

# Struttura dell'Io, funzioni intrapsichiche e meccanismi di difesa: un commento ai concetti teorici originali di Eric Berne

Richard G. Erskine

Traduzione di S. Romano e A. Saisi

## RIASSUNTO

Il maggior contributo di Berne alla teoria della psicoterapia è stato lo sviluppo del concetto di suddivisione dell'Io. Autori più recenti hanno deviato dalla descrizione data da Berne degli stati dell'Io. Nel presente articolo vengono definiti gli stati dell'Io, chiarificate le funzioni intrapsichiche e riesaminato il ruolo dei meccanismi di difesa. Vengono inoltre spiegate le immagini dell'Io autogeneranti e la loro influenza interna.

L'articolo si conclude con una definizione di salute basata sulle funzioni integrative dello stato dell'Io Adulto.

Eric Berne (1961) ampliò il pensiero psicoanalitico con la propria elaborazione ed applicazione del concetto di suddivisione dell'Io di Paul Federn (1953). Il contributo di Berne alla teoria degli stati dell'Io ha creato la possibilità di un drastico cambiamento nella pratica della psicoterapia ed ha preceduto di diversi anni la più recente svolta verso la «psicologia del sé» del paradigma psicoanalitico (Kohut, 1971, 1977; Kernberg, 1976) ed una visione del processo di sviluppo focalizzata sulle fissazioni pre-edipiche ed infantili quali cause delle disfunzioni psicologiche (Mahler, 1968. Mahler, Pine & Bergman, 1975; Masterson, 1976, 1981; Miller, 1981; Stern, 1985).

Nella diffusione popolare dell'A.T., avvenuta negli ultimi venti anni, molti concetti teorici originali di Eric Berne sono stati mal utilizzati o presentati in modo semplicistico.

## ABSTRACT

*Berne's major contribution to psychotherapy theory was his development of the concept of subdivisions of the ego. More recent writers have deviated from Berne's description of ego states. In this article states of the ego are defined, intrapsychic functions are clarified, and the role of defense mechanisms is reexamined. Self-generated ego images are explained and their internal influence described.*

*The article concludes with a definition of health based on the integrative function of the Adult ego state.*

Gli esempi e le spiegazioni di Berne sono stati spesso usati come definizioni degli stati dell'Io oppure è mancata una correlazione tra le quattro determinanti di uno stato dell'Io - fenomenologica, storica, comportamentale e sociale - correlazione necessaria per la piena comprensione del funzionamento intrapsichico e transazionale dell'Io. Come risultato gli stati dell'Io sono stati presentati come una tassonomia del comportamento o come classificazione di esperienze soggettive, ed è mancata l'enfasi sulla fase evolutiva di fissazione, di introiezione e dei meccanismi di difesa.

La diffusione e la semplificazione della teoria degli stati dell'Io ha condotto ad una confusione sui concetti originali di Berne e ad una mancanza di comprensione dei fenomeni intrapsichici da parte dei lettori di libri ed articoli di A.T. post-Berne.



## L'IO

Federn in «Ego Psychology and the Psychosis» (1953) descrive l'io come uno stato di sentimenti reali e sperimentabili e non semplicemente come una costruzione teorica. La parola latina «Ego», utilizzata nella traduzione inglese dei primi scritti psicoanalitici, prese il posto del «Das Ich» di Freud - «L'io». L'io è l'aspetto identificativo o alienante il Sé; il nostro senso del «questo sono io» e «questo non sono io». L'io distingue e seleziona le sensazioni interne da quelle che hanno origine al di fuori dell'organismo. L'io rappresenta la nostra identità - «io sono affamato» «io sono un psicoterapeuta» oppure «io non sono un conducente di autobus, anche se so guidare un autobus».

Paul Federn osservò che molti pazienti gravemente disturbati mostrano un io che nel presente si identifica con le sensazioni interne e che, nello stesso tempo, si identifica con o si distingue dagli stimoli ambientali. Inoltre questo io manifesta un senso di identità ed una risposta all'ambiente simili a quelli di un bambino. Federn descrisse queste diverse manifestazioni come «stati» dell'io, cioè diverse identità. Inoltre egli fece riferimento alla costante presenza psichica delle figure genitoriali nei suoi pazienti psicotici (Wiess, 1950) sebbene non si spinse così avanti da descrivere questo fenomeno come uno stato dell'io, continuando piuttosto a definirlo in relazione al concetto psicoanalitico di Super-io.

