



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Psicologia Generale

Corso di Laurea in Scienze Psicologiche Cognitive e Psicobiologiche

Elaborato finale

La vergogna. Prospettive psicologiche.

The shame. Psychology perspectives.

Relatrice: Prof.ssa Maria Armezzani

Controrelatrice: Prof.ssa Berti Anna Emilia

Laureando: Claudio Becca

Matricola: 1221178

Anno accademico 2021/2022

INDICE

INTRODUZIONE	3
CAPITOLO 1	5
UNO SGUARDO PSICOANALITICO SULLA VERGOGNA	5
<i>1.1 Freud, sessualità e vergogna</i>	5
<i>1.2 Umiliazione e vergogna nei disturbi parafilici</i>	8
<i>1.3 La vergogna in terapia: setting, transfert e controtransfert</i>	11
CAPITOLO 2	13
FENOMENOLOGIA DELLA VERGOGNA	13
<i>2.1 Il corpo e lo sguardo</i>	13
<i>2.2 Corpo-soggetto e corpo-oggetto</i>	15
<i>2.3 Conoscersi attraverso la vergogna</i>	16
CAPITOLO 3	18
SULLA FUNZIONE EVOLUTIVA DELLA VERGOGNA	18
<i>3.1 La consapevolezza dell'uomo a partire dalla vergogna</i>	18
<i>3.2 Si prova vergogna perché consapevoli o si è consapevoli perché si prova vergogna?</i>	20
<i>3.3 La vergogna nello sviluppo identitario</i>	21
CONCLUSIONE	23
<i>Uno sguardo al contemporaneo: La società dello spettacolo</i>	23
<i>Considerazioni finali</i>	25

INTRODUZIONE

L'obiettivo di questa tesi bibliografica è quello di riflettere sulla funzione e sul ruolo della vergogna nell'ambito psicologico. Ho trovato interessante poter confrontare e prendere in esame le considerazioni sulla vergogna a partire dalle diverse prospettive psicologiche. Tuttavia, nel portare e riportare riflessioni sulla vergogna, mi sono ritrovato spesso in considerazioni più ampie, generali e multidisciplinari. Riflettere su un'emozione, d'altronde, significa inevitabilmente scontrarsi con una pluralità di nessi e collegamenti, tra individuale e sociale, tra particolare e universale, tra soggettivo ed oggettivo...

Fino a tempi recenti, la vergogna non ha mai avuto un ruolo centrale nella formazione di disturbi della personalità gravi. Come viene riportato nel saggio di psicologia clinica e dinamica di Battacchi e Codispoti (1992): "Si direbbe che gli psicologi clinici abbiano chiuso gli occhi davanti al fatto che il vergognarsi e la paura di vergognarsi e il vergognarsi di vergognarsi, oltre ad essere una fonte diffusa di afflizione, possono incidere pesantemente sullo sviluppo personale fino a sfociare spesso in quadri psicopatologici gravi, stabilizzanti e difficili da trattare, quando non, addirittura, esiziali per la stessa sopravvivenza fisica". Oggi si guarda alla vergogna con maggiore interesse, come uno dei fattori, in passato trascurato, che potrebbe portare nuove e stimolanti considerazioni sulle cause alla base dei disturbi di personalità.

La prospettiva fenomenologica, dal canto suo, pone interessanti riflessioni sull'esperienza soggettiva e sulla natura costitutivamente interpersonale della vergogna. Guardare al proprio vissuto vergognoso significa inesorabilmente fare i conti con lo sguardo dell'altro. Come sostiene Borgna (2001), una prima questione

preliminare quando si parla di vergogna è che essa non può esistere senza un contesto interpersonale: “Non c’è emozione, non c’è vergogna, e non c’è del resto ansia e tristezza, se non in un contesto interpersonale”.

Il vissuto della vergogna, come poi verrà trattato nel terzo e ultimo capitolo, porta con sé anche un’importante funzione evolutiva, non solo nello sviluppo tipico, ma anche nella formazione della consapevolezza dell’uomo e nella presa di coscienza di sé. Secondo Erickson (1982), la vergogna, contrapposta all’autonomia, è un’importante fattore della seconda fase nella teoria dello sviluppo psicosociale. Soltanto attraverso un equilibrio sano tra autonomia, vergogna e dubbio si vengono a formare le basi per la propria autostima e un’adeguata differenziazione dall’altro.

CAPITOLO 1

UNO SGUARDO PSICOANALITICO SULLA VERGOGNA

1.1 Freud, sessualità e vergogna

Prenderò ora in esame i riferimenti alla vergogna nella letteratura freudiana, contestualizzati e spiegati all'interno delle prime analisi sulle due principali strutture psichiche: isteria e nevrosi.

Un primo riferimento lo si ritrova nel quarto capitolo degli *Studi sull'isteria* (Freud, 1895). Freud parla della difficoltà di applicare l'ipnosi e della necessità di ricorrere ad un altro metodo per risalire ai ricordi patogeni di alcuni pazienti, deducendo che si trovi nell'uomo una forza psichica, una resistenza, che si oppone all'emergenza di tali ricordi. Si assiste così ad una difesa da parte dei pazienti dalla natura penosa delle rappresentazioni traumatiche che provocano gli affetti della vergogna, del rimprovero, del dolore psichico e della menomazione. La vergogna appare in questi primi scritti come un affetto penoso connesso a determinate rappresentazioni. È questa connessione tra affetto e rappresentazione che può determinare la natura traumatica di un evento, così come la resistenza inconscia del soggetto nei confronti del ricordo.

Successivamente nella *Minuta K Le nevrosi da difesa* (Freud, 1896), Freud sostiene che le nevrosi da difesa sono causate dalla rimozione di un'esperienza sessuale prematura che genera dispiacere. Nella pubertà, si verifica un ritorno delle rappresentazioni rimosse accompagnate da un dispiacere ancora maggiore a causa dello sviluppo sessuale. La lotta tra rappresentazioni rimosse e l'Io determinerà la nevrosi. La vergogna insieme alla moralità e al disgusto sono considerate "forze

rimuoventi” innescate dal dispiacere, e se queste forze non fossero presenti, se per esempio non ci fosse vergogna negli uomini, non ci sarebbe alcuna rimozione, in compenso si potrebbero avere perversione o moralità.

Le rappresentazioni ossessive che determinano le nevrosi non sono altro che autoaccuse mascherate, che ritornano dalla rimozione, ed esse si riferiscono sempre ad un atto sessuale dell’infanzia dal quale si è tratto piacere.

