

GLI UMORI DEL TEMPO/1.

Frenetico, iperattivo, sempre sopra le righe: identikit dell'eccitato «Ma spesso questa patologia rende felici». Parla Alberto Siracusano

Il primo immediato effetto però, almeno nella fase di transizione, è stato - rilevano i ricercatori di Demos - l'approfondimento del divario fra chi ha troppo lavoro e chi non ce l'ha per niente.

Da una parte aumenta la disoccupazione e dall'altra gli occupati, a tutti i livelli, sono vittime dello stress da superlavoro. Il senso di insicurezza provocato dalla possibilità di perdere il lavoro ha incoraggiato il fenomeno del «presentismo», la gente cioè resta in ufficio anche quando non c'è lavoro da svolgere. Nei lavori più qualificati l'orario lungo è diventato una specie di segno del successo. Un manager su otto in Gran Bretagna lavora più di 60 ore a settimana e più della metà si porta il lavoro a casa durante la settimana. Ma non è solo la paura di essere espulsi dal mercato del lavoro che spinge

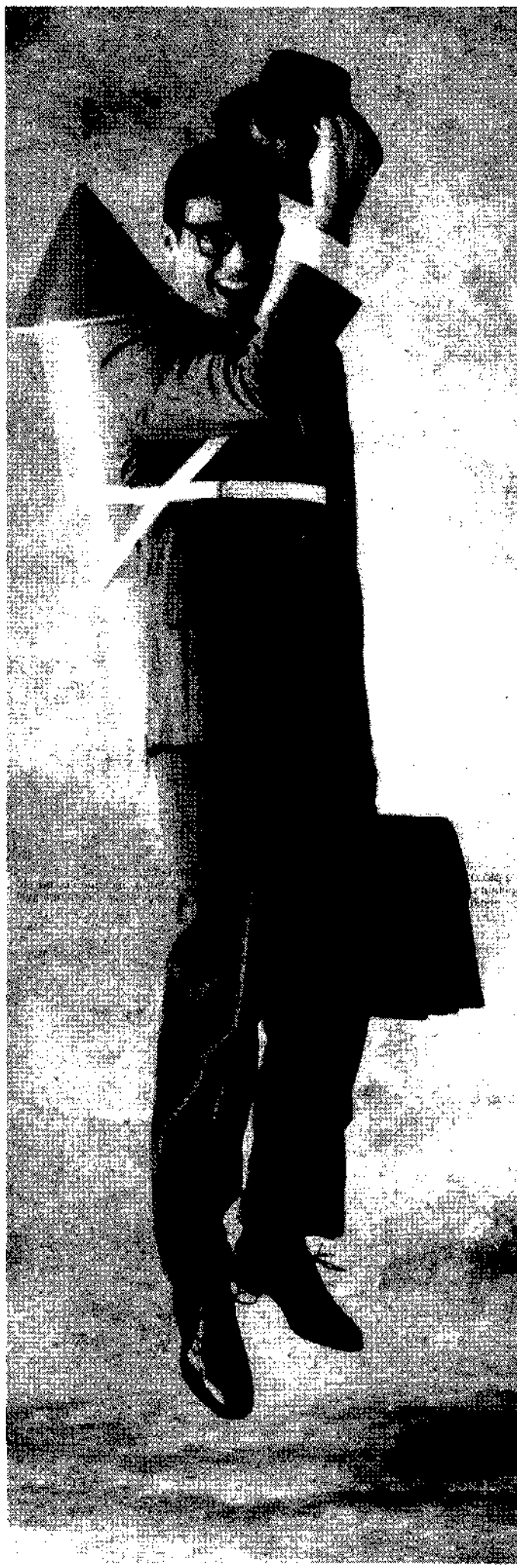
DALLA PRIMA PAGINA

Lo stress comincia a uccidere

La gente al superlavoro, ci sono anche le tecnologie. I computer permettono di continuare a lavorare da qualsiasi posto. Sotto pressione non sono solo manager e professionisti, ma anche i lavoratori meno qualificati fra i quali è fortissima la paura di perdere l'impiego. In Gran Bretagna una famiglia su sei vive con il sussidio di disoccupazione, mentre un quarto degli uomini occupati lavora più di 48 ore a settimana e un quinto più di cinquanta.

