

## I Lapsus Freudiani

L'espressione "lapsus freudiano" viene usata per indicare i casi in cui, commettendo un errore involontario nel parlare, una persona rivela le proprie reali intenzioni o idee.

Si devono a Sigmund Freud i primi studi sui lapsus, il quale li imputava alla confessione involontaria di un conflitto interiore, di un pensiero tenuto nascosto a se stessi e rimosso in quanto sgradevole.

Un'ipotesi molto più semplice legge gli strafalcioni della lingua parlata come errori attinenti alle strutture e all'uso del linguaggio, un fenomeno meccanico che ogni tanto si inceppa, data la difficoltà e la ricchezza del discorso.

Una più precisa suddivisione e spiegazione dei lapsus verbali è quella proposta dalla ricercatrice Victoria Fromkin, che ha raccolto migliaia di esempi pratici riuscendo a stabilire che i lapsus connessi all'uso della parola seguono tutti a grandi linee le medesime regole.

Le categorie individuate sono:

- **Lapsus di scambio di parola**, che avvengono quando si invertono due termini presenti nella stessa frase, per esempio "apri il latte e prendi il frigo". In genere le parole derivano dalla stessa categoria sintattica (nomi propri con nomi propri, verbi con verbi, aggettivi con aggettivi) e vengono sostituite meccanicamente;
- **Lapsus di sostituzione**, che si sviluppano ogni volta che un termine viene rimpiazzato da un altro, esterno alla frase ma della medesima categoria semantica, per esempio "piatto" al posto di "bicchiere" o "acqua" invece di "vino". Questo tipo di errore è indice del fatto che le varie componenti del linguaggio sono organizzate a livello mentale in sottocategorie di questo tipo;
- **Errori di spostamento**, che si verificano quando nell'articolazione della frase un suo elemento, che può essere una parola, un verbo o altro, viene spostato da un punto all'altro della frase: per esempio "La Milo di Venere" anziché "la Venere di Milo";
- **Errori di perseveranza**, riguardano la riutilizzazione del medesimo elemento (a sproposito) dopo averlo sistemato al posto giusto all'interno della frase: per esempio "Romolo e Remolo" coinvolge una sillaba (lo), ripetuta senza motivo;
- **Errori di anticipazione**, che concernono l'uso di un elemento della frase, prima della sua sistemazione nella giusta posizione: per esempio "al mare...mi piacerebbe andare al mare";
- **Errori di amalgama**, evidenziati dal fatto di unire due elementi per formarne un terzo, spesso inesistente. Per esempio, "mi sentivo il peggio oppresso" (unione di peggio e oppressione).

I lapsus che coinvolgono la parola scritta sono chiamati "**calami**", dal latino "della penna". Viene scritta o letta una parola per un'altra oppure di digitare al computer un termine scambiando due lettere. Accanto a evidenti motivazioni legate alla fretta e alla disattenzione, sul banco degli imputati siede ancora una volta la difficoltà di articolazione della parola, soprattutto quando si tratta di ingabbiare il pensiero in una forma scritta.

Quando le esperienze si trasformano in ricordi, nell'ippocampo avviene la "potenziazione a lungo termine", durante la quale le connessioni fra i neuroni diventano temporaneamente più forti in seguito a una decisa stimolazione. I ricordi più recenti sono elaborati dall'ippocampo, mentre secondo uno studio la regione del cervello che recupera e conserva i ricordi più remoti sarebbe il cingolato anteriore. Si ritiene che i ricordi

emotivamente più coinvolgenti siano memorizzati meglio, in quanto coinvolgono strutture cerebrali diverse da quelle che immagazzinano i ricordi normali. L'amigdala interagisce con le regioni cerebrali collegate alla memoria durante la formazione dei ricordi più coinvolgenti emotivamente, forse per garantire una maggiore indelebilità.

#### Alcuni tra i **lapsus più comuni**:

- Confondere i nomi dei parenti, come mamma al posto di zia o definire fratello quello che in realtà è il marito. Si indicherebbero relazioni familiari distorte;
- Confondere un aggettivo con il suo esatto contrario, come per esempio "piacevole" con "sgradevole". L'assonanza fra le due parole indurrebbe un errore che svela i reali sentimenti nei confronti dell'argomento in questione;
- Indicare un nome di battesimo diverso rispetto a quello della persona alla quale ci si rivolge, tradendo anche in questo caso il fatto di associare il discorso a un'altra persona;
- Smarrire frequentemente determinati oggetti ai quali si tiene particolarmente. In questo caso si tratterebbe dell'espressione dell'avversione inconscia per l'oggetto, per i ricordi che induce o per la persona da cui proviene.