In altre parole con l’affiorare dei ricordi traumatici delle esperienze sessuali in età infantile, si verifica una liberazione di dispiacere sotto forma di autoaccusa, che è in sostanza un prodotto di compromesso con il quale viene nascosta, ma comunque espressa, la rappresentazione traumatica originaria. “L’autoaccusa di solito procede a collegarsi con un contenuto che è doppiamente distorto: quanto al tempo e all’oggetto” (p. 52). Al tempo perché il contenuto dell’autoaccusa viene riferito ad un’azione contemporanea o futura, e all’oggetto poiché il contenuto non significa l’evento reale, ma una sostituzione analoga. “L’affetto di autoaccusa si può trasformare, attraverso vari stati psichici, in altri affetti che, poi penetrano nella coscienza più distintamente: per esempio [...] in vergogna (paura che la gente sappia)” (p. 53).

Nelle *Nuove osservazioni sulle neuro-psicosi da difesa* (Freud, 1896), Freud continua la sua analisi descrivendo il decorso tipico di una nevrosi. Esso vede quattro fasi: un primo periodo, il periodo della prima infanzia o dell’amoralità infantile, in cui hanno luogo le esperienze sessuali, il secondo di maturazione sessuale dove al ricordo di quegli atti da cui fu tratto piacere si lega ora un’autoaccusa rimossa e sostituita con un sintomo primario di difesa. “Scrupolosità, vergogna, sfiducia in sé stessi sono i sintomi con i quali comincia il terzo periodo, quello della difesa riuscita” (p. 313). Il quarto periodo successivo è caratterizzato dal ritorno dei rimossi, dal fallimento della difesa e dunque dalla malattia.

La nevrosi ossessiva, inoltre, presenta due formulazioni diverse a seconda che il ritorno del rimosso riguardi il contenuto mnestico o l’affetto a esso connesso. Quando

a ripresentarsi è l'affetto, ovvero, l'autoaccusa rimossa, questa può manifestarsi in un qualunque altro affetto spiacevole. “Così l'autoaccusa (di aver compiuto quel dato atto sessuale nell'infanzia) si trasforma con facilità in vergogna (che altri vengano a saperlo) [...]” (p. 315).

Nel corso del 1896 la vergogna viene, dunque, dapprima descritta da Freud come forza rimuovente, poi, nel corso dell'analisi delle nevrosi da difesa, diventa un sintomo primario da difesa nella fase antecedente lo scatenarsi della malattia. Infine, al momento della malattia vera e propria la vergogna è l'effetto spiacevole causato dal ritorno dell'autoaccusa rimossa (De Francesco, 2010).

Un altro riferimento alla vergogna degno di nota lo si ritrova più avanti nel 1899, nella famosa opera *Interpretazione dei sogni* (Freud 1899, p. 237-239). A partire da una serie di associazioni arriva alla seguente deduzione: “la vergogna di non essere completamente vestiti ha indubbiamente carattere sessuale”. Vengono, così, presi in analisi, nel paragrafo del capitolo cinque “il sogno d'imbarazzo per la propria nudità”, i sogni di nudità nei quali si prova imbarazzo e vergogna, nei quali si sperimenta la penosa sensazione per cui si vorrebbe celare, spostandosi in un altro luogo, la propria nudità, e non ci si riesce. “Soltanto nella nostra infanzia è esistito un primo periodo in cui eravamo visti seminudi dai parenti, come da estranei, bambinaie, domestiche, visitatori, e in cui non ci vergognavamo della nostra nudità. In molti bambini è possibile osservare come lo spogliarsi abbia su di loro un effetto esaltante, anziché indurli alla vergogna. Ridono, saltano, si picchiano il ventre; la madre o chi è presente li rimprovera dicendo: “Via! È una vergogna, non si deve fare!”. Cita poi il ricordo cosciente di un suo paziente nel quale all'ottavo anno di età, spogliato per andare a letto, vuole recarsi dalla sorellina nella stanza accanto, ma la persona di servizio glielo impedisce. “Nella storia giovanile di soggetti nevrotici ha grande importanza il denudarsi di fronte a bambini dell'altro sesso; nella paranoia la fantasia di essere osservati mentre ci si veste e ci si spoglia è riconducibile a queste

esperienze. [...] Questa fantasia che non conosce vergogna appare più tardi al nostro sguardo retrospettivo come un paradiso, e il paradiso stesso non è altro che la fantasia dell'infanzia del singolo. Ecco perché in paradiso gli uomini sono nudi e non si vergognano l'uno di fronte all'altro, finché giunge il momento in cui la vergogna e l'angoscia si destano, avviene la cacciata, cominciano la vita sessuale e il lavoro della civiltà”.

1.2 Umiliazione e vergogna nei disturbi parafilici

Come puntualizzazione ai riferimenti soprastanti, è doveroso ricordare che il ruolo centrale della sessualità che Freud attribuisce alle dinamiche psichiche nello sviluppo non solo patologico della personalità, ma anche nello sviluppo tipico, è ormai da qualche decennio messo in discussione. Nonostante si debba sempre contestualizzare gli studi e le opere nel loro periodo storico, culturale e sociale (le dinamiche della sessualità nella cultura occidentale hanno subito profondi cambiamenti dagli inizi del novecento ad oggi), altre prospettive psicologiche propongono spiegazioni diverse sulle funzioni e sulle origini della vergogna, come vedremo più avanti. Nel caso del tema di questa tesi, tuttavia, come lo dimostra la vasta letteratura sui disturbi parafilici, è innegabilmente evidente uno stretto legame tra vergogna e sessualità.

Nel primo capitolo dell'opera *tre saggi sulla teoria sessuale* (Freud S., 1905, p. 473) descrivendo le perversioni, afferma: “Certe perversioni dal punto di vista del contenuto si allontanano talmente dalla normalità che non possiamo fare a meno di dichiararle “morbose”, in special modo quelle nelle quali la pulsione sessuale giunge nel superare le resistenze (pudore, disgusto, orrore, sofferenza) ad atti stupefacenti (coprofilia, necrofilia)”. Il pudore ed il disgusto sono qui descritti come “potenze psichiche che fanno da resistenze” che limitano e mantengono la pulsione sessuale entro confini normali.

I comportamenti sessuali in generale e quelli perversi in particolare hanno all'origine un'esperienza traumatica di umiliazione/vergogna sessuale, di cui costituiscono tentativi diversi, ma ugualmente motivati, di annullamento (Stoller R.J, 1979).