sono, infatti, aumentate del 50 per cento le ore di lavoro perse per malattie legate allo stress. Condannati al superlavoro, i lavoratori britannici sognano un mondo diverso: uno su tre dice che farebbe salti di gioia se potesse avere un anno sabbatico anche senza paga, il 25 per cento è favorevole alla settimana lavorativa di quattro giorni, il 27 per cento vorrebbe lavorare part-time a casa e più della metà ammette che ridurrebbe il ritmo di lavoro se fosse sicuro di non danneggiare la propria carriera.

C.P. Ch.



Giancarlo Maiocchi

TACCUINO

Io, euforico in Paradiso

FULVIO ABBATE

B RUTTA BESTIA, l'euforia; ti porta lontano, ti porta da nessuna parte, così, alla fine, ti ritrovi sospeso in aria, in bilico su di uno strapiombato, e come il coyote dei cartoni animati, precipiti giù, e addio alle armi. No, cari fratelli, credetemi, lo giuro, non è cosa buona e giusta. L'euforia, è un vero macello svegliarsi fra gli uomini una mattina e scoprirsi esaltati più del necessario; c'è davvero il rischio, a cose fatte, di guardarsi allo specchio e avere pena di se stessi: scoprendosi squallidi e fessi o, peggio ancora, stronzi. Però, noi, qui, in realtà, stiamo parlando di un'euforia positiva, illuministica, volterriana, quel genere di euforia che dovrebbe suggerire pensieri profondi e dare la sensazione che noi, gli euforici, qui e ora, siamo i costruttori progressivi del nostro destino.

Come no: infatti l'euforico mercuriale, mentre corre con passo da dingo, allontanandosi dal dominio melanconico di Saturno, in cuor suo si augura d'essere sostenuto e applaudito da lassù, dal cielo, dai suoi protettori, dagli antenati, dai lari; crede, ancora, l'euforico, che, al sentore del suo passaggio, i lari - il già citato Voltaire e poi Marx e Gramsci, e lo zio Ho e il nonno Giuseppe, e perfino Mauro, l'amico morto - si mettano in piedi sulle nuvole per applaudirlo, e che gli sussurrino: vai, caro, non ti fermare, corri, dai, dai che sei solo; entro stasera devi cambiare la vita, fomicare con tutte le ragazze che vuoi e che ti vogliono, e andare al bar e poi a cena, e poi un caffè e poi un ammazzacaffè, e, per finire, devi ballare il twist con Patty Pravo davanti al laghetto dell'Eur, e non è finita qui: già che ci sei, scrivi un romanzo tutto in un soffio, davanti a tutti, sotto una campana di vetro: come faceva Georges Simenon: un lavoro un po' da fachiro un po' da ciclista alla sei giorni, e poi, da domani potrai ricominciare a sperare; ma dai, non ti fermare...

Sono veramente crudeli e ingordi, i lari; ma a questo punto, il semidio Abbate si convince davvero d'essere invincibile e si avvia a piedi lungo la strada dell'euforia, ma la strada dell'euforia, come direbbe il saggio, è stata costruita sulle ossa di chi l'ha già percorsa, eppure lui ritiene ormai di non aver nulla da temere: non è forse vero che deve affermare la singolarità della propria esistenza? Sì, perché la sua non è certo l'euforia dei fessi, lui, lo ripetiamo, sta coprendo un tratto di strada della sua vita esemplare, ed è, in più, che, cammin facendo, le persone morte, gente segnata dal buon senso socialdemocratico, cerchino di fermarlo, come si fa con i ciclisti, buttandogli in faccia secchiate d'acqua che, tradotte in soldoni, vogliono dire: ma dove stai correndo, non vedi che il tuo è solo un falso movimento... E va bene, sarà pure come dite voi, però, che palle, questa storia del falso movimento! Perché io una volta che ho deciso di affrontare mettermi in causa nella vertigine del mondo, voglio arrivare fino in fondo: voglio, già che ci sono, scoprire in me stesso l'aura degli invincibili, l'aura dell'Uomo Mascherato, l'aura di Mandrake, e poi, come diceva il poeta Boris Vian: «Non vorrei crepare / Prima che abbiano inventato / Le rose eteme / La giornata di due ore / Il mare in montagna / La montagna al mare / La fine del dolore».