Nella sua analisi personale con Paul Federn, Eric Berne fu grandemente influenzato da queste idee e interpretazioni teoriche riguardanti i diversi stati dell'io. Attraverso la analisi personale, prima con Federn e poi con Erik Erikson, Berne trascorse una quindicina di anni sperimentando intuizione ed immagine dell'io (Berne 1949, 1955, 1957). Basandosi su queste esperienze e su osservazioni cliniche, Berne utilizzò la prospettiva evolutiva di Erikson del 1950 per elaborare la teoria di Federn del 1953 e più tardi per perfezionare il concetto di stati dell'io (Berne, 1957b, 1961).

## STATI DELL'IO

Berne riteneva, nei suoi primi scritti (pre 1966), che al lettore fosse familiare una definizione operativa dell'io; egli descrisse uno stato dell'io «fenomenologicamente come un sistema coerente di sentimenti relativi ad un

dato soggetto, ed operativamente come un insieme di modelli di comportamento coerenti o, dal punto di vista pragmatico, come un sistema di sentimenti che motiva un insieme correlato di modelli comportamentali» (Berne, 1961, pag. 17).

Successivamente Berne utilizzò una descrizione colloquiale degli stati dell'io (Genitore, Adulto, Bambino) per riferirsi alle manifestazioni fenomenologiche degli organi psichici (esteropsiche, neopsiche ed archeopsiche), la cui funzione è quella di organizzare gli stimoli interni ed esterni. Esteropsiche, archeopsiche e neopsiche si riferiscono a quell'aspetto della mente che deriva da una fonte esterna; la mente precoce, che deriva da un periodo precedente dello sviluppo, e la mente attuale. In «Analisi Transazionale e Psicoterapia» (1961) usò i termini relativi agli organi psichici interscambiabilmente con il termine «stato dell'io» per «denotare stati della mente ed i rispettivi modelli di comportamento».

Berne nel 1961 affermò: «Lo stato dell'io Adulto è caratterizzato da un insieme di sentimenti, atteggiamenti e modelli di comportamento che risultano adattati alla realtà presente» (pag. 76). In questa descrizione l'uso che Berne fa del termine «autonomo» fa riferimento allo stato neopsichico dell'io che funziona senza controllo intrapsichico da parte di un io introiettato od arcaico. Quando una persona è nello stato dell'io Adulto, è in pieno contatto con ciò che accade sia dentro che fuori dal suo organismo, in modo appropriato alla sua età evolutiva. Questa funzione neopsichica dell'io (la mente attuale) prende in considerazione ed integra:

- 1) cosa sta succedendo momento per momento sia internamente che esteriormente,
- 2) esperienze passate e gli effetti che ne derivano,
- 3) influenze psicologiche ed identificazioni con personaggi significativi della propria vita.

Lo stato dell'io Adulto è motore al comportamento attuale correlato alla età; è sviluppo emotivo, cognitivo e morale; è capacità creativa; è capacità di impegno pieno in relazioni significative. Berne (1961, pag. 195) enfatizza questi aspetti attraverso l'uso dei termini greci Ethos e Pathos, - ai quali il sottoscritto aggiunge Logos, che rappresenta l'abilità di usare il ragionamento logico ed astratto, e Technos che significa capacità di creare - per descrivere la piena capacità neopsichica dello stato dell'io Adulto di integrare valori, elaborare informazioni, rispondere ad emozioni e sensazioni, essere creativi e capaci di entrare in contatto.