L'annullamento dell'umiliazione vede sostanzialmente due percorsi: umiliare l'altro, cioè prendersi il potere di umiliare (scelta prevalentemente maschile) e farsi umiliare per controllare l'umiliazione (scelta prevalentemente femminile).

Due percorsi che hanno un ruolo centrale nella struttura fenomenologica delle fantasie scopofiliche-esibizionistiche. Buona parte delle fantasie sessuali maschili, anche quando si limitano alla fantasia di guardare donne nude (e rimangono nell'ambito della semplice scopofilia), non sono soltanto sessualmente eccitanti in sé, ma anche perché viene fantasticato un guardare in modo che la persona oggetto dello sguardo non desidera, un guardare che è una violazione del pudore dell'altra e la fa sul presupposto che la donna si senta umiliata dall'essere esposta, inerme e nolente allo sguardo. Si tratta del piacere del trionfo sull'altra (Lewis H.B, 1971).

Quest'agito inconscio è possibile nella misura in cui il soggetto conosce l'opposta esperienza del sé umiliato e dell'altra trionfante. Ciò è empiricamente e clinicamente documentabile (il rifiuto delle avances sessuali, vissuto come una umiliazione, facilmente scatena nel respinto fantasie di rappresaglie basate sull'umiliazione sessuale). Le fantasie dell'umiliazione subita o dell'umiliazione attuata sono parimenti eccitanti, poiché il soggetto, in quanto produttore della fantasia, è sia il violatore che il violato, anche se solitamente si assegna e assume uno dei due ruoli. Si può osservare così che la vergogna, suscitata dal pudore ferito, è parte costitutiva di una dialettica umiliazione-trionfo che si ritrova con una certa regolarità nelle fantasie scopofiliche-esibizionistiche.

La struttura fenomenologica delle fantasie scopofiliche-esibizionistiche è paragonabile e simile a quelle delle fantasie sado-masochistiche. Come viene

riportato nel saggio di Battacchi e Codispoti (1992), il masochismo è essenzialmente una relazione di dominio-sottomissione, che a sua volta è la dimensione principale dei rapporti inter-personali. Viene definito come “una perversione sessuale in cui il soddisfacimento è legato alla sofferenza o all’umiliazione subita dal soggetto”; e il sadismo come “una perversione sessuale in cui il soddisfacimento è legato alla sofferenza o all’umiliazione inflitta ad altri” (p. 101). Il valore eccitante e motivante di queste fantasie non è dato dalla quota di aggressività fisica né dagli effetti distruttivi che sono rappresentati, ma dal significato di umiliazione e di trionfo che le azioni rappresentate posseggono.

La dialettica intersoggettiva dell’umiliazione-trionfo è stata introdotta da Freud anche per condotte sessuali tipiche o, per così dire, normali. Nella celebre opera *Il motto di spirito e la sua relazione con l’inconscio* (Freud, 1905), Freud osserva che i motti di spirito tendenziosi (battute verbali o espressioni verbali “al servizio di un’intenzione siffatta”) presuppongono almeno idealmente la presenza di due uomini che sono gli interlocutori attivi e di una donna che è passiva ascoltatrice e di cui si parla ferendo la barriera del pudore, denudandola forzatamente, dunque, umiliandola.

In particolare il motto osceno (o di denudazione) che deriva dalla scurrilità “trasforma l’originario terzo incomodo della situazione sessuale in un alleato, davanti al quale la donna è costretta a vergognarsi” (pag. 119).

Il comportamento amoroso maschile, per il freno imposto dalla civiltà alla vita amorosa, è improntato ad impotenza psichica. Per far fronte a quest’ultima è comune il ricorso alla degradazione dell’oggetto sessuale, dunque alla partner, cioè alla sua umiliazione.

Freud scopre una realtà psicologica diffusa, in cui la vergogna entra come determinante comune anche della seduzione e dell’esercizio della sessualità normale, oltre che dei problemi sessuali.

1.3 La vergogna in terapia: setting, transfert e controtransfert

La vergogna nella relazione terapeutica è inevitabile. Solo in parte è di origine transferale, bastano le condizioni del setting psicoterapeutico a delineare già in partenza una struttura asimmetrica: il paziente è visto ma non vede, il terapeuta vede ma non è visto. Invitato implicitamente a non aver vergogna, il paziente confida i propri pensieri infantili, nevrotici e irrazionali arrendendosi di fatto all'intrusione della propria intimità; che, invece, il terapeuta tiene ben protetta. Una buona alleanza terapeutica necessariamente pone le sue basi nell'accettazione e nel rispetto reciproco di questi evidenti confini asimmetrici.

La vergogna, in questo caso, appare come una minaccia all'alleanza, soffocando il sincero desiderio di comunicare o, dalla parte del paziente, di confessare, di mostrarsi così com'è. Essa costituisce una componente dinamica della resistenza in psicoterapia. La diffidenza verso il terapeuta e verso la bontà della sua collaborazione fino al sabotaggio della propria psicoterapia e alla fuga da essa, può bene essere motivata dalla vergogna.

Un esempio breve e chiaro di questo viene riportato da Battacchi e Codispoti (1992). Quella seguente è una richiesta per una consultazione psicologica da parte di un medico: "Io vengo qui come medico a portare per un consulto un altro me, malato, e così siamo in due a occuparcene". Il medico, che si vergogna di essere paziente di uno psicologo, si difende dalla vergogna restando per metà fuori dal setting. Viene fin da subito imposto un limite, una resistenza; ci sono dei confini superati i quali si proverebbe eccessiva vergogna o svalorizzazione.

Per il paziente possono essere motivo inevitabile di vergogna anche gli stessi commenti e atti interpretativi del terapeuta, poiché svelano motivazioni profonde diverse da quelle che credeva o pretendeva, lo spiazzano, lo smascherano, lo mettono a nudo. Particolarmente pericolose sono le interpretazioni di transfert, in quanto il paziente viene riportato all'hic et nunc della situazione terapeutica (ad esempio ad

intenzioni seduttive nei confronti del terapeuta) e non ciò di cui il paziente si sta riferendo.

