

# Il carattere schizoide

Per comprendere la difesa schizoide occorre osservare la parte di noi che si è dimenticata la saggezza dell'esperienza e si ritira nel mondo della mente.

Ogni volta che ci sentiamo non accolti ci sentiamo minacciati.

Trattenere il respiro e congelare tutto il corpo come reazione a una situazione terrificante.

A. Lowen. Formazione del carattere: nucleo centrale autoregolante, contrapposto alla visione freudiana di Eros e Thanatos. Wilhelm Reich si allontana dalla visione di Thanatos, non c'è un istinto di morte da fronteggiare. Il bambino nasce pulsante con un innatismo verso l'autoregolazione della pulsazione (espansione e contrazione), il bambino ha fiducia totale nell'ambiente che lo accoglierà. **Il «potere» è nelle mani di chi accoglie.**



C'è stato l'impatto con un mondo esterno che non coincide con la vita, conflitto tra natura e cultura. La cultura crea un «NO» ad un'energia che si muove in direzione della vita (es. madre ostile perché forzata alla gravidanza). Il benessere della madre è collegato anche al ruolo paterno e passa al bambino influenzandolo sia a livello emozionale, sia a livello somatico, sia a livello neurologico.

Come vive la mamma il rapporto con la vita e col corpo?

La madre non accetta il bambino nei suoi aspetti più vitali.

Se c'è una minaccia alla vita la memoria corporea si orienta verso la sopravvivenza, fin dalla nascita. Impatto che dice «NO» all'energia vitale. L'energia ritorna e per non distruggere deve **scindersi, frammentarsi**. L'effetto devastante di quel «NO» rientrerebbe nell'organismo e lo distruggerebbe.

Scissione mente corpo.



## ACCETTAZIONE

Percezione del calore, la memoria sensoriale per un utero caldo e non minaccioso, per uno sguardo accogliente e per abbracci calorosi.

## MINACCIA ALLA VITA

Memoria corporea alla sopravvivenza, percezione della minaccia alla sopravvivenza dalla nascita. Impatto che dice «NO» all'energia vitale. Se il NO rientrasse nell'organismo del piccolo, la sua stessa energia lo distruggerebbe



Per questo motivo l'energia si scinde e si frammenta

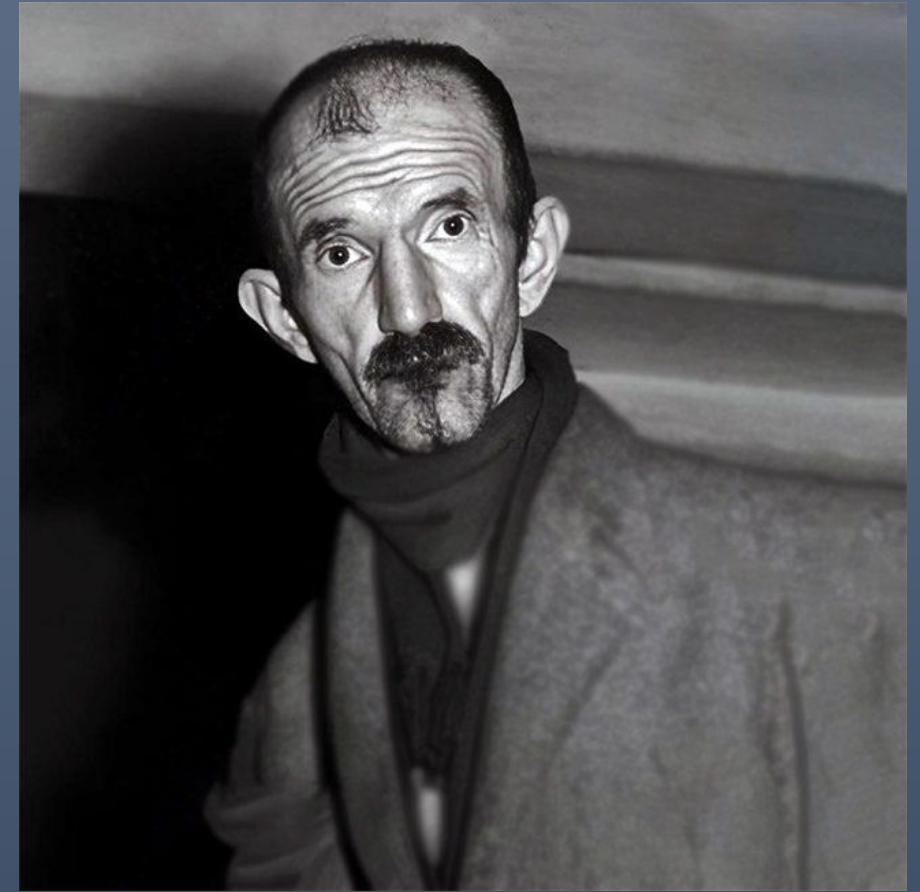
Il corpo traumatizzato si rifugia nella mente che nega il corpo. Unica possibilità per sopravvivere a un impatto che poteva distruggerci.