Non è forse vero che, a distanza di secoli, le uniche persone di cui rimane traccia, che ci restano impresse negli occhi della memoria, che mantengono fosforescenza nel buio fitto degli evi, sono soprattutto gli eroi? Alessandro il Grande, Saint-Just, Garibaldi, Simon Bolivar, Carlo Pisacane, Buenaventura Durruti, il Che, i futuristi in guerra in bicicletta, e il pilota automobilistico d'altri tempi, Bakunin Borzacchini; tutta gente che non si è risparmiata, gente che aveva il giorno pieno di cose da fare, correre con la biga sotto un arco di trionfo, correre a cospirare da un continente all'altro, correre in nome delle istituzioni repubblicane e pronunciare la condanna del re, correre nel nome della velocità stessa, correre e creare dieci cento mille Vietnam; correre la Mille Miglia reggendo la fiaccola dell'anarchia, e ancora correre...

Alla fine della corsa, alla fine del tempo, quando ci sarà il giudizio universale, l'euforico è certo che il miglio di Dio emergerà dall'acqua e punterà su di lui, sul suo cuore di fosforo, e poi dirà a mente: è lui, l'ho notato fin dall'inizio, correva come un disperato, e a volte piangeva, non aveva tempo per accorgersi degli altri, però correva bene; in fondo, anche se non ha portato a termine la sua opera, ci ha provato, ha vissuto i suoi giorni, non si può dire che non abbia cercato di lasciare una traccia del suo transito nella storia. Giungeranno gli angeli, verranno a prenderlo e, dopo avergli dato una pasticca, lo accompagneranno nel parcheggio dei cieli.

La vita a RAZZO

Per anni è stata poco considerata anche dalla psichiatria e dalla psicoanalisi. Forse perché c'è di mezzo la sessualità. Ora torna alla ribalta. È la condizione dell'eccitamento maniaco, contraltare della depressione. «Nella psicopatologia della vita quotidiana oggi l'eccitamento occupa un posto dominante», sostiene Alberto Siracusano psichiatra e psicoanalista. «Sempre più si va imponendo la ricerca di uno stato di eccitamento, ad alta emotività: correre sul filo del rasoio, oscillando tra vita e morte». Eppure, «se a volte non ci sentissimo onnipotenti non riusciremo ad affrontare le difficoltà dell'esistenza».

CRISTIANA PULCINELLI

«Sa perché piace Frengo? Frengo chi, scusi? Frengo quello di Mai dire goal, il programma televisivo. Frengo Stop, l'improbabile telecronista del Foggia? «Già. Piace per la giacca nera con tanto di lustrini, i movimenti esagerati e l'eloquio parabolico». Piace perché è eccitato? Ebbene sì, perché esce dalla «fredda cronaca» (per citare proprio le sue parole). Sarà questa «attrazione fatale», sarà che viviamo in un mondo dai ritmi superaccelerati, in cui non c'è tempo per la riflessione (i dati di una ricerca resa pubblica ieri in Gran Bretagna confermano che noi occidentali siamo vittime del superlavoro e della mancanza di tempo libero), ma l'eccitamento - dice Alberto Siracusano, psicoanalista a Roma e docente di clinica psichiatrica a Napoli - è una chiave di lettura della nostra società.

Ma che cosa è l'eccitamento maniacale?

