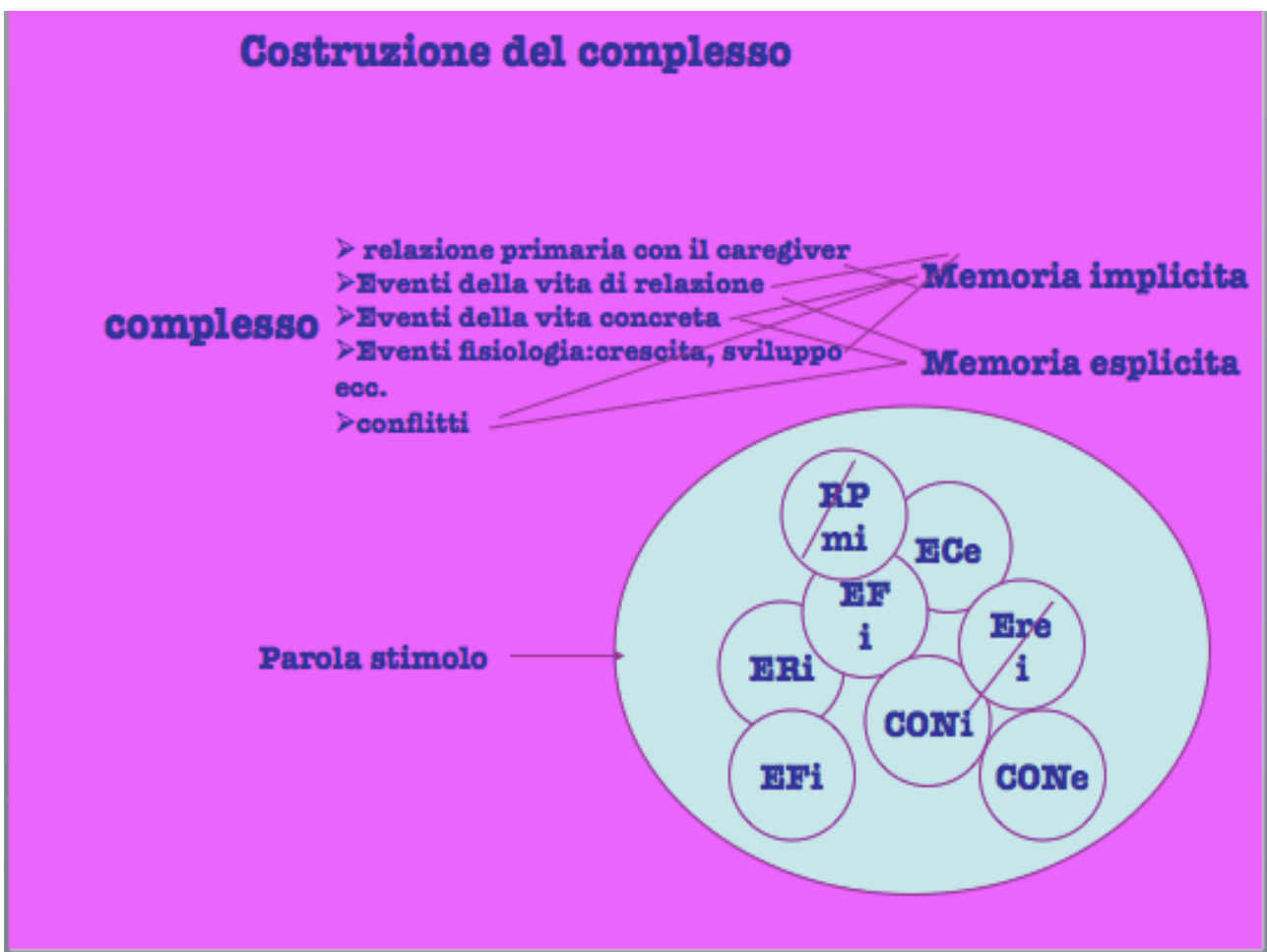


La definizione di complesso: “il complesso è un contenuto a tonalità affettiva, con caratteristica psicoide di dissociabilità psichica che esita nell’autonomia del complesso.”  
 Le caratteristiche di dissociabilità, autonomia, tonalità affettiva, sono determinanti per comprendere il funzionamento dei complessi.