La scissione realizza un'illusione rispetto la vita:

- Posso tenere a bada le sensazioni distrutte, in questo modo la mente può dimenticare ciò che ha fatto male.

Es. bambino minacciato inizia a guardare in aria. Tenta di portare avanti il proprio meccanismo di sopravvivenza: «ciò che riesco a capire mi salverà da quello che sento».

Mi rifugio nella capacità di comprendere l'esterno, essere cognitivo, lontano dall'interno: emozioni e sentimenti. Distacco dall'esperienza sensoriale. Rifiuto tutto ciò che è vivo.





## Es. **gioco - contatto**

Sentire è pericoloso!

Mi riporta alle memorie corporee primarie.

Più forte è stata la minaccia, maggiore sarà la difesa.

Esperienza del parto e primo periodo di vita: qualsiasi cosa mi tocca può distruggermi; se sto nella mente sono salvo. Il neonato guarda fuori, perché guardare dentro è terrorizzante.

Risposta traumatica, il contatto mi fa male



Inizialmente è un atteggiamento somatico che in seguito crea un illusione: **«io sono la mia mente, negazione del corpo»**.

Il mondo sarà riconosciuto attraverso la teoria e non i nostri sensi.

Il bambino perde la capacità di sperimentare la vita, enfatizza la possibilità di comprenderla.

**Sperimentare = corpo**

**Comprendere = mente**

Il bambino progressivamente si allontana dai dati sensoriali e sviluppa un'amplicata fiducia nella mente e nel ragionamento.

Conflitto tra



FORZA VITALE



Rabbia per aver ricevuto i NO



MADRE CHE DICE  
NO ALLA VITA



Dietro l'evitamento c'è una **rabbia omicida**, che è la stessa che lo ha colpito da bambino e che ha interiorizzato.

Il **terrore** è di copertura alla rabbia. La rabbia emerge quando si attacca la difesa (energia). Lo schizoide tenta di tenersi insieme.

**Pianto.** L'individuo che non piange è come una terra arida, ognuno piange tutte le lacrime che gli servono per desertificare, non si può decidere quando è opportuno smettere. Occorre continuare fino a che il corpo piove se stesso e idrata il terreno.

Pancia. Parte viscerale

➔ Nei caratteri primari non c'è ancora una muscolatura scheletrica forte



La muscolatura peristaltica intestinale e il diaframma chiudono le sensazioni profonde del corpo

L'adulto non accettato da bambino, incontra nella non accettazione la paura primaria di non poter sopravvivere.

### **ESSERE SPECIALE** per

Narcisista: pensa che tutto gli sia dovuto e non fa nulla.

Schizoide: fatica, suda, si applica, si impegna.

### **IL MANCATO APPREZZAMENTO** per

Narcisista: va nel panico.

Schizoide: se ne fa una ragione, comprende e si organizza.

### **LE DIFESE** per

Narcisista: deboli, fluttuanti; se accettato si rilassa.

Schizoide: molto forti. Diffidente davanti all'accettazione, è evitante.



