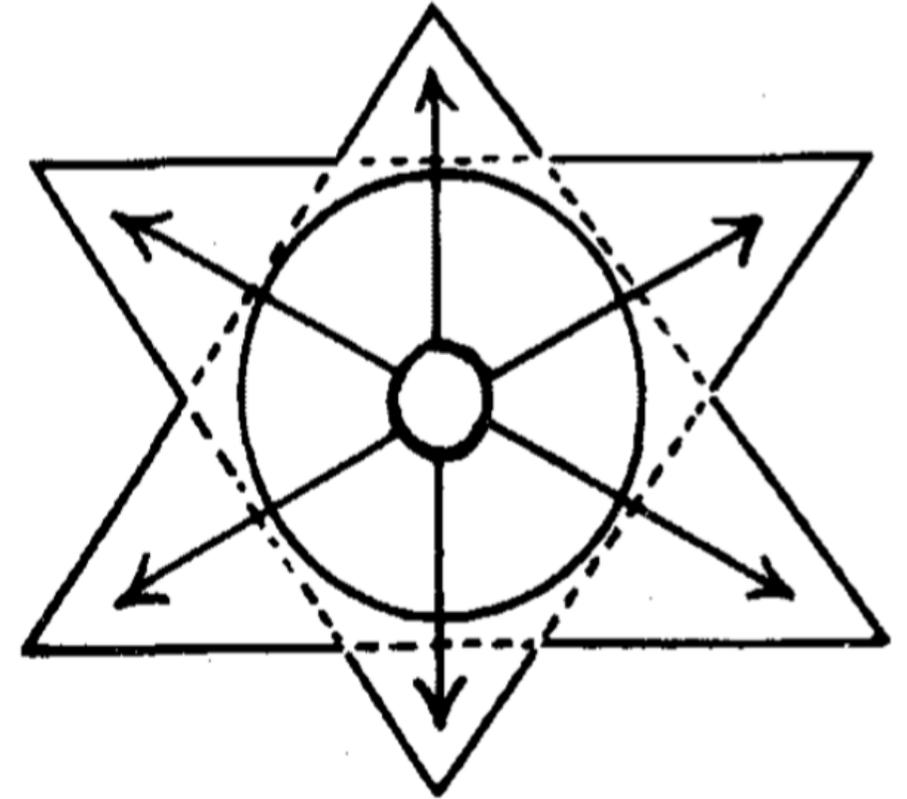


Il carattere masochista

Dalla genesi della psicoanalisi freudiana il masochismo indica due tipologie di comportamento nelle relazioni sociali. La prima è il **masochismo sessuale**, una parafilia dove il dolore e l'umiliazione sono desiderati perché consentono di sciogliere le tensioni del corpo che impediscono il fluire dell'energia ai genitali e ottenere l'eccitazione, sia psichica, sia fisica. La seconda situazione indica una più pervasiva tendenza a esprimere un'ampia gamma di comportamenti auto frustranti nella vita sociale, emotiva e lavorativa. Nel 1924 Freud lo ha definito **masochismo morale** e Reich nel 1941 lo ha ribattezzato **masochismo sociale**.



Il masochismo sessuale

Il masochismo sessuale secondo Edmund Bergler trova la sua origine nella megalomania infantile. Il bambino si considera al centro dell'universo e reagisce energicamente alle frustrazioni. Tuttavia, il suo sistema muscolare non è ancora sufficientemente sviluppato per consentirgli di esprimere tanta furia attraverso la sua aggressività; la sua reazione si manifesta con il pianto, con grida di rabbia, a volte sputando o pestando i piedi per terra. La reazione dei genitori è spesso intrisa di rabbia e raggiunge il bambino con punizioni e frustrazioni. In questo conflitto il bambino non è in grado di vincere, la sua aggressività, non potendo esprimersi all'esterno, si rivolge all'interno, creando una condizione di masochismo psichico. Il masochista è una persona che sembra provare piacere nell'essere percosso o umiliato durante l'attività sessuale.

Wilhelm Reich dimostrò che il masochista non cerca il dolore e l'umiliazione, ma l'eccitazione sessuale. Il piacere nel masochista non trae origine dalle percosse e dalle umiliazioni, ma dall'eccitazione sessuale, che succede alle percosse e/o alle umiliazioni.