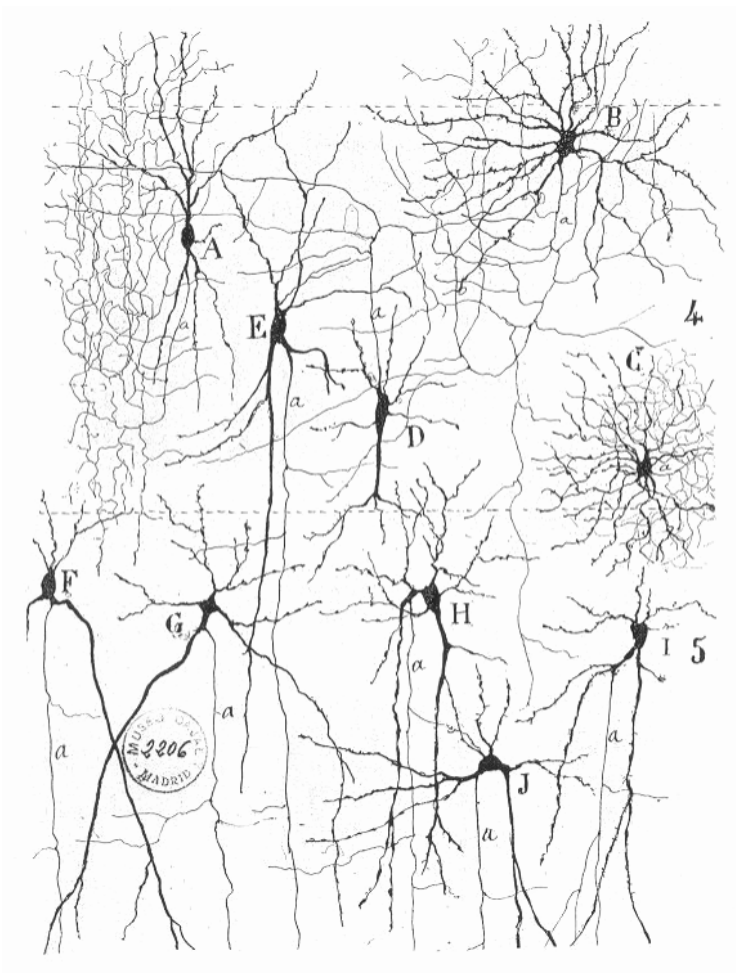
Nel complesso è rappresentata la storia delle relazioni della nostra infanzia e della nostra vita più adulta nonché la gamma degli affetti ad esse relative. Le storie delle nostre relazioni, della nostra vita affettiva, sono rappresentate sia strutturalmente che emotivamente.



Nel grafico sono rappresentati alcuni degli eventi che possono costituire il complesso in realtà la rete e i livelli delle associazioni sono molteplici. Gli eventi si associano ed interconnettono in base al contenuto affettivo

Quando un complesso si costella, diventa cioè attivo una parte del contenuto affettivo che nel complesso è stato iscritto. Poiché nel complesso confluiscono varie sfaccettature ed episodi evocati dal contenuto affettivo, la riattivazione di una determinata area del complesso fa emergere l'immagine, il ricordo, l'emozione legata a quel contenuto. Non necessariamente gli eventi o episodi evocati sono direttamente connessi all'emozione/affetto che sta all'origine della formazione di quel contenuto. la riattivazione può riportare a situazioni precedenti addirittura alle prime esperienze di vita che hanno alla base esperienze simili, vicine o contraria all'emozione che ha fatto sì che il complesso si attivasse. La ricerca però dell'episodio dell'infanzia può non essere necessaria perché nel complesso che si attiva sono immagazzinate le percezioni, le emozioni gli affetti relativi alle situazioni complessuali delle varie fasi della vita, ci sono quindi vari livelli, dai più arcaici ai più evoluti o recenti.