Questo stato dell'Io fu contrapposto da Berne ad uno stato dell'Io arcaico consistente in fissazioni di stadi evolutivi precoci. Secondo le parole di Berne (1961) «lo stato dell'io Bambino è un insieme di sentimenti, atteggiamenti e modelli di comportamento che risalgono all'infanzia dell'individuo» (pag. 77). Lo stato dell'Io Bambino percepisce il mondo esterno ed i bisogni e le sensazioni interni come la persona faceva negli stati precoci dello sviluppo. Anche se la persona appare in contatto con la realtà presente, di fatto sta percependo ciò che accade con le capacità intellettuali, sociali ed emotive di un bambino dell'età del trauma non risolto o della confusione, cioè della fissazione.

È da notare che usare il termine stato dell'Io Bambino al singolare è in qualche modo fuorviante. Un bambino si sviluppa attraverso svariate fasi e stadi (Piaget 1936/1952; Erikson, 1950; Mahler, 1968; Mahler, Pine e Berman, 1975) e repressione e fissazione possono prodursi in ciascuna di queste fasi e di questi stadi. Sotto l'influenza di un insieme di «stressori» possiamo pensare, sentire ed agire nello stesso modo di quando avevamo sei anni; sotto l'influenza di un insieme diverso possiamo percepire noi stessi e il mondo intorno a noi come quando eravamo in fasce.

Lo stato archeopsichico dell'Io è molto più complesso di quanto ritengono molti autori che, per descrivere gli stati dell'Io Bambino, usano esempi molto semplici di spontaneità, intuizione, compiacenza o capacità emotiva. Il Bambino o gli stati archeopsichici dell'Io sono l'intera personalità di una persona così com'era in un precedente periodo di sviluppo. Ciò include i bisogni, i desideri, gli impulsi e le sensazioni; i meccanismi di difesa, i processi di pensiero, le percezioni, i sentimenti ed i comportamenti della fase evolutiva durante la quale è avvenuta la fissazione.

Lo stato arcaico dell'Io è il prodotto di un arresto dello sviluppo che ha luogo quando non sono gratificati quei bisogni di contatto così importanti nella prima infanzia. Le difese del bambino nei confronti del disagio causato dalla mancata soddisfazione dei bisogni, vengono egotizzate-fissate; l'esperienza non può essere integrata pienamente nello stato dell'Io Adulto finché questi meccanismi di difesa non sono stati dissolti.

Berne (1961) esplorò anche quanto osservato da Federn riguardo al fatto che in molti pazienti ci fosse una presenza psichica costante delle figure genitoriali, influenzante il loro

comportamento. L'influenza genitoriale deriva da persone reali che, negli anni precedenti, interagirono ed ebbero la responsabilità reale di un particolare individuo quando questi era bambino. Questa presenza genitoriale è più tangibile del concetto freudiano di Super-Io («Uber-Ich»). Mediante la ricostruzione storica è possibile rintracciare ciò che fu effettivamente detto o fatto, da chi e in che momento dell'infanzia di un individuo. Utilizzando il meccanismo della introiezione (una identificazione ed interiorizzazione difensiva ed inconsapevole) il bambino fa delle figure genitoriali una parte di Sè, cioè l'Io.

Berne (1961) concluse che i genitori introiettati divengono uno stato dell'Io che egli definì: «un insieme di sentimenti, atteggiamenti e modelli di comportamento che rassomigliano a quelli delle figure genitoriali» (pag. 75).

Tuttavia la frase «rassomigliano a quelli delle figure genitoriali» è in qualche modo fuorviante. Dagli esempi e descrizioni di Berne in «Analisi Transazionale e Psicoterapia» (1961) e dalle mie stesse osservazioni cliniche appare chiaro che lo stato dell'io Genitore è una effettiva interiorizzazione storica della personalità dei propri genitori o di altre figure genitoriali significative così come furono percepite dal bambino all'epoca della introiezione.