Depressione e mania sono due facce della stessa medaglia, due gemelli di colore diverso. Tant'è che convivono spesso nella stessa persona. Esiste per la verità una forma di depressione, detta unipolare, che si presenta da sola. Ma è anche molto diffuso il disturbo bipolare, cioè un alternarsi, in gradi diversi, di fasi depressive e maniacali. Cosa hanno in comune queste due patologie? Sono entrambe un'alterazione della spinta, il cosiddetto «drive», ma di segno opposto: in un caso c'è l'inibizione, cioè un impedimento all'azione, nell'altro la disinibizione, cioè l'eccitamento.

Potrebbe fare degli esempi?

Vorremmo il sonno: il depresso vorrebbe dormire, ma non ci riesce; chi è affetto da eccitamento maniacale non ha bisogno di dormire. Il depresso prova dolore e tristezza. Lo stato d'animo del maniacale è di piacere ed euforia. Il primo si ferma, il secondo non si ferma mai, comincia in modo allarmistico azioni che poi non porta a termine. Quanto l'uno si sente invaso dal senso di colpa, tanto l'altro crede di essere onnipotente

e creativo. I sentimenti di esaltazione vengono proiettati sul corpo: aumentano gli stimoli sessuali e l'appetito, diminuisce la stanchezza. Insomma, se la depressione è lentezza e pesantezza, la mania è leggerezza. E un vento che gonfia tutte le vele.

L'eccitamento maniacale è una condizione grave?

Può esserlo. Tra l'altro, sotto eccitamento una persona può compiere atti incongrui. Il senso di onnipotenza che la pervade la può mettere in situazioni potenzialmente pericolose. Se viene contraddetta, ad esempio, diventa aggressiva e litiga molto facilmente.

Nonostante questi effetti collaterali, la descrizione che ne viene fatta è, come dire, stupefacente?

Indubbiamente si tratta di una condizione desiderata da molti. Alcuni cercano di raggiungerla artificialmente attraverso le droghe, l'alcool, la discoteca. E il problema maggiore che ci si trova ad affrontare con i pazienti è proprio questo: chi la sperimenta non vuole curarsi, ha paura che qualcuno gli sottragga quella condizione che per lui è comunque di grande piacere.

Perché psichiatria e psicoanalisi non si sono occupate grandemente di questo stato dell'animo?

Il motivo principale è che ci sono di mezzo il piacere e la sessualità. Lo stesso Freud è vissuto nella casta epoca vittoriana: era difficile affrontare questi argomenti. Poi c'è il fatto che l'eccitamento maniacale veniva visto come una difesa legata alla depressione: la persona che era stata sopraffatta dall'oggetto amato se ne vendicava durante la fase maniacale, trionfando su di esso. Questa lettura relegava la mania a sentimento minore. Oggi forse possiamo tentare una nuova analisi del problema. Anzi, direi che sarebbe proprio ora perché l'eccitamento è la chiave di lettura della nostra società.

Perché allora si parla tanto di depressione e meno di mania?

Perché il maniacale o l'ipomaniacale, paradossalmente, si nota di meno. È un iperproduttivo, esuberante e ottimista. Perché mai dovremmo dire che in lui c'è qualcosa che non va? Eppure, nella psicopatologia della vita quotidiana l'eccitamento occupa oggi un posto dominante, seppure è un tipo di eccitamento non strettamente sovrapponibile a quello della bipolarità.

In che senso?

Oggi sempre più si va imponendo la ricerca di uno stato di eccitamento, ad alta emotività, la cui principale caratteristica non è tanto il raggiungimento di uno stato di benessere, l'acquisizione di una condizione di equilibrio in cui prevalga l'appagamento del desiderio, ma bensì il vivere l'esperienza emotiva della spinta continua: correre sul filo del rasoio, in una sorta di sospensione oscillatoria tra vita e morte. L'individuo è teso non al raggiungimento maturo della conquista dell'oggetto, ma ad ottenere un piacere dato dallo stato eccitatorio finalistico che si crea in quell'intervallo di spazio e tempo delimitato dalle sensazioni di perdita totale e di totale e immediato recupero di sé e dell'oggetto.