Dobbiamo quindi pensare che la rete di interconnessioni che si creano nei complessi abbiano un funzionamento simile a quello delle reti neurali.



Le reti neurali descrivono l'interconnessione tra neuroni dove gli input seguono un determinato circuito. La comunicazione tra neuroni avviene solitamente attraverso uno scambio elettromagnetico. I dendriti che portano gli input e sono connessi attraverso le sinapsi agli altri neuroni e a un assone che dà la risposta di output. Quindi un evento crea una connessione che crea un output, che coinvolge tutta la rete associativa a più livelli. Nel cervello, le memorie, i ricordi, sono iscritti e rappresentati dall'attivazione tra le reti di neuroni. I processi cognitivi che caratterizzano l'intelligenza, compresa quella emotiva, sono ascritti alle proprietà emergenti che scaturiscono dalle interazioni tra le reti neurali. I contenuti affettivi problematici influenzano lo sviluppo delle reti neurali che restano non integrate e determinano i sintomi e la sofferenza psichica. L'output ha quindi una facoltà emergente non necessariamente bottom up ma anche top down.

La rete neurale registra la biochimica, il complesso associa attraverso l'affetto che per la sua innervazione corporea è l'emozione, così come Jung definisce in tipi psicologici. Nel complesso sono registrati gli eventi attraverso i meccanismi di memorizzazione sia impliciti che espliciti.

La memoria implicita è quella attiva nei primi mesi e anni di vita e non è verbalizzabile ma poiché processata all'amigdala la parte più antica del cervello resta attiva e si esprime in altri modi. Per esempio sappiamo che i sogni sono stimolati da questa parte del cervello. (sto schematizzando). Comunque memoria implicita ed esplicita interagiscono e determinano i nostri ricordi, le nostre vulnerabilità, le sfumature delle nostre percezioni.

Louis Cozolino<sup>1</sup>: "Al cuore dell'interfaccia tra neuroscienze e psicologia sta il fatto che l'esperienza umana è mediata da due processi che interagiscono. Il primo è l'espressione dell'evoluzione attraverso l'organizzazione e il funzionamento del sistema nervoso – un processo che esita in miliardi di neuroni organizzati in reti neurali, tutte con il proprio sviluppo e requisiti per la loro crescita. Il secondo è il plasmarsi di questa architettura neurale nel contesto di relazioni interpersonali significative. Quando una o più reti neurali, necessarie per il funzionamento ottimale resta ad un livello di sviluppo inferiore, non regolato o non

---

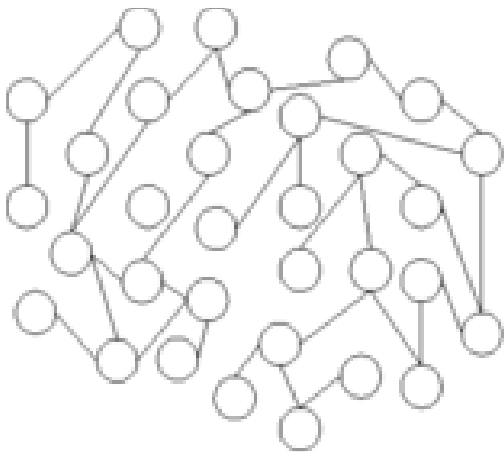
<sup>1</sup> Louis Cozolino, *The Neuroscience of Psychotherapy Building and rebuilding the Human Brain*, 2002 p. 20

integrato con altre reti neurali, sperimentiamo le pene e i sintomi per i quali le persone cercano la psicoterapia”.