Ci sono poi i lapsus d'azione, chiamati "**paraprassie**", come:

- Riporre inavvertitamente un oggetto in un armadio anche se lo si deve utilizzare;
- Chiudere a chiave una porta che dovrebbe restare aperta;
- Dimenticare un oggetto importante in un luogo lontano.

Apparentemente si tratta di dimenticanze e di errori imputabili alla fretta, alla stanchezza o alla mancanza di concentrazione. Questo disturbo dell'ordinamento temporale dei movimenti volontari del corpo potrebbe in realtà sottendere un desiderio inconscio di intervenire sul corso delle cose o sull'evolversi di determinate situazioni per modificarle, con il risultato di omettere o alterare alcune azioni apparentemente prive di significato.

Gli scherzi della mente non sono confinati al mondo dei lapsus. Il campo degli errori connessi al cattivo funzionamento della memoria può assumere forme di vario tipo. Le più frequenti sono:

- **I falsi ricordi.** Sarebbero dovuti a un momentaneo blocco della memoria, a causa della rimozione di un ricordo, preciso e spesso sgradevole o doloroso, evocato da una parola o da un nome. La rimozione rappresenterebbe un meccanismo di difesa, innescato inconsciamente quando un nome, una frase o una parola viene associato a un argomento che fa provare emozioni intense e spesso penose. Se la dimenticanza riguarda un nome che si riteneva di conoscere benissimo, il cervello propone una serie di altri nomi simili, detti sostitutivi, dei quali tuttavia si riconosce immediatamente la falsità;
- **Un ricordo cattivo che ne blocca uno buono.** Quelli vecchi e sgradevoli possono contribuire a impedire alle informazioni apprese di recente di essere correttamente immagazzinate dal cervello e di essere poi ricordate. Questa potrebbe essere una delle spiegazioni del fenomeno di chi ha memoria di eventi molto remoti senza riuscire a ricordare situazioni ben più recenti. All'origine c'è il lavoro dell'ippocampo che, assieme ad

altre aree del cervello coinvolte nei traumi emotivi, può reagire a memorie intrusive bloccando l'immagazzinamento di nuovi dati;

- **I ricordi di copertura.** Spesso quelli dell'infanzia si riferiscono a eventi secondari, apparentemente significanti, relativi ad accadimenti banali. Freud li chiama "indifferenti", in quanto associati ad altre reminescenze rimosse dalla sfera cosciente. I ricordi indifferenti rappresenterebbero un meccanismo di difesa per non ricordare qualcosa che è stato rimosso e in tal senso possono essere definiti "di copertura".

- **L'erronea associazione di volti e nomi.** Per riconoscere l'immagine di una persona conosciuta, il cervello attiva un meccanismo di rappresentazione mediante la memoria, che consente di confrontare il volto da riconoscere con un prototipo costruito in base ai visi che con maggiore frequenza si incontrano. Può succedere che il cervello associ erroneamente un nome a un volto o riconosca il volto ma non riesca ad associargli un nome.

Le cause vanno ricercate sia negli strati più profondi dell'inconscio sia nelle difficoltà connesse all'uso del linguaggio e al funzionamento delle diverse aree del cervello in generale.

Spesso per spiegare l'origine di lapsus, dimenticanze e falsi ricordi si fa riferimento allo stress della vita quotidiana. In realtà, almeno una parte degli scherzi della mente potrebbe avere a che fare con la repressione, con la soppressione o l'esclusione di un impulso, di un desiderio. Di un sentimento ritenuti inaccettabili sul piano della coscienza, perché contrari alle regole di riferimento sociale.

Possono anche andare incontro a questo destino tutti gli impulsi la cui soddisfazione potrebbe essere positiva, ma che comporta ansia e dolore in misura superiore al piacere che ne consegue.

Nella nostra società sono maggiormente soggetti a repressione:

- Gli impulsi aggressivi e quelli sessuali;
- Desideri e sentimenti non accettati nel contesto familiare, sociale e culturale delle singole persone.

I contenuti repressi tentano però di rientrare nel campo della coscienza durante il sonno attraverso i sogni e durante la veglia attraverso i lapsus, gli atti mancati e gli scherzi della mente in genere.