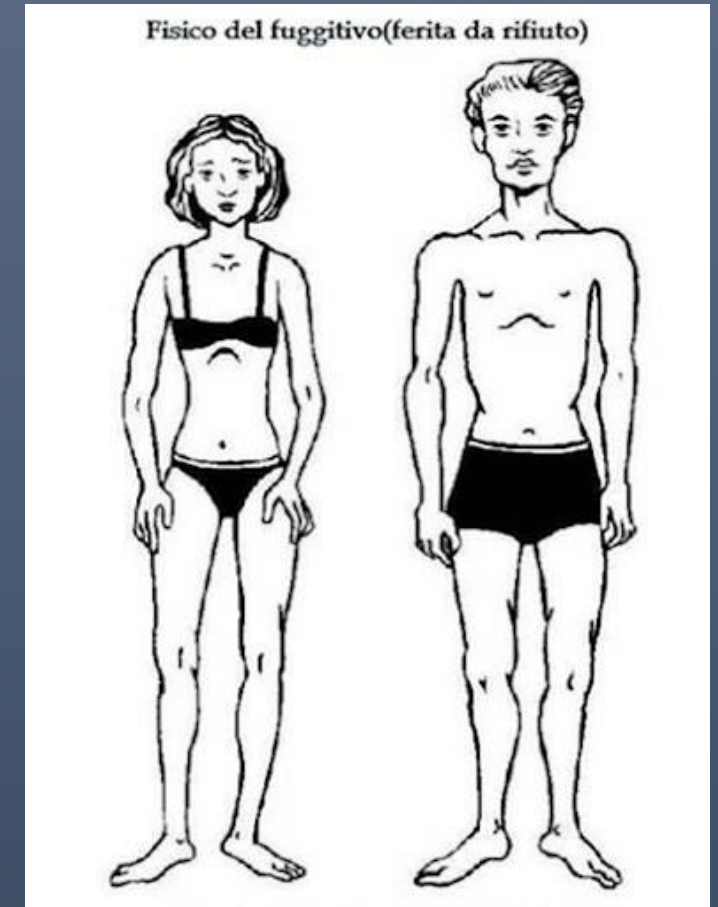
# Il corpo nella struttura schizoide

## **Nella persona normale**

Il corpo è vitale e la carica energetica periferica si rivela nel tono e nel colorito della pelle, nella luminosità dello sguardo, nell'armonia della motilità e nella capacità di rilassare i muscoli e stare comodi.

## **Nella condizione schizoide**

L'energia è racchiusa in nuclei interni, protetti da una rigida barriera muscolare in costante stato di contrazione e utile ad impedire il collasso minacciato dal vuoto interno. La minor carica superficiale rende la pelle ipersensibile. La contrazione cronica dei muscoli è responsabile del restringersi del corpo, che prende così il tipico aspetto astenico.