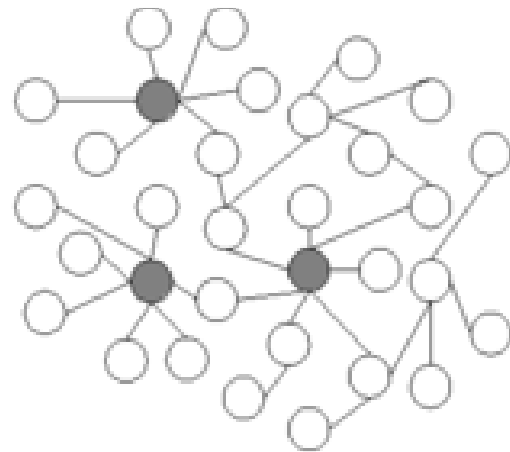
L'idea del complesso come rete di connessioni che contengono nodi o cluster attorno a cui si strutturano le esperienze è quello delle Scale ad Invarianza di Rete (Scale Free Network). Le SFN hanno una distribuzione logaritmica, significa che i nodi con alta connessione crescono ad un ritmo più rapido che non gli altri nodi della rete. Quando un nodo deve stabilire un collegamento, preferisce farlo attraverso un nodo che ne ha già molti portandoli ad una crescita esponenziale. Secondo i fisici-matematici che hanno elaborato questa teoria tutti i fenomeni “naturalisti” associativi seguono questo modello piuttosto che il modello random (cioè la distribuzione a campana).

I colleghi dell'Istituto Jung si Seul, alcuni anni fa hanno fatto una ricerca usando l'esperimento associativo per studiare l'apprendimento implicito. La cosa interessante del loro studio è che hanno dimostrato che quando una componente affettivamente carica blocca il flusso dell'associazione l'apprendimento implicito aumenta. In concomitanza dell'autonomia del complesso, cresce l'apprendimento implicito. La funzione della costellazione del complesso sarebbe quindi quella di vagliare le informazioni, e le nuove esperienze attraverso l'affettività bloccata che diventa l'hub da cui passano le informazioni. Per noi questo aspetto è particolarmente interessante perché ci fa comprendere come la dissociabilità della psiche sia una caratteristica psichica imprescindibile. Gli aspetti autonomi e affettivamente carichi del complesso funzionano come catalizzatori della problematica psichica prevalente e determinano i tentativi verso l'integrazione degli aspetti dissociati. In questo consiste la psicoterapia, incoraggiare, permettere assecondare l'integrazione di aspetti dissociati.

La componente psichica dissociata del complesso funziona come un “hub” (in una rete informatica un hub, highly connected nodes, hyperlinks, è il punto nella rete da cui passano le diramazioni per i diversi punti della rete) cioè come un incrocio attraverso cui passano i nodi o vertici della struttura psichica del soggetto. Un hub cresce secondo un algoritmo che integra espansione e attaccamento preferenziale.



**(a) Random network**



**(b) Scale-free network**

Il complesso si dissocia perché l'esperienza emotiva che interviene non può essere integrata alla coscienza che si dissocia e regredisce ad una funzione di funzionamento precedente. Le componenti autonome del complesso sono definite come "splinter psyche", letteralmente schegge psichiche o personalità parziali. Il ruolo della personalità parziale è quello di portare aspetti potenziali non trasformati che hanno bisogno di essere compresi ed integrati. Le componenti autonome o affettivamente cariche dei complessi si collocano e sottostanno ad un livello di connessione nell'architettura della rete neurale. Le memorie implicite saranno collocate nei livelli dell'architettura complessuale che potremmo definire arcaici, nel senso delle associazioni primarie.

L'intuizione di Jung, che può essere ancora oggi verificata sperimentalmente nell'esperimento associativo, le componenti autonome del complesso e quelle emotivamente cariche prendono il sopravvento sulla psiche cosciente o sul complesso dell'io e bloccano il processo associativo e cognitivo. Possono anche dare origine a eventi sincronici, sogni, immagini. Il soggetto può non avere, anzi non ha, consapevolezza dell'evento affettivo e relazionale che blocca il passaggio tra i livelli delle reti, l'evento o il contenuto dell'evento possono quindi manifestarsi come sintomo ansioso, depressivo, psicosomatico o altro. Proprio perché personalità parziali non integrate le parti autonome e affettivamente cariche dei complessi sono portatrici di dinamiche relazionali di origine traumatica irrisolte che stanno alla base ed in contrasto con la personalità più cosciente, in conflitto con il complesso dell'io producendo sofferenza psichica.

