dall'Austria nel 1939 passando per l'Italia e riuscendo a imbarcarsi miracolosamente da Genova con l'ultima nave che partiva per il Sudamerica, e così via.

Tra le pagine per me più toccanti vi sono quelle in cui racconta di un suo viaggio a Vienna nel 1953, quindi pochi anni dopo la guerra. Era in viaggio in vari Paesi europei con un gruppo di amici universitari, e volle staccarsi da loro per visitare Vienna, che loro non erano interessati a visitare, per cui andò da solo. Ci stette una settimana, alloggiando in una piccola pensione. Passò quella settimana camminando quasi senza sosta nelle vie e nei parchi di Vienna, anche fino a tarda notte, non parlando quasi mai con nessuno e sempre ubriaco; Kernberg lo racconta e basta, non fa commenti, lascia al lettore la possibilità di capire che fu questo il suo modo di gestire le forti emozioni che provava nel tornare nella città che aveva tanto amato, nel rivedere le case, i luoghi che conosceva bene e che era stato costretto ad abbandonare.

Lunghe pagine sono dedicate al rapporto con la religione, un tema su cui Lütz insiste molto, anche perché – cosa importante – è un teologo oltre che uno psichiatra. Va detto che Kernberg, che da giovane era marxista ed è sempre stato ateo, recentemente si è aperto al tema della religione e ha subìto una sorta di "conversione". Pare che a volte Lütz cerchi di convincere Kernberg a essere ancor più credente di quanto non sia, e gli fa pressione con ripetute domande sulla morale, sul Male che secondo lui esiste (per cui a parere di Lütz, ad esempio, Hannah Arendt non aveva capito niente), su Trump che sarebbe "cattivo" e non affetto da narcisismo patologico e cose di questo genere. Kernberg cambiò prospettiva nei confronti della religione poco dopo la morte di Paulina, la moglie che aveva sposato nel 1954 e tanto amato, morta nel 2006 dopo più di mezzo secolo di vita insieme.

Questa sua “conversione”, considerato anche il doloroso momento in cui avvenne, indubbiamente colpisce, soprattutto in uno psicoanalista, ma forse è il caso di non commentarla e mostrare rispetto (la cosa comunque mi colpì così tanto che alcuni anni fa volli invitarlo in Italia a per parlare proprio di questa sua nuova visione della religione – su *YouTube* vi è il video di quell’incontro). La sofferenza per la perdita di Paulina (una nota psicoanalista anche lei, esperta in psichiatria infantile) fu grande, al punto che Kernberg soffrì di una vera e propria depressione, con incapacità di provare il piacere delle cose della vita che provava prima; e tornò in terapia, per la precisione con Bob Michels, un collega e anche amico (con cui però, precisa, in quel periodo non aveva rapporti stretti), che era la persona di cui si fidava di più. La terapia gli servì, e nel 2007, pochi mesi dopo la morte della moglie, si risposò con Kay, una cattolica e una delle più care amiche di Paulina, e il matrimonio fu officiato con due religioni, ebrea e cattolica. Prima di intraprendere questo passo si consultò anche con Martin S. Bergmann, uno psicoanalista molto noto, suo caro amico, con cui aveva collaborato tanto anche in saggi sulla psicoanalisi dell’amore (Bergmann una volta fece anche l’attore, recitando il ruolo del Prof. Louis Levy – che poi si suicida – nel film di Woody Allen del 1989 *Crimini e misfatti*). Tutte queste cose, e altre ancora, Kernberg racconta in questa intervista, e non possono essere tutte menzionate qui.

Voglio però raccontare alcune cose che lui non ha detto in questo libro non perché volesse tenerle nascoste ma semplicemente perché sono tra i tanti ricordi che necessariamente non sono riusciti a entrare nell’intervista dato anche che Kernberg si limitava a rispondere alle domande che gli venivano poste. Sono cose che conosco perché me le raccontò lui stesso nel corso di tanti anni di frequentazione e amicizia (lo conobbi nel 1982, quando lavoravo negli stati Uniti, quindi circa quarant’anni fa, e da allora ci siamo visti infinite volte e anche confrontati in tanti dibattiti – non andando sempre d’accordo, peraltro, ma con una grande stima reciproca e il piacere del confronto).