Ma vi è fonte potenziale di vergogna anche per il terapeuta, a partire dalla semplice presa in carico di un paziente, pretendendo di essere adeguato al ruolo e mostrando il proprio stile nell'esecuzione della terapia. La vergogna contribuisce e influisce nel determinare l'atteggiamento controtransferale: confrontato con una persona dominata dai problemi di vergogna, il terapeuta deve fare i conti con la propria vergogna, con i propri fallimenti e la propria invidia. Motivi di vergogna per il terapeuta possono essere: quando il paziente mostra un bisogno di contatto, o si sente così spaurito e deprivato da insistere con molte domande, quando il paziente è profondamente scoraggiato rispetto alla possibilità di migliorare, o mostra di essere in una situazione "di stallo" (Battacchi M.W e Codispoti O., 1992). In ogni caso è opportuno che il terapeuta le riconosca, altrimenti potrebbe ritorcere la propria frustrazione o vergogna contro il paziente e rimproverargli di non aver fatto progressi.

Interessati su questo sono anche le considerazioni di Wursmer (1981): "Come chi è esposto agli occhi altrui prova vergogna, così l'osservatore si vergogna per aver visto troppo, ma proprio questa è la situazione che si realizza in psicoterapia: il paziente si scopre agli occhi del terapeuta e questi prova la vergogna di vedere troppo e troppo intimamente. Il terapeuta così può mettere in atto complesse manovre difensive per proteggersi dalla sua vergogna: può negarla, può arrabbiarsi col paziente e usare etichette oggettivanti e denigratorie, come borderline, lacune superegoiche, ecc. per prendere distanza dalle emozioni del paziente, o può allarmarsi quando comincia ad analizzare la vergogna e le difese contro di essa da rinunciare all'opera iniziata e lasciare nascosto ciò che avrebbe potuto essere messo in luce".

CAPITOLO 2

FENOMENOLOGIA DELLA VERGOGNA

2.1 Il corpo e lo sguardo

I segnali corporei più tipici e attribuibili alla vergogna, oltre al rossore, come abbiamo poi vedremo, sono tanti, tuttavia alcuni sembrano essere altamente comuni e universali: chinare il capo, guardare in basso, coprire il volto e talvolta curvare il corpo. Sono tutte azioni che alludono all'impulso di voler scomparire o fuggire dalla situazione nella quale si è creato imbarazzo. Si china il capo, si evita lo sguardo perché la percezione dell'altro ha subito una distorsione cognitiva: l'altro è diventato più grande, impavido e distaccato. Una parte di noi non regge il confronto di questo sguardo e non ha altra scelta che sottrarsi ad esso. Si ha voglia di nascondersi, di sprofondare in un piccolo e oscuro luogo privo di occhi e di bocche giudicanti, dei quali si ha il timore che possano ingrandire o ripetere il vissuto vergognoso. Si teme quel momento nel quale, colti di sorpresa, lo sguardo dell'altro illumina improvvisamente le debolezze e le contraddizioni del nostro modo di agire o di essere, inficiando, così, sul giudizio che avevamo di noi e/o sulla percezione delle nostre qualità. Come dice Kilborne (2018) “constatiamo quanto gli altri siano capaci di mettere in dubbio le nostre assunzioni circa noi stessi, rivelando proprio quello che avremmo preferito non fosse mai stato visto”.

Uno esempio chiaro lo si trova nell'Edipo Re di Sofocle. Edipo in risposta al suicidio della madre si acceca con la fibbia della veste di lei. Vivere in un corpo che ha rinunciato lo sguardo è l'unico modo che Edipo ha per continuare a vivere, nonostante la sua storia vergognosa. Edipo si acceca perché non può sopportare l'orrore di quello che i suoi occhi vedono e danno a vedere, è troppo grande la

vergogna che prova per aver ucciso il padre e per aver avuto un rapporto incestuoso con la madre.

Edipo dopo essersi accecato, riferendosi al coro, pronuncia queste parole: “[...] Che fango! E l’ho additato io, in me. Potevo colloquiare con la gente con pupille chiare? Ah, no. Anzi. Potessi inchiodare fluire di voci, all’udito, farei di questa carne mia un’isola murata: ah non esistere, avrei il mio nero senza suoni. Esilio dell’intelligenza, via dal male, è unica dolcezza [...]” (L. Suardi, 2003, pag.30). Un corpo senza occhi è l’unico modo per non essere tormentato dalla vergogna e dalla colpa, solo l’isolamento nell’oscurità, lontano da sguardi e voci, è di conforto nella tragedia nella quale si ritrova a vivere.

L’esempio, però, che per antonomasia si lega a questo discorso, non può che essere il racconto della Genesi, il peccato di Adamo ed Eva. Racconto nel quale i due vengono persuasi dalle parole del serpente: “[...] Dio sa che quando voi ne mangiaste (le mele), si aprirebbero i vostri occhi e diventereste come Dio, conoscendo il bene e il male” (Genesi, 3,5, 1995). Adamo ed Eva, convinti dal serpente, mangiano la mela e “Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e si accorsero di essere nudi; intrecciarono foglie di fico e se ne fecero cinture. Poi udirono il Signore Dio che passeggiava nel giardino alla brezza del giorno e l'uomo con sua moglie si nascosero dal Signore Dio, in mezzo agli alberi del giardino” (Genesi, 3,7, 3,8, 1995).

Adamo ed Eva si vergognano e si sentono nudi ancor prima del confronto con Dio, al solo morso si instaura la vergogna, al solo sentire i passi del signore si nascondono. A dimostrazione che vi è uno sguardo interno che precede quello esterno. Ed è anche interessante osservare come vergogna e corpo nudo sembrano manifestarsi in sinergia. Al solo morso qualcosa in loro li sveglia e la nudità prima vissuta con indifferenza diventa motivo di vergogna; Adamo ed Eva improvvisamente sentono l’impulso di coprirsi i genitali e nascondersi tra gli alberi.

“La vergogna è un affetto primario del rapporto con l’Altro, un altro primordiale che non giudica ma semplicemente vede e da a vedere”. (Jacques-Alain Miller, 2009)

2.2 Corpo-soggetto e corpo-oggetto

Lo stesso concetto, da diversa prospettiva, viene ripreso da Sartre in “Essere e il nulla”, quando tratta del celebre episodio dell’emergenza della vergogna. È un episodio che si svolge in due tempi. Nel primo tempo il soggetto sta guardando attraverso il buco di una serratura. Nel secondo il soggetto sente dei passi nel corridoio, è guardato e cade nella vergogna.