Psicoide quindi vuol anche dire che esiste una interconnessione tra lo psichico e il fisiologico, non solo nel senso che abbiamo già visto della interconnessione tra complesso e rete neurale ma citando Jung

**“Il concetto di psicoide appartiene alle aree inconsce dove i processi psichici e il loro substrato fisico si toccano (Jung letters 1975), entrano in contatto”.**

Nel complesso il piano fisico e psichico si toccano, il nucleo archetipo del complesso è secondo la definizione di Saunders e Skar un fenomeno emergente del cervello/mente e espressione coerente delle esperienze che nel complesso sono associate. Questo vuol dire che potenzialmente presente nel complesso, l'immagine archetipica può esprimersi attraverso la dinamica complessuale, in altre parole senza il complesso non c'è archetipo. Quando nel complesso avviene una dissociazione verticale o orizzontale ritorniamo in contatto con elementi arcaici impliciti e archetipici collocati nell'area psicoide. Infatti in un'altra citazione importante per noi Jung dice:

***“La reale natura dell'archetipo non può essere resa cosciente, poiché è trascendente, ed è ciò che io chiamo psicoide. Inoltre ogni archetipo, quando rappresentato mentalmente, è già conscio e quindi differisce in modo significativo dal fenomeno che ha generato la sua rappresentazione”.***

Quindi l'immagine archetipica emerge dai sistemi auto-organizzativi (i complessi) che si formano, si muovono e si evolvono lungo tutta la vita degli individui.

L'auto-organizzazione dei sistemi complessi come il cervello è coerente con la visione junghiana della dinamica complessi-archetipi. Gli archetipi emergono come il cervello e la coscienza e si evolvono. Sono sempre stati presenti ma sono emersi solo quando i cervelli sono diventati sufficientemente complessi da permetterne la manifestazione.

Il modello esplicativo che Patricia Skar propone è:

l'autorganizzazione produce un complesso associato a un determinato archetipo

La definizione di Skar e Saunder offre una nuova comprensione del concetto di dinamica esistente tra nucleo dell'archetipo e complesso.

Gli archetipi sono potenzialmente presenti nella psiche come modelli di comportamento che si attivano durante eventi o periodi di vita diversi; il grado di attivazione dipende dalla dinamica tra archetipo e complesso. Nell'inconscio l'archetipo è presente come potenziale: perchè possa emergere, sono necessarie alcune condizioni:

1) L'archetipo potenzialmente indifferenziato è incorporato nel complesso dove le esperienze di vita e le relazioni precoci (positive, negative o traumatiche) vengono memorizzate

2) L'archetipo è l'elemento attorno al quale il complesso aggrega i sentimenti. Senza complesso l'archetipo non può emergere.

Nella dinamica tra i complessi e la vita quotidiana, aspetti dell'archetipo possono emergere in forma di simbolo, e trasmettere nuovi significati. Noi non abbiamo sempre simboli; spesso abbiamo la patologia, i sintomi e la dissociazione.

### **Transgenerazionale: Epigenetica e Complessi culturali**

A tutto questo dobbiamo poi aggiungere un altro elemento importante che è la trasmissione epigenetica. I fattori biochimici derivanti da eventi traumatici sia ambientali che psichici possono alterare i pattern di espressione genetica.

Quindi gli organismi si adattano ed ereditano caratteristiche epigenetiche che sono conseguenza di traumi ambientali o psichici. L'esempio usato per spiegare la relazione tra genetica ed epigenetica è quella che sicuramente anche voi conoscete e che nella sua semplicità dice:

la differenza è tra scrivere un libro e leggerlo. Una volta scritto il libro, il testo (i geni o le informazioni memorizzate del DNA) sarà lo stesso in tutte le copie distribuite al pubblico. Ogni lettore tuttavia potrà interpretare la trama in modo diverso, provare emozioni diverse ecc. Il testo fisso può dare luogo a diverse letture, a seconda delle condizioni in cui il modello viene interrogato.