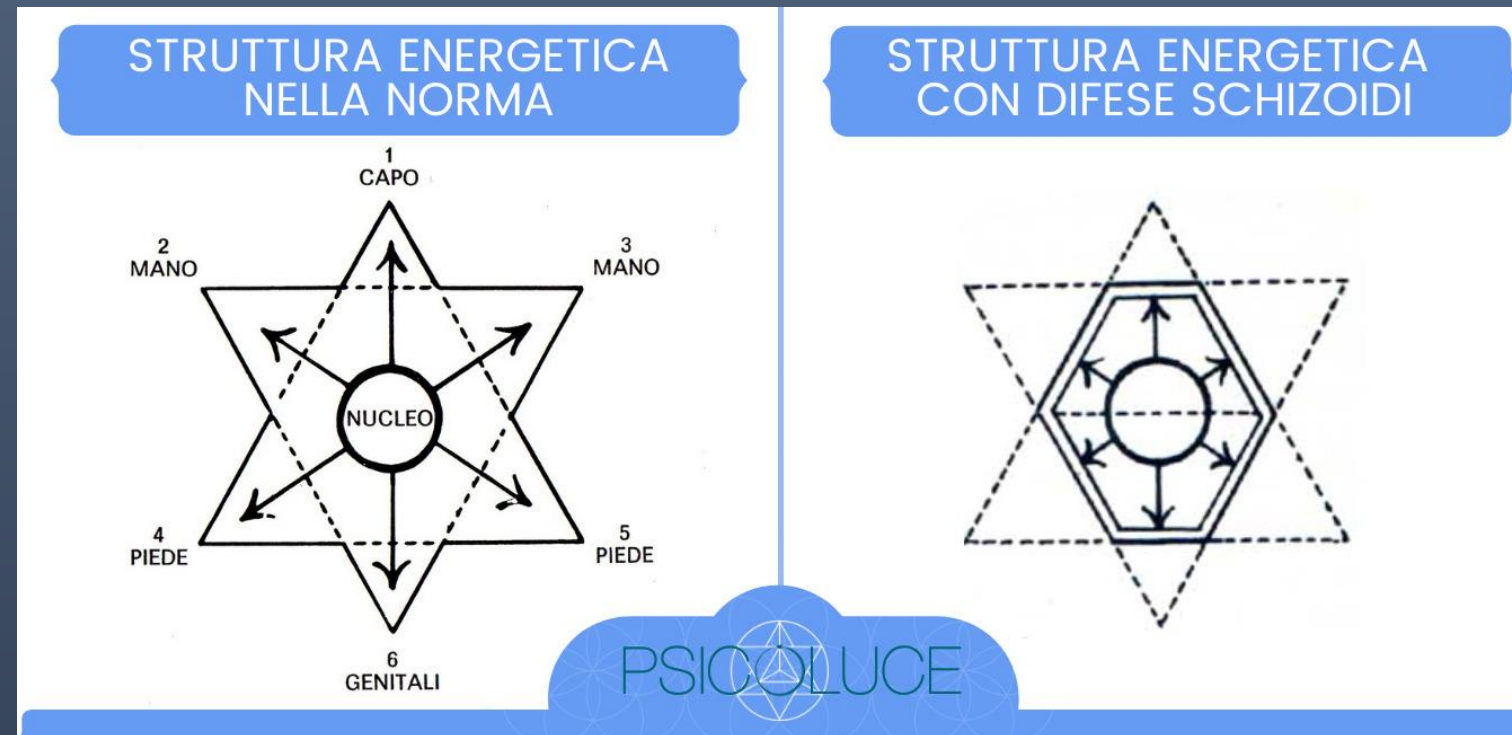


## Blocchi nella struttura schizoide

Il blocco muscolare si forma con il blocco del respiro, se non apriamo prima il respiro il corpo si organizza sempre con i suoi blocchi.

I blocchi specifici della struttura schizoide separano la testa, gli arti superiori, gli arti inferiori ed i genitali dalla parte centrale del corpo.

Un altro blocco costantemente presente é alla vita, collegato all'estrema tensione del diaframma.



Il corpo nella struttura schizoide

Il corpo ci apparirà tirato indietro ed in su: lo spazio nel torace, nell'addome e nella pelvi é vistosamente ristretto.

La figura é allungata, sottile e rigida, con una muscolatura ipotrofica.

L'aspetto é scarno, ossuto e spigoloso

(questo é un tipo di corpo che ritroviamo frequentemente nell'iconografia prerinascimentale)



## La muscolatura nello schizoide

Sono cronicamente contratti soprattutto i muscoli piccoli e profondi collocati intorno alle articolazioni.

Per esempio nel caso della spalla, più che i grossi muscoli superficiali come il trapezio ed il deltoide, sono contratti il romboide, il piccolo ed il grande rotondo, il sovraspinato ed il sottospinato. Esistono alcune varianti alla tipologia classica dello schizoide, meno frequenti, in cui la muscolatura superficiale ha una consistenza flaccida oppure è, al contrario, tonica da atleta. In ogni caso anche in queste tipologie i muscoli piccoli e profondi sono particolarmente contratti



# La testa e il collo dello schizoide

La manifestazione più tipica del blocco oculare nell'individuo schizoide é rappresentata dal disallineamento di testa e collo rispetto al resto del corpo "come se la testa fosse spinta fuori dalla linea principale di flusso dell'energia".

