

# Il potere e i limiti della regressione nella terapia analitica

**La regressione nella terapia analitica** è uno degli elementi più potenti e al tempo stesso più delicati del lavoro psicomotricità profondo. Quando affrontata correttamente, può aprire le

porte a insight trasformativi; se mal gestita, può far deragliare l'intero processo terapeutico.

## L'interpretazione: cuore pulsante dell'analisi

Secondo la tradizione psicoanalitica, l'**interpretazione** è lo strumento principe dell'analista. Non è solo un'operazione intellettuale, ma un **atto affettivo e relazionale**, capace di dare forma al materiale inconscio che emerge durante la seduta.



Come sottolineato da autori come [Strachey](#), le interpretazioni diventano **mutative** solo se proposte nel momento esatto in cui il paziente sta vivendo un'affettività intensa. Il tempismo non è un accessorio tecnico, ma una dimensione centrale della cura.

### Quando l'interpretazione fallisce

Ci sono condizioni in cui la **regressione nella terapia analitica** rende l'interpretazione inefficace o addirittura dannosa:

- Il linguaggio viene vissuto in modo delirante.
- Il tempo perde coerenza.
- Le difese diventano impermeabili all'insight.

In questi casi, il lavoro interpretativo va messo da parte, a favore di **una funzione di contenimento** più profonda.

## Transfert e controtransfert: danza terapeutica ad alta intensità

Il transfert è sempre presente. Nelle situazioni regressive, però, può assumere caratteristiche **psicotiche**, con fantasie di fusione o distruzione. In tali stati, l'analista può diventare un genitore persecutorio o idealizzato, e **il controtransfert rischia di diventare collusivo**.

L'analista può sentirsi:

- **Frustrato**, impotente, invaso.
- **Sedotto**, fino al punto di abbandonare il setting analitico.
- **Spinto a interrompere la cura**, credendo di essere il vero problema.

Per questo è fondamentale che l'analista **mantenga una posizione riflessiva**, consapevole di essere dentro un campo condiviso, non solo osservatore neutrale.

## Regressione e Sé: quando il paziente “non c'è”

Nel secondo documento si esplora un tema cruciale: cosa succede quando **il senso di Sé non è mai emerso** o è stato seriamente danneggiato?

In questi casi, **la regressione nella terapia analitica** non è una semplice riattivazione di vissuti infantili, ma un ritorno a **stati pre-verbali**, dominati da confusione, impulsi orali o sessuali non mentalizzati, e angosce primitive.

## Simboli concreti e attenzione reale: oltre la parola

Quando le parole falliscono, il terapeuta può ricorrere a **simboli concreti di attenzione**. Questi possono includere:

- **Oggetti fisici**: cuscini, carta, materiali da disegno.
- **Gestualità empatiche**: tono di voce, presenza affettiva.

- **Contatto corporeo controllato**, solo se altamente contestualizzato e consapevole.

Come ricorda [Margaret Little](#), ciò che cura non è l'interpretazione in sé, ma **la qualità della risposta totale dell'analista**. Questa funzione materna rappresenta per il paziente un contenitore per il proprio Sé ancora in formazione.

## Dall'abisso alla trasformazione: verso l'integrazione

Non tutto ciò che è regressivo è distruttivo. Anzi, **la regressione nella terapia analitica** può diventare una straordinaria occasione evolutiva, **se il paziente ha un Sé sufficientemente coeso** da poter elaborare ciò che riemerge.

In questo senso, la regressione non è una caduta ma **un ritorno alle origini per rinascere**. Il lavoro dell'analista è quello di:

- Contenere senza invadere.
- Ascoltare senza interpretare prematuramente.
- Riconoscere l'altro, anche quando l'altro non sa ancora di esistere.

**La regressione nella terapia analitica** è un terreno instabile, fertile ma insidioso. Richiede all'analista uno sforzo continuo di presenza, umiltà e capacità di tollerare l'ignoto. Non è l'interpretazione brillante a guarire, ma **la capacità di restare** in una relazione viva, trasformativa, profonda.