Quindi nel complesso si aggregano le nostre esperienze ma anche i possibili traumi generazionali che costituiranno la coloritura epigenetica ereditaria trasmessa dagli antenati.

Arriviamo ora al Complesso culturale e ai suoi effetti.

Nel tentativo di spiegare come si forma un complesso culturale ne osserveremo la creazione in relazione al complesso dell'IO. Nella fattispecie come una coloritura di una parte del complesso dell'IO.

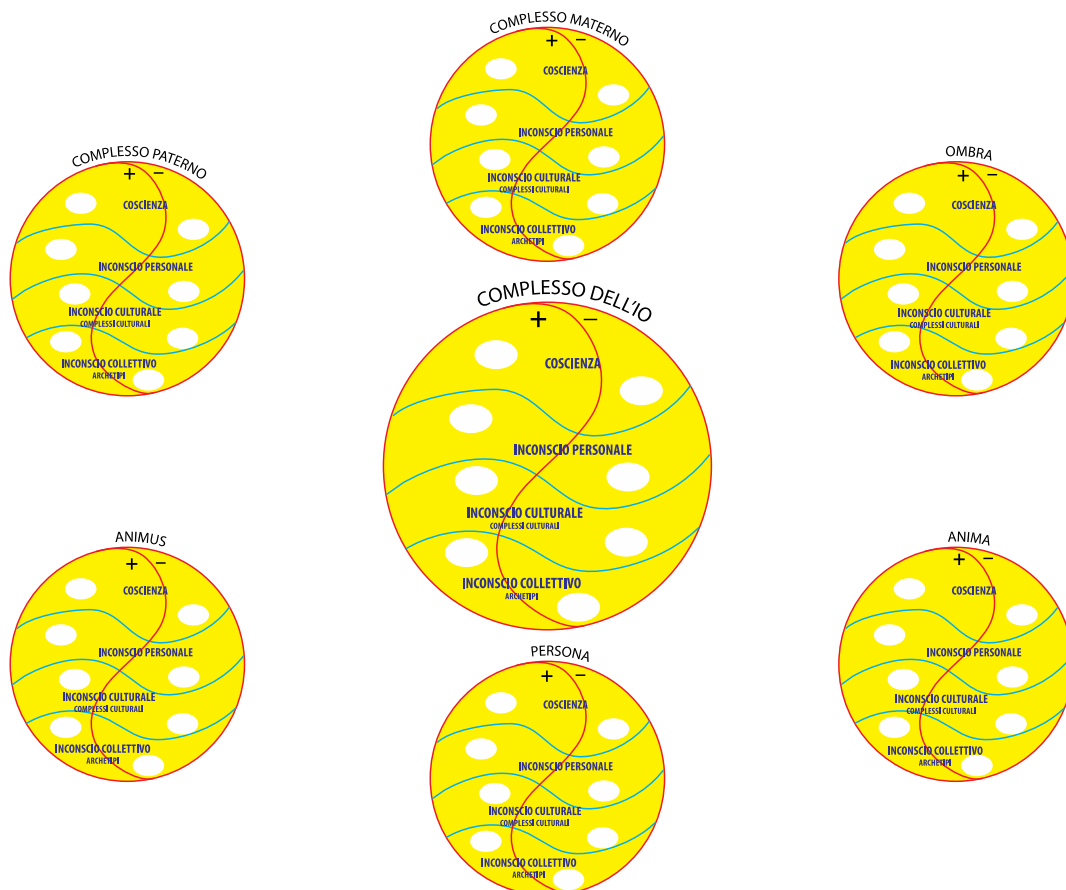
Il complesso dell'IO in effetti si costituisce attraverso l'integrazione e de-integrazione delle primissime esperienze e relazioni che sono quelle con i care givers. La formazione dell'IO porta allo sviluppo dell'identità, che non è ovviamente la soggettività, e non è neppure il processo di individuazione che è "il processo di sviluppo della coscienza dall'originario stato di identità" (Jung A contribution to the study of psychological types CW 6). L'IO si determina inizialmente in