Nel primo tempo dell’episodio il soggetto è totalmente spettatore, è assorbito da ciò che accade oltre la porta, è disinteressato di se stesso, “non cosciente della sua modalità posizionale”. Nell’atto di guardare nella serratura il soggetto non è nulla. Nel secondo tempo il soggetto è agganciato al suono e si accorge di una presenza. Ancor prima di riconoscere colui che lo guarda, il soggetto formula per se stesso un “mi si guarda”, uno sguardo anonimo, o ancora lo sguardo del grande Altro. In questo secondo episodio, come commenta J. Miller, “Sartre descrive la decadenza del soggetto che prima era eclissato nella sua azione. Il soggetto diventa oggetto e si trova, attraverso questa mediazione, a vedersi come oggetto nel mondo. Si può dire che Sartre tenta di cogliere la caduta del soggetto in uno statuto di rigetto vergognoso. La vergogna subentrerebbe quando io riconosco che sono questo oggetto che l’Altro guarda e giudica: “Io sono questo essere-in-sé” dice Sartre” (J.-A. Miller, 2009, pag. 28).

Sperimentando il vissuto della vergogna, si passa da corpo-soggetto di cui la fenomenologia ne ha indicato come struttura portante l’intenzionalità e la trascendenza ad un corpo-oggetto “tagliato fuori dal tempo, dal progetto, colto al

presente e in un presente spogliato da ogni trascendenza, da ogni proiezione verso l'avvenire, dal senso che quest'azione potrebbe avere e che mi permetterebbe di giustificarla" (J.-A. Miller, 2009, pag. 28). La vergogna è il sentimento di sentirsi un oggetto (cosa che Sartre definisce con "essere-in-sé"), di riconoscersi in quell'essere degradato, dipendente e cristallizzato che si è agli occhi degli altri. Come scrive anche Cargnello (1982, citato in Borgna 2007): "Chi si vergogna è infatti chi si sente diventato oggetto dell'osservazione altrui per quanto cerchi in tutti i modi di nascondersi di fronte agli altri, da cui si sente osservato, sorvegliato, scrutato, oggetto (appunto) di particolari attenzioni ecc., e spesso non solo per le mere apparenze fisiche ma anche per quelle spirituali dagli astanti rilevate o attribuitegli" (pag.52).

2.3 Conoscersi attraverso la vergogna

Per riprendere quanto detto prima, lo sguardo dell'altro, portatore di vergogna, conduce, nel suo semplice manifestarsi, ad un radicale cambiamento nel vissuto del proprio corpo. Da corpo-soggetto, da corpo vissuto, da l'esser-corpo nel mondo (come dice Heidegger in Essere e tempo), si passa ad un corpo inanimato, freddo, distaccato, con immutabili contorni, peso e misura. Adamo ed Eva, realizzando di essere nudi, si coprono; Edipo, non sopportando gli orrori a cui assiste, si acceca.

Ma è nel sentirsi un corpo-oggetto che siamo posti in condizione di portare un giudizio su noi stessi, come su un oggetto qualsiasi. Come sostiene Sartre (1943): "con l'apparizione di altri, sono posto in condizione di portare un giudizio su me stesso come su un oggetto, perché come oggetto mi manifesto ad altri" (pag.272). La vergogna appare, qui, nella sua duplice dimensione, come una punizione o come prezzo da pagare per poter acquisire coscienza e conoscenza sul sé e su di sé. Come poi verrà ripreso nel capitolo successivo, attraverso le considerazioni di Darwin e di Derrida (paragrafo 3.1 "La consapevolezza dell'uomo a partire dalla vergogna"), la

vergogna è un sentimento importante ai fini di acquisire maggiore consapevolezza. L'incontro penoso e vergognoso con lo sguardo dell'altro, nel quale da una parte ci sentiamo denudati e resi semplici oggetti, permette allo stesso tempo la formazione di nuove rappresentazioni interne, retrospettive, che permettono di allargare i confini del proprio sguardo egoistico ed egocentrico.

Per questo Kilborne (2018) sottolinea la distinzione tra vergogna tossica e vergogna umanizzante. Si può vivere e rivivere un vissuto vergognoso come segno di una debolezza o di una mancanza, come un'intrusione dal quale ci si deve in tutti i modi difendere perché essa non si ripresenti. Oppure si può accettare questo stato e circa la possibilità di caderci nuovamente, capaci di tollerare la vergogna come un'espressione della debolezza umana e della sua imperfezione. Con questo non si intende che la vergogna debba essere considerata come “un incidente di percorso che può essere dimenticato e risolto nella prossima rappresentazione di fronte ad un altro pubblico” (G. Turnaturi, 2014). Anzi, seguendo questo discorso, si dovrebbe avere la forza di vivere la vergogna nella sua capacità profonda di destabilizzare e recare sofferenza. Viverla per poterne trarre il suo messaggio.

“O amici miei, così parla colui che conosce: vergogna, vergogna, vergogna- questa è la storia dell'uomo! E per questo chi è nobile s'impone di non causare vergogna: vergogna impone a se stesso per tutti coloro che soffrono” (Nietzsche, 1992, pag. 85).

Di certo, se si vuole intraprendere un percorso di formazione in psicologia e diventare psicologi/psicoterapeuti professionisti, (o anche semplicemente intraprendere un percorso di individuazione e crescita personale), è difficile non notare quanto gli effetti della vergogna sul proprio vissuto siano penosi e, allo stesso tempo, quanto essi siano ricchi di risorse e di informazioni sulle proprie modalità di relazionarsi, con gli altri, con se stessi e, ancora più in profondità, con l'altro in se stessi.

CAPITOLO 3

SULLA FUNZIONE EVOLUTIVA DELLA VERGOGNA

3.1 La consapevolezza dell'uomo a partire dalla vergogna

In una sua speculazione teorica, nell'opera *Il disagio della civiltà* del 1929, Freud afferma che la famiglia primitiva si sia formata con il permanente soddisfacimento genitale nel maschio provocando la conseguente motivazione di mantenere presso di sé la femmina. Questo cambiamento nell'attività sessuale è stato probabilmente il motivo dell'aumento della capacità di cogliere stimoli visivi e della diminuzione della capacità olfattiva. E ancora: "La diminuzione degli stimoli olfattivi [...] sembra la conseguenza dell'alzarsi degli uomini da terra, dell'assunzione dell'andatura eretta, che rese visibili e bisognosi di difesa i genitali fino ad allora nascosti, provocando così il senso del pudore. All'inizio del fatale processo di incivilimento ci sarebbe dunque l'ergersi dell'uomo da terra" (pag. 589). In altre parole, Freud individua nell'assunzione dell'andatura eretta, e nella conseguente esposizione dei genitali, la genesi del senso di pudore e del senso di vergogna dell'uomo civilizzato.