I contenuti dello stato dell'io Genitore sono presi, cioè introiettati, da figure genitoriali nella prima infanzia - e in misura minore durante tutta la vita - e se questi contenuti non vengono riesaminati nel processo di sviluppo successivo restano non assimilati e non integrati nell'io neo-funzionante. Poiché la percezione che il bambino ha delle reazioni, emozioni e processi di pensiero di chi si prende cura di lui varia nei diversi stadi dello sviluppo, così varierà il contenuto e la funzione intrapsichica attuale dello stato dell'io Genitore, in relazione all'età evolutiva in cui ebbe luogo l'introeiezione. L'introeiezione è un meccanismo di difesa utilizzato frequentemente quando manca un pieno contatto psicologico tra il bambino e l'adulto per lui significativo; il conflitto che ne risulta viene interiorizzato così da poter essere apparentemente gestito più facilmente (Perls, 1978). Elementi introiettati possono rimanere all'interno della personalità come un corpo estraneo, spesso non scalfitti dall'apprendimento e dallo sviluppo successivo, continuando ad influenzare il comportamento e la percezione. Tali elementi co-



stituiscono un blocco alieno della personalità, inserito nell'Io e sperimentato fenomenologicamente come se ci appartenesse ma, in realtà, essi formano una personalità presa in prestito.

Fintanto che gli elementi introiettati sono consistenti e sintonici con i pensieri, i sentimenti ed i comportamenti degli stati dell'Io Adulto e Bambino, la persona spesso è inconsapevole dell'esistenza di un disagio intrapsichico. Tuttavia, quando le introiezioni sono inconsistenti o distoniche con l'esperienza dell'Adulto e del Bambino, producono un senso di disagio e di conflitto interiore.

### IMMAGINI DELL'IO AUTO-PRODOTTE

Oltre allo stato dell'Io arcaico (Bambino) prodotto e fissato da reazioni difensive, decisioni ed esperienze precoci, esiste un altro processo mediante il quale può fissarsi lo stato dell'Io Bambino. I bambini, nell'ambito di un normale processo di sviluppo, negli anni prescolastici e della scuola materna, creano spesso una immagine o una creatura che offra controlli, struttura, protezione o qualsiasi altra cosa sia stata sperimentata, assente o inadeguata, nella vita più precoce.

Alcuni bambini inventano il loro personale «Babau», una spaventosa creatura che li terrorizza minacciando terribili conseguenze per il minimo misfatto. Investire questa fantasia «genitoriale» di tutti gli aspetti cattivi e terrificanti, permette loro di considerare madre e padre perfettamente buoni ed amabili. Altri bambini possono inventare una nonna «fata», una specie di genitore che li ama e si prende cura di loro anche quando i genitori reali sono freddi, assenti o violenti. Queste immagini fantastiche fanno da cuscinetto tra le figure genitoriali reali ed i desideri, i bisogni ed i sentimenti del bambino piccolo.

Maturando fasi più avanzate di sviluppo, i bambini spesso abbandonano queste immagini auto-prodotte. Nelle famiglie in cui per sopravvivere è necessario reprimere la consapevolezza di bisogni, sentimenti e ricordi, l'immagine creata si fissa e non viene integrata alle acquisizioni dello sviluppo successivo. Qualunque siano le caratteristiche dell'immagine auto-prodotta dello stato dell'Io Bambino, questa immagine continuerà ad essere presente negli anni successivi, operando una influenza intrapsichica in maniera simile allo stato del-

l'Io Genitore. In ogni caso il «genitore» auto-prodotto è spesso più esigente e meno logico e ragionevole di quanto non fosse il genitore reale (dopotutto ha avuto origine dalle fantasie di un bambino piccolo). Queste immagini influenti comprendono un insieme di pensieri, sentimenti o comportamenti incapsulati e non integrati a cui la persona risponde come se si trattasse realmente di introiezioni di adulti significativi della prima infanzia.

### MECCANISMI DI DIFESA E FUNZIONI DEGLI STATI DELL'IO

Fino a questo punto sono stati descritti lo sviluppo e la struttura degli stati dell'Io. La funzione degli stati dell'Io è nell'interazione dinamica dei processi intrapsichici e delle attività manifestate. Ciò comprende i comportamenti ed i processi di pensiero arcaici fissati, i comportamenti ed atteggiamenti introiettati di altre persone significative e, molto importanti, i relativi meccanismi di difesa.