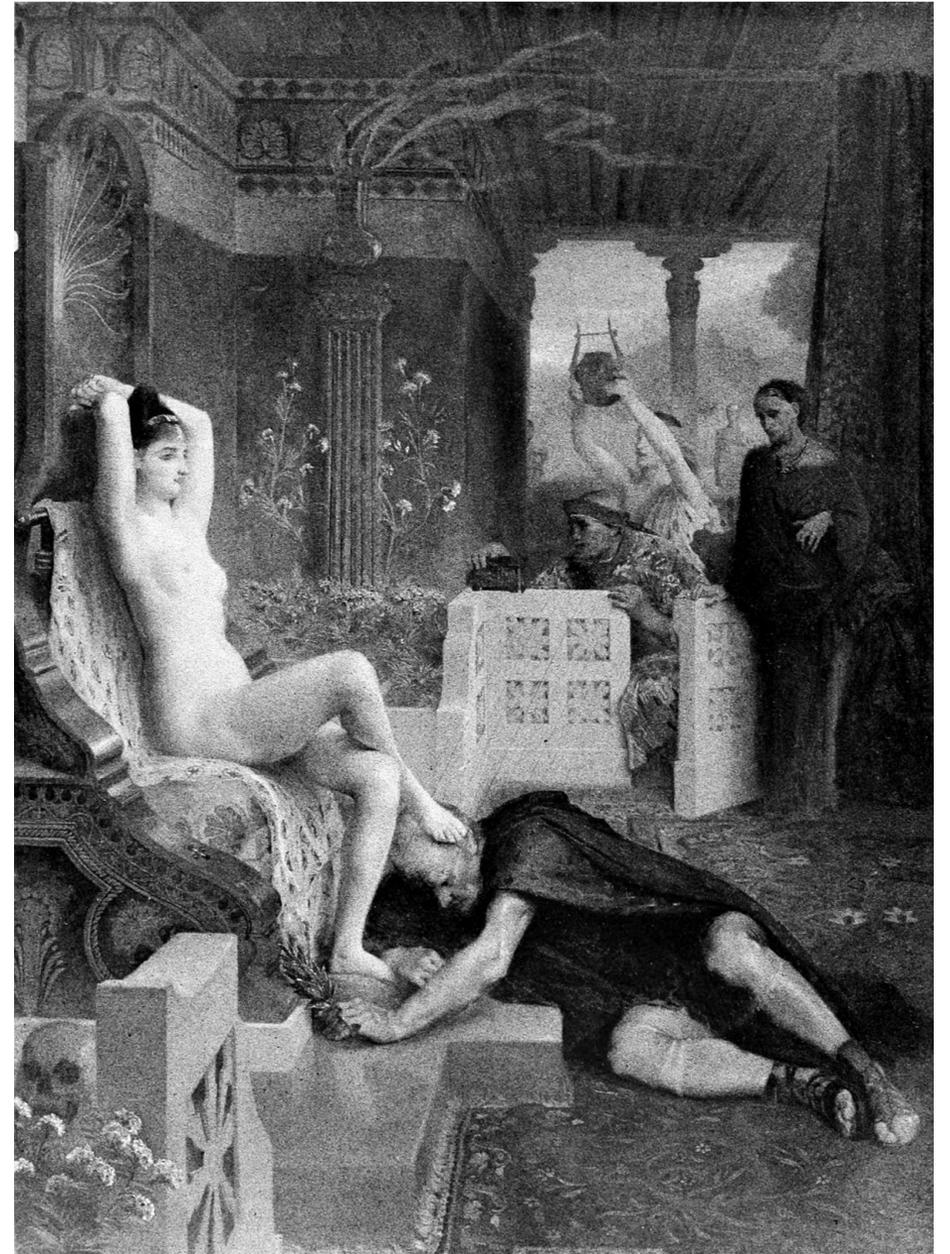
Il meccanismo psichico classico che crea questa strana associazione fra piacere e dolore può essere semplicemente espresso in questi termini: "Se mi percuoti, riconosci la mia natura sessualmente perversa e per punirmi non mi castrai ma ti limiti a picchiarmi".

La punizione che il masochista cerca è sempre intesa in sostituzione del castigo più temuto: la castrazione.



Il meccanismo psichico classico che crea questa strana associazione fra piacere e dolore può essere semplicemente espresso in questi termini: “Se mi percuoti, riconosci la mia natura sessualmente perversa e per punirmi non mi castrai ma ti limiti a picchiarmi”.

La punizione che il masochista cerca è sempre intesa in sostituzione del castigo più temuto: la castrazione. In questo modo può rompere la difesa e rilassarsi. Nelle perversioni si ripete ciò che il bambino ha vissuto, rappresentano pratiche per ritrovare il principio del piacere mediante l’esperienza primaria.



Il masochismo sociale

Il masochismo sociale è una pervasiva tendenza ad esprimere un'ampia gamma di comportamenti auto-frustranti nella vita sociale, emotiva e lavorativa. Uno stile di vita. Un problema esistenziale di base in rapporto all'autodeterminazione e all'autocontrollo. Può coesistere o meno con il masochismo sessuale.

Il masochista percepisce come piacere ciò che dall'individuo normale viene percepito come dispiacere. Freud aveva scoperto che sadismo e masochismo formavano una coppia antitetica. Poi, aveva scoperto che esisteva il sadismo orale, anale, fallico, che si esprimeva come mordere, calpestare, perforare. Il sadismo quindi, nasceva come reazione distruttiva contro la frustrazione della pulsione.

In questa concezione il masochismo è una formazione secondaria che consiste nel volgere contro se stesso la distruttività sadica.

Eros e Thanatos

Freud, abbandona poi tutto questo ribaltando la sua prima concettualizzazione teorica e affermando l'esistenza di una tendenza biologica primaria all'autodistruzione, ossia la pulsione di morte (**thanatos**) antagonista dell'**eros**.

Reich, con lo studio e le ricerche sul carattere masochista, trova una risposta diversa, che confuta la teoria della pulsione di morte. Non esiste una pulsione primaria autodistruttiva. Il masochista segue, anche se in modo apparentemente distruttivo, e quindi incomprensibile, il principio del piacere.



Il masochismo e i suoi modelli di autodifesa

Il masochismo può essere considerato un carattere trasversale come il narcisismo, sono entrambe strutture caratteriali che hanno rinunciato al proprio sé per modellarsi alle esigenze degli altri.

Tuttavia, il narcisismo ed il masochismo presentano profonde differenze tra loro:

Nel narcisismo si osserva un iper-adattamento allo scopo di modellarsi e fondersi alle aspettative degli altri. Quando la “fusione” porta a termine il suo obiettivo: “ora sono come tu mi vuoi”, il narcisista perde il proprio sé corporeo e smette di sentire la sua autenticità e, di conseguenza, non percepisce il profondo dolore per questa perdita.

Nel masochismo, struttura caratteriale più evoluta rispetto il narcisismo, tutto il “pantano” è autenticamente sofferto ed il corpo sente il conflitto, ma senza riuscire a trovare una via d’uscita. Molti comportamenti conseguenti sono orientati nel tentativo di uscire da questa situazione.

Il pantano del masochista

Il masochista cerca il dolore per il piacere; l'unica via d'uscita dal suo pantano è la liberazione esplosiva della sua rabbia e della sua aggressività ingabbiata. Dal punto di vista energetico il carattere masochista possiede una enorme carica energetica che non nasce dalla deprivazione. Al contrario, nel masochista è il troppo che diventa problematico: troppo contatto, troppo nutrimento, troppo amore. Successivamente, per lui diventa difficile ribellarsi a chi lo ha così ben nutrito, non può opporsi al seno buono che lo ha allattato. Questa situazione genera il pantano masochistico.

il masochista crea il suo pantano perché è imprigionato dalla gratitudine.