Gli effetti della vergogna sono anche per Darwin (1872) fattori che contraddistinguono l'essere umano: "Il rossore è l'espressione più caratteristica dell'uomo e la più umana di tutte le espressioni. [...] Il rossore non solo è involontario, ma anzi il desiderio di reprimerlo lo fa addirittura aumentare, perché concentra l'attenzione su noi stessi" (p. 339). Il rossore è caratteristica costitutiva che accompagna la vergogna (e non solo, lo è anche per la timidezza e la modestia). L'elemento essenziale che accomuna timidezza, modestia e vergogna è il concentrarsi dell'attenzione su di sé. In origine, secondo Darwin, si trattava di

un'attenzione rivolta al proprio aspetto personale in rapporto all'opinione degli altri; successivamente, lo stesso effetto fu prodotto dall'attenzione rivolta alla persona in rapporto al comportamento morale.

Queste considerazioni, di Freud e di Darwin, sostengono l'ipotesi che la vergogna, nella sua natura così intersoggettiva, sia uno dei sentimenti che ha accompagnato il processo di civilizzazione dell'uomo e di differenziazione dal mondo animale.

Sono interessanti a questo proposito le questioni antropologiche e filosofiche affrontate da Jacques Derrida nel suo saggio *L'animale che dunque sono* (2002). Egli sostiene che l'uomo sia un animale mancante, un animale a cui manca una parte di sé. Con mancanza Derrida si riferisce alla nudità attraverso la quale l'uomo si è sentito vulnerabile, difettoso e ha avvertito il bisogno di vestirsi, proprio come viene narrato dal libro della Genesi: l'uomo è l'unico essere vivente che ha "scoperto" la propria nudità e ha iniziato a provare vergogna di fronte allo sguardo divino. "Sembra che l'uomo non possa più essere nudo dal momento che possiede il senso del nudo, ossia di pudore e vergogna. L'animale sarebbe in situazione di non nudità in quanto nudo e l'uomo in situazione di nudità dal momento che non è più nudo. Ecco una differenza, un tempo e un contrattimo tra due nudità senza nudità" (p. 12). Gli animali nudi senza saperlo, non sarebbero nemmeno in realtà nudi. "C'è solo l'esperienza dell'esistere nella nudità" (p. 12). Non esiste nudità in natura dal momento che non vi è consapevolezza della nudità. L'uomo, invece, sa, e in questo saperlo prende coscienza di sé.

D'altro canto è anche vero che, proprio grazie alla scoperta della nudità e alla vergogna da questa generata, l'uomo ha potuto assimilare al suo interno lo sguardo dell'altro, una consapevolezza riflessa, grazie al quale si specchia e si riconosce nei volti di coloro che lo circondano. In casi come questi l'incontro con l'altro, o meglio

con l'alterità, permette di allargare e superare i confini della soggettività egoistica ed egocentrica.

In altre parole, o meglio, con le parole di Sartre (1943): “Ho vergogna di quel che sono. [...] Ho scoperto con la vergogna un aspetto del mio essere. [...] Ho vergogna di me come appaio all'altro, ma in questo modo sono in grado di portare un giudizio su di me come oggetto, perché come oggetto appaio all'altro” (p. 275-276).

3.2 Si prova vergogna perché consapevoli o si è consapevoli perché si prova vergogna?

Secondo M. Lewis (1990) per provare vergogna occorre un livello di autoconsapevolezza riflessa che chiama autocoscienza, una tappa fondamentale dello sviluppo cognitivo. Soltanto nella seconda metà del secondo anno, sempre secondo Lewis, viene raggiunta dal bambino la capacità di provare vergogna. Ha sostegno di questa ipotesi, viene citata una recente ricerca [Lewis e coll. 1989], nella quale è stata studiata la relazione tra autoriconoscimento allo specchio (come segno di autocoscienza) e indicatori comportamentali dell'imbarazzo (gestualità, volto, sguardo ecc...) in diverse situazioni. I risultati della ricerca hanno dimostrato che la maggior parte dei bambini, che superava la prima prova di riconoscimento, mostrava anche i segni di imbarazzo nelle prove successive (e viceversa).

Critiche a questo studio, tuttavia, hanno sottolineato come in realtà non si tratti di autoriconoscimento ma di autoidentificazione. Il bambino può effettivamente riconoscere e confrontare la propria mano con quella riflessa nello specchio, ma per quanto riguarda il suo volto, non si è mai visto e non si vedrà mai nello spazio reale. Di conseguenza sarebbe erroneo ritenere che l'autocoscienza sia un prerequisito per l'imbarazzo, lo è piuttosto l'autoidentificazione. A tal proposito alcuni studi (Dixon

1953, Zazzo 1983) rilevano indicatori di imbarazzo anche nei bambini a partire dai nove mesi. E ciò supporrebbe che si provi imbarazzo-vergogna di sé anche senza la capacità di esserne consapevoli, senza l'autocoscienza.

Un chiarimento probabilmente lo si ritrova nella distinzione dei livelli di consapevolezza. Sartre (1943) osserva che la vergogna sorge come autoconsapevolezza non posizionale, irriflessa. È nella vergogna stessa che si realizza l'autoconsapevolezza. Attraverso l'esperienza della vergogna la persona può prendere coscienza di sé e arrivare così all'autoconsapevolezza riflessa. Non è, pertanto, necessaria l'autocoscienza per sperimentare la vergogna; può provare imbarazzo anche chi ha raggiunto la maturità funzionale dell'esperienza emotiva e sia, quindi, capace di passare agevolmente dalla consapevolezza irriflessa a quella riflessa.

Comunque, oggi, il problema della genesi della vergogna è ancora aperta.

Dal punto di vista evolutivo vi sono aree intese di ricerca appena esplorate. Sono ancora molte le questioni da analizzare sul ruolo effettivo e onnicomprensivo della vergogna come fattore normale e patologico.

3.3 La vergogna nello sviluppo identitario

La vergogna è uno dei tanti fattori che assolve la funzione di promuovere il processo di individuazione e separazione, agisce come fattore di formazione e difesa dell'identità (M.W Battacchi e O. Codispoti, 1992). Tuttavia, nel corso della crescita, se eccessiva può portare a regressioni e a gravi ricadute a livello psicologico: ritiro sociale, ruminazione, condotte antisociali, depressione, suicidio... con maggior probabilità ed intensità in età adolescenziale.