accordo e in contrasto con l'introduzione dei complessi parentali che risultano essere i complessi più antichi. Nel suo determinarsi l'Io porta alla percezione di se stessi come autonomi, vediamo nel bambino piccolo come attraverso le esperienze di progressiva autonomia il bambino sperimenta i limiti ed attraverso di essi conosce se stesso e il mondo. Il senso di identità legato all'Io è importante anche per l'esperienza di continuità che sperimentiamo nella percezione di noi stessi. Come tutti i complessi anche il complesso dell'Io ha aspetti evolutivi ed inibitori. L'aspetto inibitorio dello sviluppo dell'IO è legato ai condizionamenti sia interni che esterni a volte è difficile dire che cosa è esterno e cosa interno. I complessi culturali come tutti i complessi derivano dalle interazioni primarie e dalla narrazione primaria o di sfondo implicita ed esplicita che dà senso alle prime interazioni. Gli impliciti culturali come i comportamenti gestuali perfettamente comprensibili a chi appartiene alla stessa cultura e non comprensibili per chi viene da una cultura diversa. Il gruppo del neuroscienziato Jacoboni ha fatto una ricerca su un gruppo di popolazione di origine asiatica che vive negli Stati Uniti scoprendo che anche per chi nasce e cresce nel paese ospite eredita gli impliciti gestuali che lo fanno sentire diverso rispetto alla popolazione ospitante.

Thomas Singer il nostro collega di San Francisco fa risalire il concetto di complesso culturale al lavoro di Henderson sull'inconscio culturale sviluppato da Henderson. L'inconscio culturale sarebbe più vicino alla superficie costituita dal complesso dell'io-coscienza che non all'inconscio collettivo che secondo la concezione di allora sarebbe il luogo dal quale origina l'archetipo. L'inconscio culturale e il complesso culturale sono importanti per comprendere l'identità culturale così come per comprendere la psicologia dei gruppi da un punto di vista culturale. Jung era ben consapevole del contagio culturale che può invadere le masse ma non ha sviluppato questi concetti e gli Jungiani non se ne sono occupati fino al 2004.

Tanto per fare una lunga storia corta questo è il grafico che dovrebbe rappresentare il complesso dell'Io che include anche il complesso culturale





Fermandoci ora solo al complesso dell'io, l'identità come abbiamo visto è un aspetto legato allo sviluppo delle funzioni dell'io ma da questo modello diventa chiara la relazione tra inconscio personale e inconscio culturale quindi identità culturale può essere rappresentata con i suoi aspetti positivi e negati. Nell'inconscio personale ci saranno gli aspetti di identità legati più alla storia personale e al rapporto con l'identità personale dei genitori. Quindi il complesso materno positivo o negativo che si è strutturato nella relazione. Mentre nell'inconscio culturale confluiranno i complessi più specifici di un certo tipo di cultura e avremo un'ombra culturale ma anche i complessi che non hanno potuto ancora emergere nell'inconscio personale a causa della repressione culturale. Nell'inconscio collettivo troveremo le forme archetipiche conoscibili come dice Jung solo attraverso immagini che possono comparire nei sogni o nell'immaginazione.

Anche se tra il rapporto di una madre italiana con la figlia e di una madre musulmana ci potrebbe essere poca differenza, il background culturale plasma in modo diverso il rapporto. Il complesso culturale polarizzato o costellato determinerà atteggiamenti contraddittori ed

enigmi comportamentali responsabili della scissione, le personalità dissociate che abbiamo visto prima.

La distinzione tra archetipo e complesso culturale è importante in quanto il complesso culturale è una declinazione di questioni inconse implicite ad una specifica cultura, mentre l'archetipo è da riferire ad un funzionamento, che però come abbiamo visto si attualizza attraverso le esperienze convogliate nel complesso.