Come si manifesta questa tendenza?

Pensi, ad esempio, alle forme di comunicazione che si sono imposte in questi anni: la coazione a voler mostrare l'evento mentre accade, la coazione a ripeterlo. La fuga di O. J. Simpson, i centimetri del Po che salgono, le telecamere nascoste nel corpo umano per svelare i segreti dell'orgasmo, il parlare a mitraglia degli anchor-men, il parlare sopra le righe dei talk show, il lingo in diretta, la morte in diretta, l'ostentare l'eccezionalità dell'evento, il creare personaggi unici ed impetibili... Il motore di questo movimento continuo è l'aggressività. E questa fusione di eccitamento e aggressività spesso assume i caratteri del sadismo e del mostruoso.

Ma l'eccitamento è sempre negativo?

Io credo di no. Credo che l'eccitamento - ovviamente non nella gravità estrema delle sue forme - possiede contenere degli elementi costruttivi che hanno a che fare con il promuovere il distacco, l'autonomia e il benessere. L'interpretazione freudiana della depressione è fondata sul concetto di perdita dell'oggetto. L'oggetto scomparso è inglobato nell'io, contro cui sono rinviate rabbia, accuse, aggressività. Si può in qualche modo dire che nella depressione vi è il trionfo dell'oggetto sull'io. Quale significato possiamo attribuire invece alla mania? In uno scritto di Melanie Klein del 1935 leggiamo: «Questo svilimento dell'importanza dell'oggetto, questo dispregio per esso, costituisce a mio parere,

una peculiarità specifica della mania ed è ciò che consente all'io di compiere quel distacco parziale che osserviamo operare in esso congiuntamente alla brama di oggetti». Il sentimento che ci indica la Klein è quello di riconoscere nella mania un movimento verso l'indipendenza e l'autonomia.

Fin qui la teoria.

Che la pratica conferma. Un'immagine usata per descrivere la depressione è quella del naufrago nell'oceano. Nell'eccitamento, al contrario, l'uomo non è più perso nei flutti, ma è lui che contiene tutto l'oceano, questo sentimento è l'inizio della capacità di reagire. Ecco, se uno a volte non ragiona così, omettendone, non riesce ad affrontare le difficoltà dell'esperienza esistenziale. Pensiamo, ad esempio, agli stati di entu-

siamento infantile indispensabili per la crescita. Se non c'è questa forma di eccitamento anche l'apprendimento ne risente. Tali è vero che la noia e la solitudine sono due condizioni psicopatologiche attuali per superare le quali si va alla ricerca di un entusiasmo anche patologico, vedi molti degli attuali comportamenti adolescenziali.

Se questi stati d'animo fanno parte della normalità, quando e come si entra nella patologia?

Quando si perde l'elasticità. La rigidità è sempre segno di qualcosa che non va.

La condizione del depresso, però, permette una maggiore riflessione sul mondo.

Questo è vero. Freud diceva che la condizione migliore dell'esistenza è quella leggermente depressa.

Oggi, sicuramente, viviamo in un periodo di eccitazione, nel senso di marcia verso il vuoto. È anche vero però che la visione del mondo di un depresso è così nera che spesso altera troppo la realtà. Dovremmo perciò intendere questo nostro modo di essere contemporaneo in termini non esclusivamente negativi, ma pensando che possa contenere elementi utili alla crescita. Del resto, quello che interessa all'essere umano è il controllo dell'oggetto. E forse per ottenerlo abbiamo bisogno di entrambe le spinte. Oggi, in effetti, c'è una tendenza alla separazione di aspetti che invece dovrebbero essere integrati. L'errore ha bisogno del mostro Teseo del Minotauro. Oggi è come se Teseo e il Minotauro camminassero in labirinti diversi, non si incontrassero più...