Berne assunse nei suoi scritti che al lettore fossero familiari i meccanismi di difesa psicoanalitici e pertanto non elaborò il loro ruolo nell'ambito della analisi funzionale degli stati dell'Io. Federn (1953) aveva in precedenza approfondito i meccanismi di difesa e gli stati dell'Io.

La conoscenza dei meccanismi di difesa integra la comprensione del funzionamento degli stati dell'Io. È a causa della fissazione di meccanismi di difesa che gli aspetti arcaici (Bambino) o introiettati (Genitore) dell'Io restano stati separati e non vengono integrati nella consapevolezza neopsichica (Adulto).

La consapevolezza dell'Adulto dei bisogni, desideri, fantasie ed influenze esterne viene bloccata dal mantenimento di difese dell'infanzia quali l'evitamento, congelamento e «fighting» (Fraiberg, 1983); l'ultima difesa della fase orale, lo «splitting» (Fairbairn, 1954) e la trasformazione dell'affetto (Fraiberg, 1983); le difese precoci dell'infanzia descritte da Anna Freud (1937).

Come risultato della fissazione di meccanismi di difesa, la funzione di uno stato dell'Io può essere osservata sia «attivamente» che come «influenza» intrapsichica. Possiamo osservare la manifestazione dello stato dell'Io esteropsichico (Genitore) quando una persona sente, percepisce l'ambiente o agisce come facevano i genitori anni prima. Quando lo



stato dell'Io esteropsichico esercita una influenza intrapsichica «l'individuo esibisce un atteggiamento da bambino compiacente» (Berne, 1961, p. 76). Lo stato dell'Io archeopsichico viene manifestato in due modi: «Il Bambino adattato esibisce un comportamento che si può dedurre essere sotto il dominio della influenza genitoriale, per esempio di compiacenza o di isolamento. Il Bambino naturale esibisce forme autonome di comportamento come la ribellione o l'auto-indulgenza». (Berne, 1961, p. 75-76). In entrambi i casi lo stato dell'Io Bambino è arcaico e manifesta i meccanismi di difesa fissatisi precedentemente durante lo sviluppo oppure esibisce una libertà dal controllo e l'espressione arcaica di tale libertà.

E. Berne usa i termini Bambino «adattato» e «naturale» sia in «Transactional Analysis in Psychotherapy» (1961) che in «Games People Play» (1964) quali aggettivi che modificano gli stati dell'Io Bambino e per riferirsi a manifestazioni di dinamiche intrapsichiche. I termini «adattato» e «naturale» non vengono usati come sostantivi e cioè il Bambino Adattato e il Bambino Naturale, né erano destinati ad assumere il significato di stati dell'Io; furono piuttosto usati per descrivere l'interazione tra uno specifico processo intrapsichico ed il comportamento.

## L'IO ADULTO INTEGRATO

L'identità del Sè - l'Io - di ciascuna persona può includere tutti e tre gli stati dell'Io e le transazioni con gli altri possono provenire da ognuno degli stati dell'Io, spesso senza la consapevolezza di quale sia lo stato attivo. I problemi psicologici emergono quando idee, immagini ed emozioni introiettate e/o arcaiche contaminano la percezione del presente attuata dallo stato dell'Io Adulto. In presenza di contaminazioni dello stato dell'Io Adulto l'esperienza fenomenologica della persona è quella di elaborare gli stimoli attuali, tenere in considerazione le sensazioni ed i sentimenti attuali e di comportarsi in modo appropriato alla situazione, quando di fatto non è così. La persona è inconsapevole che idee ed emozioni e/o decisioni e sentimenti della propria infanzia stiano deformando la percezione del presente, sovente portando a problemi di comunicazione e di relazione.

L'Io sano è quello in cui lo stato dell'Io

Adulto, con pieno funzionamento neopsichico, è in carica ed ha integrato (assimilato) contenuti ed esperienze archeopsichiche ed esteropsichiche.

Quando restano fissati meccanismi di difesa precoci, come si evidenzia dallo stato dell'Io Adulto che è in sintonia o contaminato dal Genitore e/o dal Bambino, o quando i confini tra gli stati dell'Io sono definiti troppo permeabili o rilassati, lo stato dell'Io Adulto non può esercitare in modo sano la propria funzione integrativa.