Erikson (1982) nella teoria da lui postulata sullo sviluppo psicosociale, individua e delinea otto fasi, che scandiscono il ciclo vita dell'uomo. La seconda fase verte sulla

relazione tra autonomia e vergogna, che si verifica all'incirca dai due ai tre anni. In questo periodo i bambini cominciano a manifestare un maggiore bisogno di indipendenza e controllo su stessi: esprimono preferenze sul vestiario, sui giochi e sul cibo, assumono spesso un atteggiamento giocoso e auto-gratificante, vogliono fare e dimostrano di poterci riuscire. Anche se ci sono dei limiti. “Quando questi vengono superati e le cose non sono più sotto controllo, può esserci una regressione verso l'insicurezza ed una mancanza di fiducia in sé stessi che sfocia nella vergogna nei confronti delle proprie capacità” (p. 131). Erikson sostiene che soltanto attraverso un equilibrio sano tra autonomia, vergogna e dubbio si possa formare la volontà e stabilire così le basi della propria autostima e differenziazione dall'altro, proseguendo verso uno sviluppo sano e bilanciato.

Quest'ultime considerazioni sono particolarmente valide anche per quanto riguarda il periodo adolescenziale, che, come sostiene Borgna E., è “il luogo, il momento della vita in cui l'esperienza della vergogna tende elettivamente a manifestarsi [...]”.

Esperire la vergogna fa parte del processo di costruzione e di definizione dell'identità di ogni singolo adolescente. “La vergogna è un sentimento sociale che gli adolescenti devono inevitabilmente affrontare. Essi sono infatti dei debuttanti nelle relazioni sociali: escono dalla famiglia, dopo una lunga fase di dipendenza infantile, e si inseriscono nella società dei coetanei. Il problema che devono affrontare è quindi costruito dallo sguardo dell'altro, dalla buona o cattiva figura che faranno in occasione del loro debutto” (Bonettini F., 2010, p. 165).

Non è raro in questo periodo l'acuirsi di gravi disagi psichici (spesso anche a causa di un'eccessiva vergogna): come il ritiro sociale, disturbi d'ansia e disturbi di condotta.

In particolare, sono molti i casi in cui le gravi fobie relative ad alcuni aspetti del proprio corpo, sempre più frequenti tra gli attuali adolescenti, determinano un dolore molto profondo che a sua volta innesca meccanismi di evitabilità, rinunce e inibizioni. (Bonettini F., 2010, p. 165).

CONCLUSIONE

Molti autori sostengono che nella società di oggi gli effetti della vergogna stiano via a via scemando a favore di una performance ottimale e duratura. Non si prova vergogna nell'inadempienza di valori morali ed etici interni, ma ci si vergogna solo in funzione di una prestazione non all'altezza dell'approvazione di un pubblico, di un follower o di uno spettatore. Per questo motivo è interessante riflettere su quali siano le possibili conseguenze di una società senza vergogna, nella quale provare vergogna non significa più mettersi in discussione, ma semplicemente cambiare facciata per ritrovare un consenso perduto.

Uno sguardo al contemporaneo: La società dello spettacolo

Credo sia importante, per comprendere meglio questo discorso, iniziare dalle considerazioni fatte da Guy Debord nel 1967, che tutt'oggi sono (a mio avviso) ancora attuali e valide.

Nella sua opera "La società dello Spettacolo", Debord G. (1967) sostiene che la vita della società, in cui regnano le moderne condizioni di produzione, si annuncia come un immenso accumulo di spettacoli. Tutto ciò che prima era direttamente vissuto ora si è trasferito in una rappresentazione. "Lo spettacolo è l'affermazione dell'apparenza e l'affermazione di ogni vita umana, cioè sociale, come semplice apparenza. Ma la critica, che coglie la verità dello spettacolo, scopre la sua visibile negazione della vita, come negazione della vita che si è resa visibile" (p. 7). In altre parole soltanto colui che coglie il senso dello spettacolo si accorge che esso è negazione della vita, altrimenti viene scambiato per la vita stessa nella quale esiste ed è vero solo ciò che appare. "L'attitudine che esige per principio lo spettacolo è l'accettazione passiva in effetti già ottenuta del suo modo di apparire insindacabile e della monopolizzazione

dell'apparenza" (p.13). Si basti pensare alla posizione che impone la televisione allo spettatore: una posizione indubbiamente passiva, una posizione strutturalmente non democratica che pone colui che la guarda in un'impossibilità di replica e di dialogo. Come sostiene Miller (2009): "Siete voi come soggetti che guardate e non l'Altro. A questo proposito la televisione riflette il fatto che l'Altro non esiste" (p. 29).

Quali mutamenti subisce, dunque, il vissuto della vergogna in una società dove l'Altro non esiste o viene ridotto ad un semplice spettatore che approva o disapprova?

Molto dure sono le considerazioni proposte da Antonio di Ciaccia (2009) nella sua introduzione per la 46esima edizione della rivista "La Psicoanalisi": "Il nostro è un mondo senza vergogna. Più spudorati si è e più si fa cassetta nei circuiti del Grande Fratello. [...] Senza vergogna l'amministratore ruba facendo credere di gestire al meglio la Cosa Pubblica. Senza vergogna alti responsabili dello Stato irresponsabilmente asseriscono di non sapere da dove venga il flusso di denaro che riempie le loro tasche e concede loro viste irripetibili. [...] Se da un lato viene accentuato il versante che il giudizio degli uomini prevale su quello divino, dall'altro si assiste alla disgregazione della giustizia degli uomini a solo beneficio dei senza vergogna."

Più caute sono le considerazioni fatte sulla vergogna dalla docente Gabriella Turnaturi al Festival Filosofia e Giustizia (2014): "la vergogna non è morta, si è trasformata; poiché non sono possibili società senza vergogna e individui senza un minimo di vergogna. [...] Tuttavia con la progressiva delegittimazione di quasi tutte le istituzioni e delle fonti di autorità sembra essere solo il mondo dello spettacolo e la sua produzione e riproduzione attraverso il mondo della televisione e la rete con i suoi mi piace e non mi piace a fornire i criteri di ciò che può essere vergognoso o meno. L'inadeguatezza di un comportamento che provoca vergogna si stabilisce rispetto a ciò che si deve mostrare e vedere. Oggi ci si vergogna di essere poveri, di

non essere belli, di non essere magri, di non essere giovani, di essere malati e di non essere felici.

Nelle società fortemente istituzionalizzate si perdeva la faccia quando manchevolezze e inadeguatezze rispetto alle aspettative sociali e all'adempimento proprio ruolo diventavano pubbliche. Oggi, nella società dello spettacolo, perdere la faccia significa una perdita momentanea e parziale, un incidente di percorso che può essere dimenticato e risolto nella prossima rappresentazione di fronte ad un altro pubblico. Se il palcoscenico diviene l'unica realtà anche la vergogna si declinerà e si manifesterà in relazione all'apparire e alle regole dell'apparire. [...] Ci si vergogna, quindi, per una brutta apparizione, per una cattiva performance. Se l'imperativo è mostrarsi e denudarsi, non solo materialmente, ma anche metafisicamente, diventerà vergognoso il vergognarsi.”