Stadi evolutivi

1. Il bambino naturale ha fiducia dell'ambiente esterno ed è vibrante
2. Ferita primaria → dimensione della difesa dal suo sé naturale
3. Distrutto e tradito, il bambino comincia a tradire se stesso e adottare comportamenti autodistruttivi. Cosciente del conflitto, sogna la libertà e non ha paura di impazzire
4. Pretenderà di essere ciò che gli altri si aspettano che lui sia, invece di seguire gli impulsi naturali. Nega il suo sé naturale per paura di impazzire e si identifica con il falso sé. Non ha più la coscienza del conflitto e si dissocia

Eziologia

Anche se episodi di volizione nel bambino siano riscontrabili nel primo anno di vita, solo quando la locomozione eretta è automatizzata e le prime capacità di parola si associano ad un pensiero, nel fanciullo emerge con chiarezza il bisogno di determinare la sua specifica espressione del sé e di **opporsi** alla volontà degli adulti. La madre interrompe tutti gli elementi dell'autoregolazione, non rispetta quello che il bambino sente.

Con lo sviluppo della locomozione, della manipolazione degli oggetti, della memoria e del linguaggio, il bambino acquisisce una crescente opportunità di azione libera e indipendente dagli adulti. Questa evoluzione incrementa il potenziale di conflitto tra i suoi desideri di indipendenza, collegati soprattutto alla sua naturale curiosità e i desideri delle figure accuditrici, specialmente quando esse confondono il desiderio di esplorazione con una sorta di perversa tendenza ad esporsi ai pericoli, che spesso suscita nell'adulto ansia e livore. L'adulto si convince che ogni azione repressiva sarà attuata per il bene del bambino e questa giustificazione autorizzerà ogni eccesso orientato verso la repressione.

I genitori sono autoritari e inclini a controllare eccessivamente il bambino. Sono piuttosto invadenti e non rispettano i dovuti confini. Questa costante situazione di sopraffazione induce il fanciullo ad adattarsi, sopraffacendo i suoi stessi impulsi aggressivi, ostili e vendicativi. Allo scopo di non perdere il contatto e ricevere il sostegno indispensabile per la sua crescita, il bambino sviluppa una personalità compiacente e servile, con frequenti tratti passivo-aggressivi che sfuggono alla sua consapevolezza. La mamma interrompe tutti gli elementi dell'autoregolazione. Sembra che lei si occupi del bambino, invece si occupa della sua ansia, ha dato tanto latte e ora chiede il conto.

Per comprendere il masochista occorre ricordare tutte le volte in cui siamo stati picchiati o sgridati ingiustamente, senza la minima possibilità di opposizione.

La rabbia impotente e introiettata, sperimentata in quelle situazioni, ha molto in comune con la rabbia inconscia che l'individuo masochista cova: "*reprimo la rabbia, ma mi vendicherò!*". E' l'imperativo che descrive il sentimento del demone masochista.

Auto sabotaggio

- All'origine, la disparità di potere fu gigantesca, non c'è stata altra via di fuga se non l'auto-frustrazione a difesa dell'orgoglio, con una modalità perversa. L'auto-sabotaggio, agito senza coscienza, rappresenta nel masochista l'atto di aggressione che potrà in seguito negare con facilità. Ricorrendo ai rimproveri e alle punizioni, facendo appello all'amore del bambino per la madre e minacciandolo di privarlo dell'amore materno se non obbedisce, si determina uno stato di confusione:
- I suoi sentimenti di tenerezza sono collegati al blocco della sua aggressività, l'aggressività bloccata impedisce la tenerezza.
- Nella relazione il masochista ha paura del legame, lo fa sentire nelle mani dell'altro e questo lo spaventa.
- Esternamente presenta disponibilità, internamente mette in atto azioni sabotanti.
- Schiacciato dal peso della sottomissione è privo di originalità, tende a sembrare stupido. Spesso il suo bisogno è diverso dal comportamento.

DIRITTO NEGATO: di affermazione e di indipendenza.

IDEALE DELL'IO: io sono un bravo bambino, sarò come tu mi vuoi.

ILLUSIONE DELL'IO: Se sarò bravo sarò amato, se oserò ribellarmi o impormi tu mi umilierai e mi allontanerai (negazione dell'assertività).

Gli studi di Stern (1985) affermano che a 24 mesi di età il bambino inizia a pensare, rappresentare per simboli e articolare il linguaggio in modo diverso, più evoluto dalla precedente semplice capacità d'uso di alcune parole. Diversi ricercatori hanno osservato che, sempre a due anni, il bambino inizia ad evidenziare la tendenza a soddisfare le richieste degli altri ed una significativa tendenza alla condiscendenza. (Stephen M. Johnson, *Stili Caratteriali*, Edizioni Crisalide, Spigno Saturnia (LT), 2004, pag. 228). E' possibile affermare che l'adattamento masochistico non avviene che dopo i due anni, condizionato da un forte conflitto di volontà perché il bambino accetti il doloroso compromesso del modello auto frustrante rappresentato da questo tipo di carattere.

Il sabotatore interno e circolo vizioso

Il sabotatore interno fa fallire i propri obiettivi. E' attratto a sentire l'autorità, a sottomettersi ad essa, ma è portato a fare del sabotaggio, entrando in un pantano che lo imprigiona. Usa la sua energia per obbedienza e non per un obiettivo. Solleva complicazioni, è dispettoso. Ha tanta rabbia compressa ma non può esprimerla perché significherebbe essere cattivo. Il masochista non può esprimere fastidio, rabbia e disappunto se l'altro non è cattivo per primo, quindi è indirettamente provocatorio e strategicamente maldestro (potrà sempre dire: non l'ho fatto apposta). Il suo sabotatore porta l'altro a esplodere, che per il masochista significa essere cattivo. In questo modo il masochista sarà la vittima, quindi, dalla parte della ragione. Questa condizione lo autorizza a esplodere anche lui. Successivamente, si sentirà in colpa e per espiare riprenderà a sottomettersi, questo è il suo circolo vizioso.