Classicamente la testa si presenta tirata indietro ed il collo é rettilinizzato, andando a perdere la normale curvatura all'indietro (lordosi cervicale). Altre volte la testa é girata da un lato o dall'altro, ed altre ancora é reclinata verso una spalla piuttosto che l'altra

# La maschera dello schizoide

Nel viso dell'Adulto può rimanere fissata l'espressione di terrore con gli occhi spalancati, ma più comunemente il viso assume espressioni meno esplicitamente spaventate. A volte possiamo notare la maschera del Clown (sorriso fisso senza la partecipazione dello sguardo)

La maschera dello schizoide ha spesso un sorriso timido e rigido, scollegato da ogni sentimento. Talvolta la rigidità dei muscoli intorno alla bocca é tale da stirare le labbra in una sorta di ghigno di superiorità. Oppure prevale la rigidità del massetere facciale, con bocca chiusa e labbra serrate.

Si può talvolta intravedere l'innocenza di un bambino o l'arroganza del nobile.

# Gli occhi e lo sguardo

Gli occhi dello schizoide non fanno contatto, non sono mai né caldi né vivaci, spesso appaiono vuoti e disabitati, a volte sospettosi o che guardano lontano. L'espressione dello sguardo è regolata dalla muscolatura intrinseca dell'occhio che a sua volta regola i movimenti della pupilla; inoltre nell'espressione entrano in gioco in maniera più grossolana i muscoli intorno agli occhi, come l'elevatore della palpebra o il muscolo corrugatore delle sopracciglia.

L'espressione del suo viso è raggelata dal terrore sottostante  
*(Alexander Lowen, Il tradimento del corpo, Edizioni mediterranee, Roma, 1997, cap. IV° - pag. 67).*

Lo schizoide non osa accettare il bambino che è dentro di se, perché è terrorizzato dalla paura primaria.

# Torace, addome e respiro

Il torace è spesso stretto, costretto, contratto e mantenuto in posizione di espirazione. Nella struttura schizoide classica prevale uno stile respiratorio toracico. Le coste tendono a "svasare" in fuori per azione dei muscoli intercostali che tentano di allargare lo spazio per l'espansione dei polmoni. Il movimento respiratorio parte con l'espansione del torace, cui segue il movimento paradossale dell'addome che inspirando viene risucchiato in dentro per espandersi durante la espirazione. La cupola diaframmatica è in una condizione di "congelamento", bloccata ed incapace di scendere, complice anche la tensione dei muscoli addominali.



# Spalle e arti superiori

Le spalle sono strette; la tensione dei pettorali e dei deltoidi, comporta la creazione di uno spazio, di una separazione tra torace e braccia. Lo schizoide è in grado di generare una forza adeguata nelle braccia, ma il movimento appare scisso da quello del tronco: le braccia prendono parte al movimento, mentre la parte superiore del tronco rimane piuttosto ferma.

Può presentarsi displasia, cioè la presenza di tratti del sesso opposto, rara nel tipo astenico.

La colonna vertebrale é rigida come un bastone, a causa dell'irrigidimento dei muscoli e delle articolazioni intervertebrali.

La pelvi, le gambe e i piedi

I piedi sono contratti e tesi: la tensione cronica modella il piede in un arco accentuato. I piedi sono freddi e deboli, tendenzialmente supinati con il peso portato soprattutto sul bordo esterno. Le caviglie sono rigide, congelate e le ginocchia tendenzialmente iperestese.

La pelvi tende ad essere congelata in una posizione di retroversione. E le anche sono rigide per l'azione congiunta degli adduttori (tra coscia e pube) e i rotatori esterni del femore (tra femore e ischio).

# La forza di volontà e la rigidità

Per proteggere la sua personalità privata dalla naturale identificazione con il corpo, lo schizoide dipende interamente dalla sua forza di volontà, che deve essere sempre vigile. La conseguenza è una muscolatura perennemente in stato di contrazione, che lo schizoide utilizza come una corazza protettiva contro il terrore. Il “frantumarsi” della corazza può causare nello schizoide la disgregazione della personalità, perché, a differenza della persona sana, non riesce a tenere salda l’unità e l’identità della personalità con l’energia proveniente dai sentimenti.

La rigidità schizoide è diversa da quella del nevrotico frustrato. Il nevrotico è incollerito, lo schizoide è terrificato da una rabbia “ingabbiata”. La rigidità nevrotica è paragonabile al ferro, la rigidità schizoide è paragonabile al ghiaccio. Il ghiaccio, come la personalità schizoide è tanto fragile quanto duro, reprime e sostiene.