Anche quando una persona sbaglia a nominare un oggetto, non necessariamente si tratta di semplice disattenzione. L'errore avverrebbe a livello linguistico e di articolazione della parola, a uno stadio più superficiale rispetto a quello teorizzato da Sigmund Freud.

Nella visione del fondatore della psicanalisi, il lapsus manifestava un conflitto interiore irrisolto. La cura prevedeva sedute di psicoterapia per riportare alla luce il pensiero nascosto ed eliminarlo. Si trattava di rintracciare un contenuto mentale, un filo invisibile che legasse i discorsi e le idee casuali e apparentemente sconnesse fra loro.

Le sedute psicoterapiche, individuali o di gruppo, vengono utilizzate ancora oggi come valido strumento per risolvere ed eliminare i sintomi delle nevrosi, di cui anche il lapsus frequente potrebbe essere una delle caratteristiche conclamate.

Con la psicoterapia a indirizzo psicoanalitico si intesse una stretta relazione fra psicoterapeuta e paziente, grazie alla quale si tenta di esplorare la struttura dei conflitti

responsabili dei sintomi.

Quando si tratta di semplice errore nell'uso delle parole, ben poco si può fare, trattandosi di cause meccaniche che difficilmente possono essere rimosse.

La persona può prendere spunto dai propri lapsus, atti mancati e scherzi della memoria per diventare più consapevole di se stessa e dei propri bisogni, desideri ed emozioni.

Spesso ci relazioniamo agli altri con una certa immagine di noi stessi, che non corrisponde al vero. Per essere amati dai genitori prima e dalle persone che abbiamo incontrato nella nostra crescita dopo, abbiamo costruito un'armatura caratteriale o un copione di vita che ci hanno permesso di trovare un compromesso fra:

- Le nostre parti più vere, che avremmo voluto esprimere;
- Le richieste degli altri.

Ma vivere dentro la corazza non permette di soddisfare pienamente il vero sé.

L'analisi degli scherzi della mente può essere uno degli strumenti per divenire più consapevoli di ciò che abita nel nostro mondo interiore e che deve emergere per il benessere personale.

Una percezione sempre connessa ai difetti della memoria e sulla quale si è indagato finora molto poco è quella che riguarda la sensazione di aver già vissuto determinate situazioni o di essere già stati in certi luoghi, anche se in realtà non è così. Questo fenomeno prende il nome di paramnesia, comunemente noto come "deja vu". L'esperienza si accompagna a una sensazione di familiarità, che spesso comprende anche odori, sapori o rumori percepiti come già sperimentati nel passato. Il deja vu trasmette una percezione di mistero, in quanto non se ne ricordano i connotati e non si riesce a collocarlo in un ambito spazio-temporale preciso. La spiegazione più accreditata di questo fenomeno va ricercata in un anomalo funzionamento della memoria, che richiama un'esperienza che è falsa a causa della sovrapposizione tra i sistemi neurologici responsabili della memoria a breve e a lungo termine. Un'altra teoria interpreta il deja vu come emozione dissociativa, nel senso che gli stimoli provenienti da una situazione potrebbero attivare emozioni del passato: da questo fatto deriverebbe la sensazione di familiarità.

Lo studio dei meccanismi di creazione dei falsi ricordi ha permesso di rilevare una profonda distinzione fra adulti e bambini relativamente alla capacità di elaborazione del linguaggio e di creare lapsus. I bambini più piccoli elaborano le parole sulla base della fonologia, cioè del suono. Gli adulti e i bimbi più grandi lavorano sulla base della semantica, cioè del significato delle parole. Mentre per gli adulti lapsus e falsi ricordi possono essere innescati da parole vicine per significato, per i bambini si tratterebbe di un'assonanza per suono o per rima.

Sul piano personale, per sopravvivere psicologicamente (e talvolta fisicamente) ciascuno, nel corso della prima infanzia, ha dovuto rinforzare quei tratti di sé a cui l'ambiente circostante rispondeva in modo positivo, rinunciando alle altre. Si è così costruita l'armatura caratteriale, che esprime il rapporto fra:

- Blocco delle emozioni non concesse dall'ambiente e difensivamente rimosse;
- Tensioni muscolari, che servono a non sentire, imprigionandole nella contrazione, quelle emozioni.

Per copione di vita si intende un piano di vita che si basa su una decisione presa durante l'infanzia, rinforzata dai genitori, giustificata dagli avvenimenti successivi, che culmina in una scelta decisiva, anche se non è quello che realmente si desidera.