Il masochismo è rappresentato dal modo in cui ci sabotiamo rispetto i nostri obiettivi

Umiliazione e vergogna.

- Il narcisista scappa, evita, nega.
- Il masochista si impantana. «Se sarò libero dovrò vergognarmi»

Occorre esplorare la modalità del masochista di vendicarsi, una vendetta sottile che spesso si manifesta attraverso il dispetto.



- Il masochista nega il suo sé per amore
- Il masochista vede obiettivi: «devi essere buono, bravo, etc. C'è la presenza di un genitore autoritario invadente → ti umilia perché non sei buono. L'amore fa sprofondare il masochista nel dovere.

Il sabotatore interno:

- Come mi parla?
- Cosa mi dice?
- Come mi allontana da ciò che mi fa stare bene?
- A quale genitore assomiglia di più?

- Il narcisista nega il suo sé perché è stato ingannato.
- Il narcisista vede orizzonti senza confini. Il genitore lo umilia perché lo vede come un mostro se non aderisce alle attese degli adulti.
- Se non corrispondi alle aspettative, non ti riconosco. Devi essere sempre adeguato e avere successo.
- Dovrai sempre essere il numero uno.

Alice Miller

Alice Miller (1987) ha reso un utilissimo servizio fornendoci una antologia storiografica dei moltissimi saggi e manuali ipocriti sull'educazione dei figli che insegnano ai genitori metodi fondati sull'abuso per stabilire un inflessibile controllo e spezzare la volontà del bambino. Questi includono un continuo e gravissimo uso della forza, inganni, raggiri, manipolazioni, umiliazioni e una degradazione palesemente crudele. E' l'ovvia motivazione per tutto ciò è il **“bene del bambino”**. Questi metodi raccomandati per stabilire un controllo assoluto iniziano già dai primissimi mesi di vita, con un sempre maggiore grado di sofisticatezza delle tecniche autoritarie. Ad esempio, Fay Sulzer (1748, citato in Miller, 1987) scriveva nel suo Saggio sull'educazione de l'istruzione dei bambini: questi primi anni presentano, tra l'altro, anche il vantaggio che si può far uso delle violenza e dei mezzi di costrizione. Con il passare del tempo i bambini dimenticano tutto ciò che è loro occorso nella prima infanzia. Se si riesce a privarli della volontà in quel periodo, essi non ricorderanno mai più di averne avuto una. (Ivi, pag. 231).

Posizione di sottomissione

In tale condizione, abusi fisici, sessuali e psicologici sono somministrati con forme invasive, come frequenti clisteri, alimentazione forzata ed esperienze continue di svalutazione e umiliazione, che sottolineano sadicamente la debolezza e l'impotenza del bambino. I fanciulli così trattati non possono che interiorizzare questi modelli cattivi, questi legami disfunzionali per una vita serena, che condizionano una posizione di sottomissione, ma al tempo stesso di sotterranea resistenza, ribellione e rivalsa.

In questa condizione, la devastazione prodotta dall'intrusione dell'adulto obbliga il bambino a chiudersi per tentare di costruire un confine al pressante e incessante assedio del genitore. L'assedio colpisce costantemente l'espressione più libera dell'elemento psicocorporeo: (controllo degli sfinteri, libertà di movimento, libertà di mangiare secondo appetito, di espressione, etc.).

Modello funzionale

- Abilità,
- Aperto all'esperienza,
- Sente il corpo,
- Sente i sentimenti connessi al corpo,
- Esprime i sentimenti,
- Fa movimenti adeguati per raggiungere gli obiettivi

Modello disfunzionale

- Si ritrae di fronte all'esperienza,
- Ha difficoltà a sentire il corpo,
- Ha difficoltà a sentire i sentimenti connessi al corpo,
- Non esprime i sentimenti,
- E' bloccato e non fa movimenti adeguati per raggiungere gli obiettivi

Il masochismo primario e secondario

MASOCHISMO PRIMARIO. Questa drammatica riduzione della libertà, in un periodo particolare della vita del fanciullo (fase anale, due anni di età circa), è la più devastante. Il bambino sarà costretto a chiudersi per non essere invaso da un genitore che controlla costantemente l'espressione più libera dell'elemento psicocorporeo. Soprattutto il controllo degli sfinteri anali precocemente, prima dei ventiquattro mesi (*prima dei due anni il bambino non è fisiologicamente in grado di controllare la muscolatura sfinterica e quindi trattenere le feci*), che costringe il piccolo ad agire sulla muscolatura dei glutei e dei vicini muscoli sinergici. Si aggiunge una invadente e costante limitazione della libertà di muoversi.

Nell'adulto, quando il masochismo è più primario emerge la parte anale, si sente nella sua pancia, trattiene tutto, l'effetto psicosomatico più frequente è la stipsi.

Masochismo secondario. Il masochismo secondario è pre-edipico, si struttura più tardi, intorno ai tre, quattro anni di età attraverso stadi evolutivi. E' raro che la stessa madre, incline ad invadere e sottomettere i figli, non presenti un comportamento "*castrante*" durante tutto il percorso evolutivo del bambino, è altrettanto raro osservare il masochismo secondario privo di tracce risalenti a quello primario.

L'infelicità dell'uomo dipende semplicemente da quello che facciamo subire ai bambini: tutti i sistemi educativi inventati dal super-lo finiscono per frantumare la personalità del bambino, rendendo poi impossibile la spontaneità nell'adulto. Il bambino è obbligato dalla repressione esercitata dagli adulti a maltrattare il suo essere più profondo, diventando così infelice. Durante la terapia, quando riaffiora e si scarica tutta questa sofferenza, la persona può tornare a essere felice e a riprovare l'onda oceanica. (Gerda Boyesen, Tra psiche e soma, Casa Editrice Astrolabio, Roma, 1999, capitolo III, pag. 96).