Affinché il processo di individuazione possa avere luogo dobbiamo come ci dice Jung rinunciare a seguire lo spirito del tempo e la coscienza collettiva. Per quanto riguarda l'identità dobbiamo prima riconoscere la parte conscia e quella inconscia, ma soprattutto districare la parte del complesso culturale che acquisita implicitamente può possedere la psiche e creare una falsa identità. Liberarsi dal vincolo di una cultura dominante è uno degli aspetti del processo di individuazione.

Gli effetti epigenetici entrano attraverso la parte del complesso che è in relazione con l'aspetto psicoide e quindi influenzano via inconscio collettivo, il complesso culturale anche l'inconscio personale. Quando la scissione è profonda il contatto con la componente psicoide convoglia i contenuti generazionali attraverso coloriture che si inseriscono nella vita dei soggetti dando origine a vulnerabilità psichiche importanti. Si intende la coloritura nel senso prima indicato dell'acquisizione di possibili contenuti traumatici appartenenti a eventi precedenti la nascita dei soggetti ma che si manifestano nella loro visione del mondo.

La clinica può forse aiutare a spiegare che cosa intendo.

Il primo esempio è quello di un bambino Peruviano adottato da una famiglia italiana quando aveva 1 anno e mezzo. Il bambino era entrato in un orfanatrofio cattolico a pochi mesi, non aveva mai conosciuto la madre. Personalmente sono molto scettica sulle adozioni ma questo è un caso che definirei riuscito. Adulto dopo la laurea in architettura e prima di sposarsi Luigi, questo il nome italiano, desidera fare un viaggio in Perù nella città dove è stato adottato. La famiglia sempre molto positiva è felice per questo viaggio che vede come un modo per riconciliarsi con il luogo che gli ha dato i natali.

Al suo arrivo nella città Peruviana, Luigi inizia a stare male, sembra essere assalito da attacchi di panico, in realtà sono sensazioni di sofferenza legate a un'oppressione allo sterno e difficoltà a respirare, anche quando si sveglia il ritorno alla realtà è difficile e resta come congelato ed assente. I terrori non cessano e Luigi chiede aiuto al padre che va in Perù per assisterlo. I terrori notturni lo portano ad andare all'orfanatrofio accompagnato dal padre e a chiedere della sua

origine. Parzialmente viene ricostruita una storia di abbandono in situazioni di deprivazione e in luoghi bui e claustrofobici che hanno preceduto il suo arrivo a 3/6 mesi all'orfanotrofio.

Il secondo esempio viene da un gruppo di intervizione internazionale con colleghi che si occupano di adolescenti. Una collega israeliana chiedeva aiuto perché una delle sue adolescenti in visita scolastica ad Auschwitz aveva avuto un breakdown psicotico. Senza entrare nei dettagli ma l'adolescente in questione aveva dovuto essere riaccompagnata a casa perché completamente disorientata e mutacica. Ricostruendo con la collega la storia familiare e generazionale della sua paziente ci siamo resi conto che alcuni dei membri della sua famiglia erano transitati e morti in quel campo uccisi dai Nazisti tra cui giovani donne della famiglia che sarebbero state le prozie se non fossero perite bambine.

L'esempio più recente è avvenuto a Siracusa al Congresso di Arte e Psiche dove una delle colleghe che ha partecipato al Dream-over alla chiusura del congresso ha condiviso con noi le sensazioni corporee provate mentre tentava di dormire nell'Agora di . Mentre si girava e si rigirava senza riuscire a dormire aveva sentito che stava dormendo sulle ossa di qualcuno e con molta emozione per lei e per noi ci aveva detto delle sue zie morte in un campo di concentramento che per ripararsi dal freddo dormivano l'una sopra l'altra e che le ossa che lei aveva sentito erano quelle.

Un lavoro di Judith Woodhead .....

Spero di essere riuscita a comunicare che cosa è transgenerazionale.

Immagino che ormai sia chiaro che il nostro genogramma si colloca su un piano intrapsichico forse più complesso ma molto stimolante.

## COMPLESSO DELL'IO