Il maggior contributo di E. Berne alla teoria della psicoterapia fu la sua elaborazione e delucidazione degli aspetti intrapsichici e manifesti dell'Io nei suoi vari stati e del modo in cui questi stati determinano le nostre transazioni reciproche.

L'Analisi Transazionale possiede il potenziale unico di contribuire all'avanzamento della psicoterapia nella direzione sia di psicoterapia del profondo che di terapia cognitivo-comportamentale, andando al di là delle descrizioni comportamentali degli stati dell'Io ed enfatizzando il contributo di E. Berne alla nostra comprensione della struttura dell'Io, del funzionamento intrapsichico e della comunicazione interpersonale.

**Richard G. Erskine, PhD, è Teaching Member dell'ITAA e codirettore dell'Institute for Integrative Psychotherapy a New York.**

## BIBLIOGRAFIA

- Berne, E. (1949). The nature of intuition. *Psychiatric Quarterly*, 23, 203-226.
- Berne, E. (1955). Intuition IV: Primal images and primal judgments. *Psychiatric Quarterly*, 29, 634-658.
- Berne, E. (1957a). Intuition V: The ego image. *Psychiatric Quarterly*, 31, 611-627.
- Berne, E. (1957b). Ego states in psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 11, 293-309.
- Berne, E. (1961). *Transactional analysis in psychotherapy*. New York: Grove Press.
- Berne, E. (1964). *Games people play*. New York: Grove Press.
- Erikson, E. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton & Co.
- Fairbairn, W.R.D. (1954). *Psychoanalytic studies of the personality*. New York: Basic Books.



- Federn, P. (1953). *Ego psychology and the psychoses*. London: Imago Publishers.
- Fraiberg, S. (1983). Pathological defenses in infancy. *Dialogue: A Journal of Psychoanalytic Perspectives*, Fall, 65-75.
- Freud, A. (1937). *The ego and the mechanisms of defense*. London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Kernberg, O. (1976). *Object relations theory and clinical psychoanalysis*. New York: Jason Aronson.
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.
- Mahler, M. (1968). *On human symbiosis and the vicissitudes of individuation*. New York: International Universities Press.
- Mahler, M., Pine, F. & Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant*. New York: Basic Books.
- Masterson, J. (1976). *Psychotherapy of the borderline adult*. New York: Brunner/Mazel.
- Masterson, J. (1981). *The narcissistic and borderline disorders*. New York: Brunner/Mazel.
- Miller, A. (1981). *The drama of the gifted child*. New York: Basic Books.
- Perls, L. (1978). An oral history of gestalt therapy, Part. I: A conversation with Laura Perls, by Edward Rosenfeld. *The Gestalt Journal*. Winter, 8-31.
- Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. Translated by Margaret Cook. New York: International Universities Press. (Original French Edition, 1936).
- Stern, D. (1985). *The interpersonal world of the infant*. New York: Basic Books.
- Weiss, E. (1950). *Principles of psychodynamics*. New York: Grune Stratton.

## ποίησις

Poesis - Psicoterapia e Analisi Transazionale  
Catania - Via La Rosa 37 - Tel. 095/327881

- Gruppi di evoluzione personale
- Gruppi intensivi esperenziali (Work-shops)
- Formazione e aggiornamento
- Consulenza e supervisione

Per informazioni e per ricevere il depliant telefonare o scrivere alla segreteria del Centro.



PHOENIX

Dott. GIANNI FORTUNATO

**STUDIO DI ANALISI  
TRANSAZIONALE E  
PROGRAMMAZIONE  
NEUROLINGUISTICA**

*TERAPIE - SUPERVISIONI  
SEMINARI - CONSULENZE*

VIALE ALDINI, 5 - BOLOGNA  
TEL. 051/334805 - FAX 051/582207

**STUDIO DI ANALISI  
TRANSAZIONALE  
E PSICOTERAPIA**

**DOTT. PAOLA RAJA  
DOTT. ALBERTO RUSSO**

Via C. Giovanni Sforza n. 14 - Carrara AVENZA  
Tel. 0585/787707