Per comprendere nel concreto la situazione che condiziona nel bambino la posizione masochistica, facciamo un esempio: immaginiamo un bambino che mentre gioca allegramente sulla spiaggia, in una assolata giornata di agosto, si allontana dalla sua mamma. In questa atmosfera serena, le onde del mare scivolano sul bagnasciuga, alcuni bambini scavano buche e si divertono plasmando la sabbia, gli adulti sono sorridenti. All'improvviso, l'urlo di una mamma che pronuncia il nome del figlio con tono alto e vibrato, blocca il bimbo e pone fine alla sua interessante esplorazione. La mamma lo raggiunge velocemente: "come mai, proprio tu, **mi** fai questo? Quando non ti vedo perché ti allontani, mi si spezza il cuore!" Il bambino si sente in colpa per essersi allontanato. Segue una sottomissione masochistica per adattamento alla relazione con una madre ansiosa e colpevolizzante. *Molto diversa invece, è la situazione del bambino costretto a stare fermo sul lettino e prendere il sole per abbronzarsi, in quest'ultimo caso non c'è relazione con la madre. In quest'ultimo caso la costrizione imposta è più vicina agli elementi strutturanti della posizione narcisistica.*

Gli stadi evolutivi del masochismo sono quattro:

- Il bambino naturale si trova a suo agio ed ha fiducia nell'ambiente esterno, è un bambino vibrante.
- Le condizioni ambientali creano la ferita primaria, emerge la dimensione della difesa dal suo sé naturale. In questo modo il bambino inizia a rinunciare alla sua autenticità.
- Stadio della dimensione masochistica: paura e terrore. Distrutto e tradito, comincia a tradire se stesso e ad adottare comportamenti autodistruttivi. Sogna la libertà ma ha paura di impazzire, entra nel pantano masochistico.
- Il quarto stadio è la dimensione narcisistica del masochismo di paura e terrore. Il bambino comincia a pretendere di essere ciò che altri si aspettano che lui sia, invece che seguire gli impulsi naturali. Nega il suo sé naturale per paura di impazzire e si identifica con il suo falso sé. Perde la coscienza del conflitto e si dissocia. In questa ultima fase è importante sottolineare le **differenze sostanziali degli imperativi del masochista e del narcisista:**

NARCISISMO: devo superare la vergogna; se non sento più nulla, posso fare quello che voglio

MASOCHISMO: devo superare l'umiliazione; sento la frustrazione e mi carico il peso della situazione

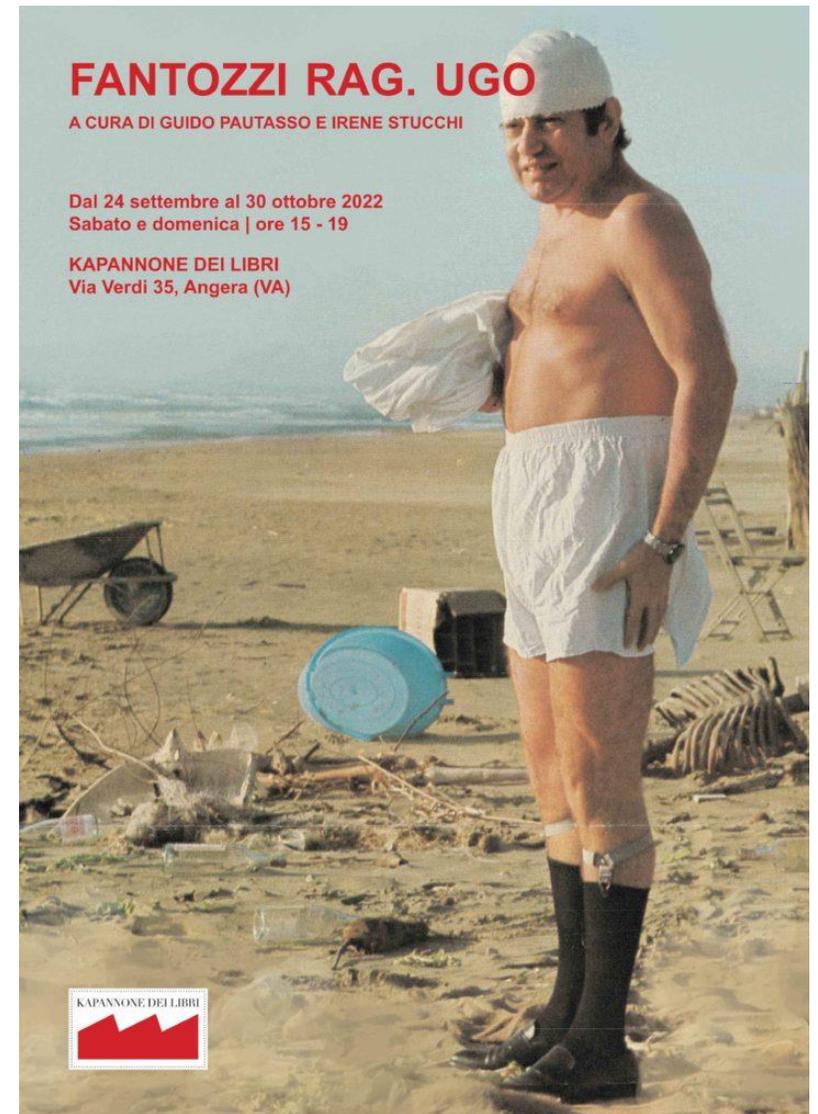
Il corpo e la situazione del masochista

Il corpo di un individuo è modellato dalla sua condizione bioenergetica. Nella struttura masochista, a differenza di quella orale, la carica energetica interessa tutto il corpo. Ma questa carica è tutta costretta verso l'interno, anche se non "congelata". Per questa intensa ritenzione energetica, gli organi più periferici presentano una carica debole, insufficiente per scarica e liberazione; di conseguenza **ogni azione espressiva è limitata**. La ritenzione è talmente forte da causare una compressione e un crollo dell'organismo. Il crollo avviene alla vita, quando il corpo si piega sotto il peso delle tensioni. Gli impulsi diretti verso il basso e verso l'alto sono soffocati nel collo e alla vita; si spiega così la forte tendenza all'ansia, tipica di questa personalità. E' fortemente limitata l'estensione del corpo che non riesce a tendersi o protendersi verso l'esterno. Il masochista sembra soffrire nei movimenti di estensione e non manca di sottolinearlo con smorfie e tensioni facciali che accompagnano l'allungamento, soprattutto degli arti superiori. La minore estensione è causa dell'accorciamento della struttura. Inoltre, nei momenti di sofferenza (esercizi fisici di resistenza), difficilmente si concede di interrompere l'attività, tende a resistere stoicamente.