Kernberg è un autore prolifico, con molta scioltezza nello scrivere. Ma da giovane aveva un *writer’s block*, un blocco della scrittura, un disturbo nevrotico ben noto, cioè non riusciva a scrivere niente (questo blocco tra l’altro spesso affligge persone che hanno molto da dire, come se vi fosse una sorta di “ingolfamento” del mare di idee che potrebbero uscire – proprio come accade a certi pazienti che soffrono di impotenza psicogena e che quando si sbloccano diventano sessualmente grandi amatori). Non riuscire a scrivere niente, per uno che vuole fare carriera accademica, è un grosso *handicap*, per cui si confidò con Bob Wallerstein, che allora era il suo superiore alla *Menninger Foundation* di Topeka (Kansas), dove lavorò dal 1961 al 1973 (la *Menninger Foundation* era un centro di formazione e ricerca molto prestigioso, veniva chiamata la “Atene della formazione e della ricerca psicoanalitica”, una fucina che formò varie generazioni di analisti, alcuni dei quali sono diventati i più importanti teorici e ricercatori della psicoanalisi nordamericana). Ebbene, Wallerstein (che poi diventerà un suo grande amico) gli disse di non scrivere mai niente, ma solo brutte copie, delle bozze che poi poteva buttare via. Kernberg seguì il suo consiglio, e i testi che scrisse rimasero definitivi, continuando così per tutta la vita senza problemi, scrivendo innumerevoli articoli e libri. Va detto però che la sua prosa non è sempre bella, non è fluida, le frasi sono spesso lunghe e contorte, vi sono troppi aggettivi (non scrive in modo accattivante come ad esempio Stephen Mitchell, che era il principale esponente della psicoanalisi relazionale), e colpisce che nonostante questo i suoi libri abbiamo avuto così tanto successo: importanti sono i concetti che esprime, che riescono comunque a emergere e a colpire il lettore.

Un altro ricordo che mi viene in mente è il seguente. Paulina, la collega che, come accennato prima, Kernberg sposò nel 1954, era la figlia del generale dell’aviazione cilena (quell’aviazione che bombardò la *Moneda*, il palazzo del governo in cui poi Allende morì, assediato dall’esercito di Pinochet). Un fratello di Paulina era un sociologo, molto impegnato nella sinistra, ed era tra quelli che dovevano essere fatti sparire.

Ricevettero una telefonata che li informava del fatto che da lì a poco sarebbe stato ucciso, ma data la posizione privilegiata di Paulina diedero 24 ore di tempo, permettendo loro di avvisarlo cosicché poté scappare all'estero per cui si salvò.

Ho voluto raccontare questo episodio perché non c'è nel libro, e anche per dare una idea delle vicende che hanno attraversato la vita di Otto Kernberg, che, come dicevo, è stato testimone oculare di importanti vicende del Novecento. E vi ha assistito non solo da uomo come tanti altri, ma anche da psicoanalista, interrogandosi sulla natura umana: si pensi ad alcuni tra i suoi tanti libri, quali ad esempio *Sindromi marginali e narcisismo patologico* (1975), *Disturbi gravi della personalità* (1984), *Aggressività, disturbi della personalità e perversioni* (1992), *Capacità di amare* (con Martin Bergmann, 1993), *Le relazioni nei gruppi: ideologia, conflitto, leadership* (1998), *Narcisismo, aggressività e autodistruttività nella relazione psicoterapeutica* (2004), *Odio, rabbia, violenza e narcisismo* (2011), *Amore e aggressività: prospettive cliniche e teoriche* (2012), *Erotismo e aggressività nei disturbi gravi di personalità* (2018), etc.

Il libro si chiude con una bella postfazione di Vittorio Lingiardi che tra le altre cose ricorda come fu merito di Pier Francesco Galli – fondatore nel 1967 della rivista *Psicoterapia e Scienze Umane*, su cui Kernberg ha scritto numerosi articoli – aver introdotto in Italia il pensiero di Kernberg facendo uscire i suoi libri fin dagli anni '70 nella collana Boringhieri, da lui fondata, "Programma di Psicologia Psichiatria Psicoterapia" (quella con la copertina blu e il trifoglio bianco al centro); essendo a quel tempo l'università impreparata nel campo della psicoterapia e della psicoanalisi, questa collana – ora di circa 300 volumi – servì come spina dorsale per la formazione di alcune generazioni di psicoterapeuti italiani. Non a caso Valeria P. Babini nel suo libro del 2009 *Liberi tutti. Manicomi e psichiatri in Italia: una storia del Novecento* parlò di "università dei libri" a proposito delle due collane fondate da Galli a cavallo degli anni '60, questa collana Boringhieri e la prestigiosa collana Feltrinelli "Biblioteca di Psichiatria e di Psicologia Clinica", di 87 volumi.

Manfred Lütz & Otto F. Kernberg, *Dottor Kernberg, a cosa serve la psicoterapia? Riflessioni e ricordi di un grande clinico*. Edizione italiana e postfazione a cura di Vittorio Lingiardi. Traduzione di Michele Lualdi. Milano: Raffaello Cortina, 2021, pp. 125, € 19,00 (edizione originale: *Was hilft Psychotherapie, Herr Kernberg? Erfahrungen eines berühmten Psychotherapeuten*. Freiburg i.B.: Herder Verlag, 2020).

Se continuiamo a tenere vivo questo spazio è grazie a te. Anche un solo euro per noi significa molto.
Torna presto a leggerci e SOSTIENI DOPPIOZERO

MANFRED LÜTZ

Dottor Kernberg, a cosa serve la psicoterapia?

Riflessioni e ricordi di un grande clinico

Raffaello Cortina Editore