# La sensibilità

La sensibilità schizoide non è connessa alle sensazioni del corpo, si presenta fredda e nega il bisogno del piacere fisico. Tuttavia, lo schizoide dimostra passione e sentimento quando si tratta di combattere contro una ingiustizia: difendere i diritti dei più deboli, etc. Riflette un altruismo, la cui energia sgorga dalle sue difficoltà personali. Egli tenta di compensare la perdita della sua identità personale con le identificazioni sociali.

Quando la volontà diventa il meccanismo primario dell'agire, sostituendosi al naturale orientamento verso il piacere, l'individuo funziona in modo schizoide.



# Malattia mentale e malattia somatica

La malattia somatica e la malattia mentale sono antitetiche e tendono a escludersi vicendevolmente. L'individuo è predisposto all'una o all'altra ma non ad entrambe nello stesso periodo.

Quando si disintegra la funzione del piacere, possiamo attenderci una malattia fisica, mentre la disintegrazione della volontà porta a una malattia mentale.

**Leopold Bellak** osserva, a proposito di questo fenomeno: *“La bassa incidenza di disturbi allergici negli psicotici, e il loro ripresentarsi dopo il miglioramento e la guarigione, è probabilmente uno degli esempi meglio documentati di tale intercambiabilità”*. (Alexander Lowen, Il tradimento del corpo, Edizioni mediterranee, Roma, 1997, cap. III° - pag. 55) - (Bellak L., Schizophrenia: A Review of the Syndrome, Logos Press, New York, 1950, pag. 24)

# Le due strategie; lo schizoide flaccido

Il sistema di difesa schizoide dispone di due strategie. La più frequente è la rigidità fisica e psicologica, che attraverso la sua “barriera” di muscoli cronicamente contratti, imprigiona le emozioni e costringe il corpo al solo controllo dell’io.

Una strategia meno comune si manifesta attraverso una ipotonia muscolare superficiale. La formazione degli impulsi è ulteriormente ridotta, al punto che il corpo sembra più morto che vivo. La carica periferica è molto bassa e il colorito è olivastro o terreo. Questa difesa si verifica in seguito al crollo di quella rigida e si orienta verso la schizofrenia. Si tratta di **una manovra disperata**, indispensabile quando il **terrore** è grande. In una condizione di estremo terrore, come ad esempio l’attesa della propria esecuzione, accettare la propria morte simbolica significa privare il terrore dei suoi aculei. Un corpo privo di emozioni non può più subire spaventi o traumi. Ritirandosi lo schizoide perde i suoi soldati (tono muscolare) e la capacità di difendersi, anche se controlla il resto della personalità. La ritirata schizoide è una tattica per evitare la totale disfatta; come un comandante senza soldati può cavarsela meglio che circondato da un’armata disordinata e nel caos più generale. Infatti, la condizione schizofrenica è uno stato di caos dove ogni pezzo di personalità, come ogni soldato nella metafora, abbandona gli altri.

Nel ritiro la volontà è inoperosa, l'io si allea al nemico per evitare la totale sconfitta e si dimostra sottomesso ad ogni situazione. Lo schizoide che sceglie il ritiro alla rigidità ha perduto la sua capacità assertiva, non riesce mai a prendere una posizione.

Dal punto di vista logico, la rigidità schizoide è una difesa dal collasso, mentre il ritirarsi è causato dal cedimento di una resistenza anteriore.

Dal punto di vista storico, la tattica schizoide di ritirata e di sacrificio fu elaborata dal bambino in età precoce, dopo un tentativo fallito di erigere una difesa rigida contro la pressione dell'ostilità parentale.

*(Alexander Lowen, Il tradimento del corpo, Edizioni mediterranee, Roma, 1997, cap. III° - pag. 58).*

L'inferno di ghiaccio  demoni e mostri

Illusione Io: se esisto verrò annichilino, ridotto a nulla → disperazione.  
L'individuo disperato non si accorge di possedere una forza demoniaca  
- Es. Cavallo di Troia.

Quando il comportamento auto-distruttivo minaccia la vita o la salute mentale di qualcuno, egli può rendersi conto che tale comportamento è dovuto a un'entità estranea alla personalità. (*Alexander Lowen, Il tradimento del corpo, Edizioni mediterranee, Roma, 1997, cap. VIII° - pag. 137*).