Caratteristiche fisiche

Un corpo basso, tarchiato e muscoloso è tipico della struttura masochistica. Non è raro osservare un'abbondante crescita del pelo corporeo, come se i suoi confini rivendicassero una estensione, per controbilanciare le difficoltà di allungamento verso l'esterno. Il collo si presenta corto e grosso, perché il masochista tende a tenere il capo incassato. Come se fosse messo giù dalla testa da una potente mano che lo comprime per impedirgli di sognare, mentre una voce scandisce i suoi doveri: **“sarai il bastone della mia vecchiaia, posso contare solo su te, tu non mi tradirai mai, etc.”** Questa situazione crea una forte tensione al collo che impedisce alla voce di esprimersi liberamente. Possiamo osservare frequentemente occhiaie che circondano gli occhi e offuscano la luminosità dello sguardo, come per annunciare che in quella zona qualcosa non circola bene. L'umiliazione gli cancella l'intelligenza dal volto.

La vita è corta e grossa e presenta un avanzamento della pelvi che condiziona una cronica contrazione dei glutei, tale da fare apparire il sedere appiattito. Una postura che ricorda l'immagine di un cane con la coda tra le gambe. In questo modo il corpo si piega a livello della vita e si accascia. E' presente un enorme punto di tensione nell'ano che diffonde circondando la cerniera lombo-sacrale e includendo la pancia. Una situazione posturale che ricorda un bozzolo chiuso e difeso, dove non è possibile entrare. La testa è molto carica energeticamente, si trova come "*incassata*" nelle spalle; il collo taurino è come stretto in una morsa. Il viso comunica ingenuità ed innocenza, con l'aumentare dello stress può contrarsi esprimendo una smorfia di dolore; la gola, la bocca e le mascelle si presentano spesso serrate.

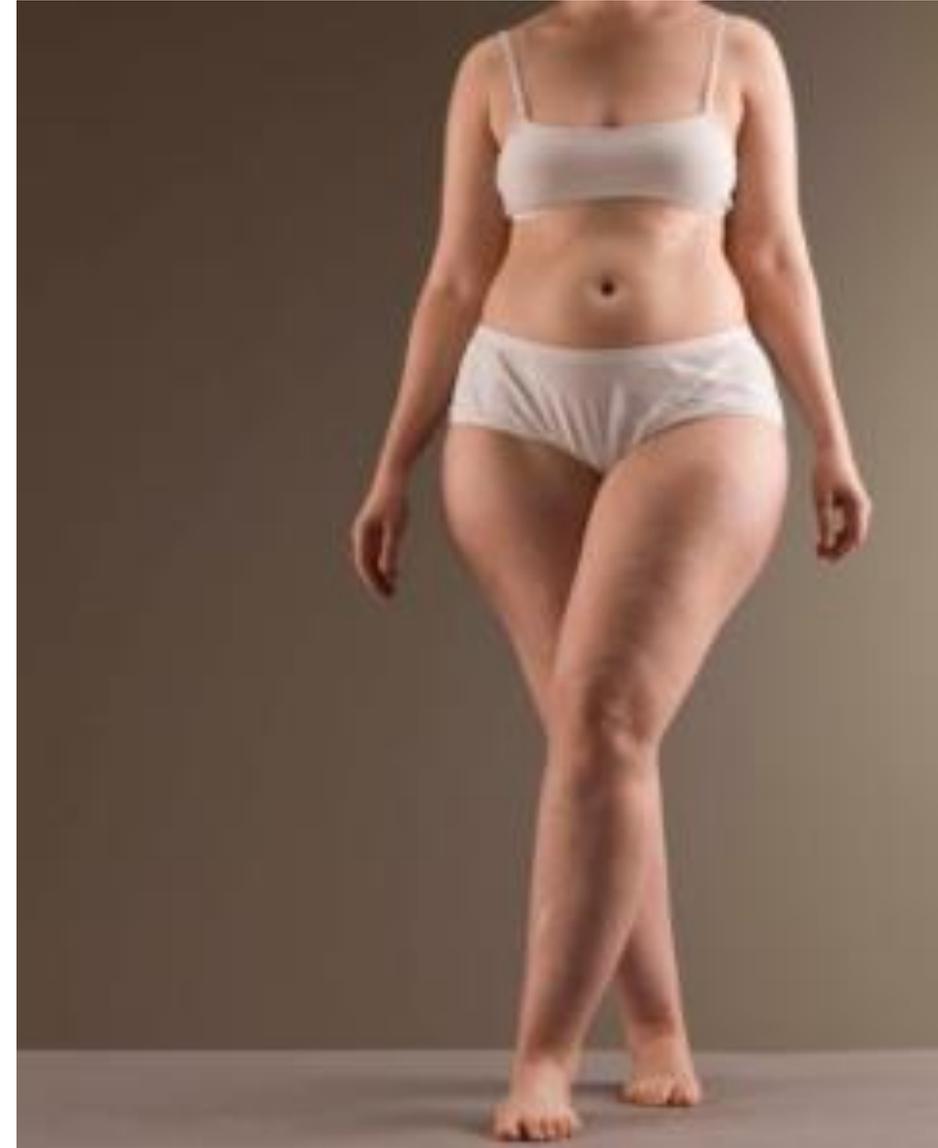


Dallo sguardo traspaiono occhi sospettosi. Il torace e la sua muscolatura sono ipertrofici, presentano una forza straordinaria. Gli arti inferiori presentano femori corti, una grande quantità di cellule adipose che fasciano i muscoli quadricipiti e bicipiti femorali, comunque forti e tonici, le fanno apparire grosse; i polpacci sono grossi per ipertrofia muscolare.

