

Thomas H. Ogden e le tre forme del pensare

LINK: https://www.lastampa.it/speciale/scienza/galassiamente/2025/12/31/news/thomas_h_ogden_e_le_tre_forme_del_pensare-15451563/



Thomas H. Ogden e le tre forme del pensare Dal pensiero magico al pensiero trasformativo, lo psicoanalista statunitense rilegge Bion e sposta la psicoanalisi dal contenuto al processo del 'sognare l'esperienza' come via di crescita psichica ROSALBA MICELI 31 Dicembre 2025 alle 13:12 3 minuti di lettura Ascolta l'articolo Nella foto lo psicoanalista statunitense Thomas H. Ogden «Pensare/sognare la propria esperienza vissuta nel mondo costituisce uno degli strumenti principali, forse lo strumento principale, attraverso cui si apprende dall'esperienza e si conquista la crescita psicologica» (Bion, 1962). Il cambiamento di prospettiva dal 'che cosa' pensa il paziente nel corso della seduta analitica al 'come' lo pensa è stato uno dei cambiamenti più significativi della psicoanalisi contemporanea. È in questa visione - lo spostamento dell'accento dal contenuto simbolico al

processo di pensiero - che si pone lo psicoanalista statunitense Thomas H. Ogden, uno dei più significativi psicoanalisti contemporanei, modificando il suo modo di affrontare il lavoro analitico. Egli osserva come differenti modalità di pensiero possano promuovere o finanche ostacolare il lavoro analitico. Nel saggio 'Vite non vissute. Esperienze in psicoanalisi' (Raffaello Cortina, 2016), lo studioso formalizza le caratteristiche di tre forme generali del pensiero, valutandone la capacità generativa di nuovi modi di organizzare l'esperienza psichica e di farsi strumento per la crescita psicologica dell'individuo. La prima forma è il cosiddetto 'pensiero magico' che, secondo l'autore, è un pensiero solo 'di nome'. Il pensiero magico si basa su fantasie onnipotenti volte a creare una realtà psichica che la persona esperisce quasi come più vera della stessa realtà esterna. Come è facile intuire, tale forma di

pensiero non crea un autentico cambiamento psichico in quanto concorre non solo a conservare la struttura attuale del mondo interno oggettuale inconscio, ma anche a limitare la possibilità di apprendere dalla propria esperienza con gli oggetti esterni. La seconda forma è il cosiddetto 'pensiero onirico', una forma di pensiero più profonda. Essa implica la possibilità di osservare la propria esperienza psichica da una molteplicità di prospettive contemporaneamente. Se nella concezione freudiana il sognare tende ad una trasformazione da inconscio a consapevolezza, per Ogden il sognare è un processo che trasforma esperienze consce e razionali con oggetti esterni in relazioni oggettuali interne, costituendo una modalità di pensiero che Ogden considera come il più ricco ed utile nel lavoro clinico. «'Sognare l'esperienza' significa, in tal senso, essere capaci di 'trattare' gli elementi più disturbanti del

proprio vissuto emotivo e inserirli in una qualche forma narrativa. Ciò che, in sostanza, è il lavoro del sogno e il lavoro del sogno nella veglia». Secondo Ogden, che sviluppa le teorie di Wilfred Bion, sognare l'esperienza non si riferisce solo all'attività notturna, ma a una funzione psichica che implica un processo continuo di trasformazione (analogo al 'digerire') degli stimoli emotivi grezzi (elementi disturbanti) in pensieri e narrazioni dotate di senso, evitando che rimangano come frammenti isolati non elaborati. In analisi (ma anche in una relazione significativa che implica trasformazione reciproca) il compito terapeutico fondamentale dell'analista è aiutare il paziente a riprendere questo processo di 'sogno' interrotto, permettendogli di recuperare e vivere pienamente le proprie parti di 'vita non vissuta'. Questa possibilità, nel corso del processo onirico, può realizzarsi anche per l'analista. Anche se il pensiero onirico può essere creato da un individuo da solo, vi può essere un momento in cui per superare l'impasse della sofferenza mentale che impedisce o distorce il pensiero, c'è bisogno di due persone per 'sognare' la propria esperienza.

«L'esperienza vissuta da qualcuno, spesso, è tanto disturbante da superare la capacità dell'individuo di fare qualche cosa psichicamente, ovvero di pensarla o sognarla. In queste circostanze ci vogliono due persone per pensare o sognare l'esperienza». Il sognare in seduta avviene attraverso la r̄everie dell'analista e del paziente. La r̄everie è una costruzione inconscia del paziente e dell'analista che, assieme, creano un soggetto terzo (terzo analitico) che è il 'sognatore' della r̄everie e che viene sperimentato da paziente ed analista attraverso le proprie soggettività distinte consce ed inconsce. La terza forma individuata da Ogden è il cosiddetto 'pensiero trasformativo', cioè una forma di pensiero onirico in cui la persona raggiunge un cambiamento psichico radicale, pervenendo ad un modo di organizzare l'esperienza che prima era inimmaginabile. Un profondo cambiamento attraverso cui «si creano nuovi modi di codificare l'esperienza grazie ai quali vengo prodotti nuovi significati, nuovi tipi di sensazioni, forme di relazioni oggettuali e qualità nuove della vitalità fisica ed emotiva». Questo tipo di pensiero richiede necessariamente che

almeno due menti, disposte a farsi trasformare l'una dall'altra, in qualche modo s'incontrino, poiché è estremamente improbabile che un individuo isolato possa modificare radicalmente le categorie affettive e di significato attraverso le quali organizza costantemente la sua esperienza. Da un certo punto di vista, il «...finire l'analisi, 'la fine' di un pezzo di autoanalisi o di lavoro analitico con un collega non è? arrivare a risolvere il conflitto inconscio ma al punto in cui il soggetto del lavoro analitico e? capace di pensare e sognare la sua esperienza in gran parte da solo», conclude Ogden. Nessuna di queste tre forme di pensiero può essere riscontrata allo stato puro, così come non esiste una progressione lineare dall'una all'altra forma. Ogden le reputa piuttosto in rapporto dialettico l'una con l'altra, così come considera in modo dialettico la relazione tra mente inconscia e consci, giungendo, nelle sue ultime teorizzazioni, a riformulare il concetto stresso di inconscio - quasi una rivoluzione rispetto alle concezioni freudiane - non come un campo psichico oscuro e misterioso dove vengono custoditi contenuti inconfessabili e rimossi, sottostante alla mente cosciente, ma come una

diversa qualità
dell'esperienza cosciente,
quasi un'espansione della
coscienza. Acquista da
0.7EUR/sett Video ©
Riproduzione riservata