La forza demoniaca si propone di ridurre l'individuo alla sua disperazione, distruggendo la sua illusione. Gli istinti della sessualità e dell'aggressività mutano in perversione ed odio.



- Esiliate fuori dalla vita della coscienza, le passioni del corpo strutturano un loro territorio demoniaco e affermano i loro imperativi diabolici:
- “Mostra che non ti importa nulla, che nulla ha importanza davvero nella vita”,
- “Pensavi che le tue illusioni potessero aiutarti, non è vero! Non puoi vivere senza di me”.  
“Mostra che non ti importa nulla, che nulla ha importanza davvero nella vita”,
- “Pensavi che le tue illusioni potessero aiutarti, non è vero! Non puoi vivere senza di me”.  
Nel tentativo di liberarsi della vulnerabilità, il demone schernisce l’io indebolendolo, orientandolo verso l’autodistruzione. Si insidia una forza ostile che distrugge ogni obiettivo suggerito dall’illusione.  
Esempio: la madre perfetta, ma agisce spesso in modo da distruggere il figlio e negare l’illusione.

- Il comportamento demoniaco della madre sfocia in un conflitto tra madre e figlio, dove la madre costruisce la sua tesi difensiva nella falsa convinzione di sapere cosa fa e va bene per suo figlio e tratta il bambino come un oggetto che le appartiene. Ne consegue uno scontro di volontà tra i due che la madre è determinata a distruggere, oppure a modellare il figlio sull'immagine che essa ha di lui. L'aspetto demoniaco si palesa chiaramente quando la madre si arrabbia con il figlio. Il volto assume, come per metamorfosi, le fattezze del diavolo:
  - Le sopracciglia si corrugano,
  - La mandibola si contrae,
  - Lo sguardo scurisce,
  - La voce si fa dura e tagliente.
- Al bambino non rimane altra scelta che la sottomissione, inglobando nel suo inconscio l'immagine della strega che gli nega ogni sentimento. Il demoniaco della madre deriva dalla sua sessualità rimossa.
- Chi non sente il proprio piacere non può tollerare il piacere altrui.

# La componente mostruosa

La componente mostruosa, al contrario di quella demoniaca, non cela alcun demone dietro una facciata, ma nega le emozioni umane in un essere umano. Un esempio di forma mostruosa in un essere umano è il corpo rigido in un atteggiamento statuario. E' mostruoso in questa situazione osservare che esiste l'anima di un bambino confuso in un blocco granitico.

Un bambino che per difendersi dal dolore ha costruito intorno a se una corazza protettiva, nell'illusione di poter ricevere, in questo modo, amore e comprensione. Il sacrificio dei suoi sentimenti in cambio di un riconoscimento, di un'approvazione. Purtroppo la vita reale è diversa, nessuno può amare una statua, ma il mostro sente il contrario, continua ad arroccarsi dentro la sua statua, amplificando l'illusione che per essere accettato, considerato e amato, dovrà solo indurirla ancora, perfezionarla ulteriormente.

Mentre il demone presenta un aspetto angelico che lo nasconde, il mostro ha un aspetto esterno che evidenzia tutti i suoi sentimenti negativi. Nel mostro questa corazza difensiva esterna protegge la sua interiorità autentica; in altre parole il mostro ha un grande cuore. All'interno di ogni mostro si trova racchiuso un bambino innocente.

Allo stesso modo in cui il bambino smarrito si nasconde dentro il mostro, il demonio si traveste da angelo per non farsi riconoscere.

Mostro e demone hanno in comune una personalità dissociata. L'unità della personalità si presenta scissa, generando gli opposti di bene e male, della mente razionale e del corpo animale.

Il mostro, dall'esterno soffoca il suo desiderio profondo; il demone, all'interno, sabotava la vita del suo angelo.

*(Alexander Lowen, Il tradimento del corpo, Edizioni mediterranee, Roma, 1997, cap. VIII° - pag. 152)*

Cosimo Aruta. psicoterapeuta, cbt, supervisore, local trainer  
SIAB