La deambulazione in una permanente situazione di pressione dall'alto, (come se fosse messo giù dalla testa da una potente mano che lo comprime per impedirgli di sognare e un avanzamento della pelvi che condiziona una cronica contrazione dei glutei, tale da fare apparire il sedere appiattito), imprime una particolare condizione delle articolazioni della catena estensoria degli arti inferiori:

- I. Anca retroversa,
- II. Rotula avanzata rispetto all'asse del tronco, come conseguenza dello squilibrio della cerniera lombo-sacrale
- III. Aumento della escursione articolare della tibio-tarsica (caviglia) per controbilanciare la proiezione in avanti e mantenere una buona condizione di equilibrio all'interno di una situazione articolare generale fuori armonia dinamica.
- IV. L'escursione articolare amplificata della caviglia condiziona un maggiore lavoro (massa x accelerazione x spostamento), dove l'escursione articolare interviene sullo spostamento, la massa è costituita dal peso del soggetto e l'accelerazione dallo stile di camminata.
- V. Il lavoro (resistenza locale) di un distretto muscolare condiziona la stimolazione, il cui fisiologico processo di adattamento è l'incremento del patrimonio proteico (aumento numerico delle miofibrille nella fibra muscolare = ipertrofia muscolare).

Per questi motivi i muscoli **polpacci** del carattere masochista sono particolarmente **sviluppati** e possono essere considerati con caratteristiche opposte a quelli del carattere schizoide, proprio per i diversi adattamenti alle opposte situazioni posturali: il primo “pressato” verso il basso, il secondo “sospeso” in alto. I piedi presentano una caratteristica simile a quella riscontrabile nel carattere orale, hanno l’arco plantare collassato. Si differenziano dal carattere orale per la sottigliezza delle caviglie e per la scarsa definizione dei dettagli plantari: dita, dorso talloni appaiono tozzi e privi di una netta separazione. La pelle dei caratteri masochisti tende ad avere una sfumatura bruna, dovuta al ristagno energetico.



Situazione psicologica

Il masochismo, unitamente al narcisismo, sono strutture caratteriali che hanno rinunciato al proprio sé per rimodellarsi alle esigenze degli altri. Nel narcisismo agisce un iper-adattamento per modellarsi e fondersi alle aspettative degli altri. Come reazione il narcisista ha inibito fortemente il sentire il proprio conflitto interiore (non sento più nulla e posso fare quello che voglio). Il genitore non possiede una parte buona che innesca la gratitudine. Il narcisista nega il suo sé per ch  è stato ingannato. La dimensione del narcisista   la vergogna.

Nel masochismo, carattere pi  evoluto, tutto il pantano   sofferto e il corpo sente il conflitto, ma sta nel conflitto senza trovare una via d'uscita (*sento la frustrazione e mi carico il peso*). Molti comportamenti sono volti ad uscire dalla situazione stagnante. Il genitore possiede quella parte buona che innesca la gratitudine (*pi  energia, anche muscolare*). Il masochista nega il suo s  per amore, legame, attaccamento. La dimensione del masochista   l'umiliazione.

Per effetto del suo forte controllo, nel masochista l'aggressività è molto limitata, così come la sua autoaffermazione. L'autoaffermazione è sostituita dal **continuo lamento e dalle lagnanze**, anche sotto forma di piagnisteo. Il gemito è la sola espressione vocale che si libera facilmente dalla gola, contratta e soffocata. La sua carica energetica è stagnante per via del suo forte controllo che crea in lui la sensazione di essere impantanato, incapace di muoversi liberamente. E' caratteristico l'atteggiamento di sottomissione e di compiacenza. A livello cosciente il masochista si identifica con il tentativo di compiacere, ma a livello inconscio questo atteggiamento è contraddetto dalla presenza di astio, negatività e ostilità. (*Alexander Lowen, Bioenergetica, Feltrinelli, Milano, 2004, cap. V° - pag. 144*). Il masochista cerca il dolore per il piacere, l'esplosione è la sua unica via d'uscita dal pantano. La sua struttura presenta una grande carica energetica, infatti non nasce dalla deprivazione. Al contrario, nel masochismo è il troppo che diventa problematico (*troppo contatto, nutrimento, amore, nelle prime fasi della vita*). Successivamente, diventa assai difficile ribellarsi a chi lo ha ben nutrito, al seno che lo ha allattato. E' proprio questa situazione che crea il pantano, dentro il quale egli è imprigionato dalla gratitudine.

Il masochista è assolutamente solido e porta avanti gli obiettivi dati per costrizione, senza piacere e con dolore. Al contrario, per il carattere rigido raggiungere gli obiettivi provoca piacere, riesce in questo modo a sedurre gli altri, il masochista non è seducente e fa tutto per dovere, se lo impone. Prigioniero di questa modalità, gli è **difficilissimo dire di no**. Riguardo agli obiettivi, nel masochista è presente un sabotatore interno che lo trascina nel fallimento. E' attratto a seguire l'autorità, ma è portato a fare del sabotaggio. Sabota la sua autorità interna (*sé ideale*) e non fa movimenti adeguati per raggiungere gli obiettivi, in costante conflitto con l'autorità stessa.

Sottomissione e sabotaggio si fondono in un "**liquame**" nel quale si **impantana** senza riuscire mai ad uscirne completamente. Il masochista usa l'energia (*lavoro*) per obbedienza, non per un obiettivo. Nelle relazioni con gli altri solleva complicazioni, è dispettoso, sabotante.

Posizione di avere ragione

- E' presente una forte rabbia, ma **può permettersi di essere cattivo solo se l'altro è cattivo**; così ha affinato col tempo una peculiare abilità: porta l'altro ad esplodere, così può esplodere anche lui. Essere maldestro è una tattica e non uno stato, potrà dimostrare in futuro di non averlo fatto apposta.
- In sintesi, l'aggressività è sostituita da un comportamento provocatorio, agito con lo scopo di ottenere una reazione dell'altra persona abbastanza forte da permettere a lui di **sentirsi nella posizione di avere ragione**. La sensazione di essere nel giusto e la reazione forte dell'altro sono gli ingredienti necessari per consentire al masochista di reagire in modo violento ed esplosivo. Nel masochista è sempre presente un senso di colpa.

Psicoterapia per il masochista

In terapia il lavoro consiste anche nel fargli notare il suo circolo vizioso:

Sottomissione → dispetti → reazione dell'altro → sentirsi dalla parte di avere ragione → esplodere → senso di colpa → sottomissione ed esplorare insieme diverse modalità di relazione, alleandosi con la parte adulta del paziente.

- Imparare a fidarsi di una relazione spontanea,
- Reagire se ingiustamente attaccato,
- Identificarsi con la sua forza e non con l'umiliazione e la vergogna. La forza c'è per affermarsi e dire di no, quando opportuno,
- Meglio l'umorismo che la tristezza, puoi scegliere tra i due,
- Io posso al posto di io non posso
- Modificare il senso di grounding. Non serve a portare tutti i pesi, pressione a stare sotto, ma come radicamento aderente alla realtà.

Il masochista nella relazione

Nella relazione il masochista si sente incatenato, perde la libertà (devo essere buono, un lavoratore, bravo, etc.).

Le sue convinzioni:

- Potrò essere libero e solo, oppure
- Insieme ma al guinzaglio nella tristezza dell'essere dominato. Fugge per riscoprire la sua libertà: libero solo lontano da te. Da una parte fa il bravo, dall'altra fa i dispetti per poter andare via.

Il cane addestrato ha sempre un velo di tristezza, il cane libero è libero, contento e non si occupa molto del padrone.

Senso di colpa

Il masochista è sommerso dai sensi di colpa. In terapia è importante fare attenzione a togliere il senso di colpa, perché per masochista il senso di colpa è anche un regolatore. Se tolto emerge una potente energia aggressiva e il masochista può scivolare nella dimensione borderline, insopportabile per l'esterno. Occorre disinnescare l'aggressività che c'è dietro e dare alla parte aggressiva la dignità della protesta, negata nel corso dello sviluppo infantile.



Il piagnucolio della voce e la mania di tormentare il prossimo

- Il masochista possiede un sistema energetico fortemente caricato, che può bloccarsi tra due impulsi antagonisti: “desiderio di espressione, paura delle conseguenze”, ma è comunque facile suscitargli l’affetto. In terapia non è infrequente ascoltare il piagnucolio della voce del masochista. In un caso clinico citato da Alexander Lowen è descritto, in un passaggio, proprio questa situazione.
- *...Era necessario analizzare il piagnucolio della voce. Non appena glielo feci notare, affiorò il risentimento contro di me. Non facevo abbastanza per aiutarlo, per me egli provava disprezzo, ma tutto ciò si esprimeva in una voce lamentosa. Ecco dunque la provocazione masochista sussurrata timidamente: “Non sei in gamba, non puoi aiutarmi.”*

La mania masochista di **tormentare il prossimo**, il lamento masochista, la provocazione masochista e la sofferenza masochista si spiegano sulla base del mancato soddisfacimento fantastico o reale di un desiderio d'amore inesaudibile e qualitativamente sempre più intenso. Questo meccanismo è tipico del carattere masochista, non si manifesta in nessun'altra forma di nevrosi.

Ma perché il bisogno di amore è inesaudibile? Reich dice: "Il carattere masochista cerca di legare la tensione interiore e l'angoscia incombente ricorrendo a un metodo inadeguato, cioè con l'invocazione dell'amore sotto forma di provocazioni e di ostinazione".

Naturalmente il tentativo non può che fallire, e il carattere masochista è prossimo alla consapevolezza di questo inevitabile fallimento, ripetutosi più volte, e addirittura lo riconosce. A un certo livello egli vuole che il tentativo fallisca, per tre principali motivi:

1. Bisogno di sperimentare la punizione,
2. Il fallimento sottolinea e giustifica la sua inadeguatezza e il biasimo può essere riversato sugli altri,
3. Il masochista teme il successo perché lo porta alla ribalta, suscitando forti angosce associate all'esibizionismo.

I continui fallimenti mantengono il paziente nel suo pantano. Dentro il suo pantano, il masochista è come un ubriaco caduto in un rigagnolo.

Piagnucola in cerca di aiuto, ma quando il buon samaritano gli tende una mano, lo tira giù nel rigagnolo affinché si sporchi.

Non si tratta di una volontà cosciente: è il risultato inevitabile del modello di comportamento del carattere masochista. Per capire il problema bisogna immaginare il masochista come un individuo profondamente umiliato che si sente inferiore.

Il suo comportamento può essere interpretato come: “Vedi, non sei migliore di me.” La storia della sua infanzia non lascia dubbi sulle umiliazioni subite. (*Alexander Lowen, Il linguaggio del corpo, Feltrinelli, Milano, 1981, cap. X° - pag. 175*)

Esercizi bioenergetici

Il masochista è molto protetto, la sua massa muscolare impedisce alla rabbia di esplodere. Il lavoro bioenergetico dovrà essere sufficientemente intenso in modo da penetrare il suo scudo muscolare protettivo. Ha bisogno di sentire il conduttore forte per contenere la sua forza esplosiva e ha bisogno di spazio per potersi stirare bene, diversamente può sentirsi soffocare. La sua parte imprigionata blocca la parte libera, spontanea. Il suo modo di tormentarsi lo invita a fare l'esercizio bene, capire bene le indicazioni, non commettere errori.