Considerazioni finali

Dal possibile scenario di un mondo senza vergogna, nasce, pertanto, il bisogno di riconsiderare la vergogna come una delle emozioni fondamentali per acquisire maggiore consapevolezza sulla propria individualità.

È da questa considerazione che ho cercato di sviluppare e scrivere questa tesi. Le diverse teorie psicologiche, nonostante propongano analisi con fini diversi, differenti terapie, soggetti e luoghi, concordano nel fatto che la vergogna sia un momento di contatto tra sé e parti di sé che si vuol tenere nascoste. Che essa abbia conseguenze negative o positive, è luogo, comunque, seppur spesso disagiante e doloroso, d'incontro e di conoscenza delle parti che ci costituiscono.

Nella sua ambivalenza, la vergogna, dal farci sentire umiliati e deboli, da essere motore di pensieri negativi che minano la nostra autostima, può arrivare ad essere

un'opportunità di crescita, di lavoro sul giudizio dell'altro e un'occasione per sviluppare un pensiero autentico, critico e controcorrente.

Non di rado ci si accorge che la vergogna è legata, o meglio celata, dietro ad un si dice o ad un non si dice, dietro ad un si fa o ad un non si fa. Come scrive anche Martin Heidegger (1927, pag 158): “[...] Ce la passiamo e ci divertiamo come ci si diverte; leggiamo, vediamo e giudichiamo di letteratura e di arte come si vede e si giudica. Ci teniamo lontani dalla “gran massa” come ci si tiene lontani, troviamo “scandaloso” ciò che si trova scandaloso. Il Si, che non è un Esserci determinato ma tutti (anche se non come somma), decreta il modo di essere della quotidianità”.

Essere messi alla gogna dalla propria rete sociale per aver idee o comportamenti difforni dal pensiero generale è sempre stato una delle fonti più grandi di vergogna per il singolo cittadino. E questo, probabilmente, è uno dei motivi per i quali oggi il conformismo, così come in realtà nella maggior parte delle società del passato, continua ad alimentarsi, dettando forme e modalità di pensiero, d'uso e di costume. Per paura dello sguardo e del giudizio dell'altro si finisce per adeguarsi alla mediocrità, in altre parole, si finisce a vivere una vita inautentica. Per questo ho ritenuto opportuno riportare come riflessione finale la trasformazione della vergogna secondo le regole dell'apparire. Se oggi apparire è sempre più importante, di conseguenza le emozioni come la vergogna saranno sempre di più dettate e animate dal sentire comune, dal giudizio della massa che sancisce e stabilisce, a seconda delle mode, cosa è pertinente o meno, cosa è degno di considerazione e cosa no.

Allora ecco che una costante riconsiderazione di cosa è veramente vergognoso o meno per sé stessi, con e al di là del giudizio dell'altro, potrebbe essere l'inizio di un cammino di comprensione ed accettazione della propria singolarità.

BIBLIOGRAFIA

- Battacchi M.W., Codispoti O. *La vergogna. Saggio di psicologia dinamica e clinica*. Il mulino, Bologna, 1992
- Bonettini F. *Personalità/ dipendenze (Il ruolo della vergogna in adolescenza)*. Stem Mucchi Editore, Modena, 2010
- Borgna E. *L'arcipelago delle emozioni* (2001). Feltrinelli Editore, Milano, 2007
- CEI. *La bibbia*. Piemme, Casale, 1995
- Darwin C. (1872). *L'espressione delle emozioni nell'uomo e negli animali.*, 5°edizione. Bollati Boringhieri, Milano, 2012
- Debord, G. (1967). *La società dello spettacolo*. De Donato Editore, Milano, 1968.
- Derrida J. *L'animale che dunque sono*. Rusconi Libri, Milano, 2021
- Di Cioccio S. *Uno sguardo sulla vergogna. Intervista a Kilborne B*. Funzione Gamma. Trovato il 10-07-2020 in <https://www.funzionegamma.it/uno-sguardo-sulla-vergogna-intervista-a-b-kilborne/>, 2018
- Erikson E. H. (1982). *I cicli della vita, continuità e mutamenti*. 6° edizione, Armando Editore, Roma, 1999
- Erikson E. H. *Infanzia e società*. Armando editore, Roma, 2008
- Freud S. (1889). *L'interpretazione dei sogni*. Bollati Boringhieri, Torino, 1968
- Freud S. (1895). *Minuta K. Le nevrosi da difesa*. Bollati Boringhieri, Torino, 1968
- Freud S. (1895). *Studi sull'isteria*. Bollati Boringhieri, Torino, 1968
- Freud S. (1896). *Nuove osservazioni sulle neuropsicosi da difesa*. Bollati Boringhieri, Torino, 1968
- Freud S. (1905). *Il motto di spirito e la sua relazione con l'inconscio*. Bollati Boringhieri, Torino, 1968
- Freud S. (1905). *Tre saggi sulla teoria sessuale*. Bollati Boringhieri, Torino, 1970

- Freud S. (1908). *Carattere ed erotismo anale*. Bollati Boringhieri, Torino, 1972
- Freud S. (1930). *Il disagio della civiltà*. Bollati Boringhieri, Torino, 1972
- Heidegger M. (1927). *Essere e Tempo*. Longanesi & C., Milano, 1971
- Lacan J. *Il seminario. Libro XVII*. Einaudi, Roma, 2001
- Lacan, J., Miller, J.-A. et al. *La psicanalisi. n.46*, Roma, Astrolabio, 2009
- Lewis M. *Self-knowledge and social development in early life*. Guilford Press, New York, 1990
- Nietzsche F. (1883). *Così parlò Zarathustra*. Arnoldo Mondadori, Milano, 1992
- Palazzi F., Folena G. *Dizionario della lingua italiana*. Loescher, Torino, 1992
- Rosselli R. *Dizionario guida alla scelta dei sinonimi e dei contrari nella lingua italiana*. Sandron, Firenze, 1989.
- Sartre J.-P. (1943). *L'essere e il nulla*. Il saggiatore, Milano, 1984
- Sofocle, Suardi L. *Edipo Re*. Principato, Milano, 2003
- Stoller R.J. *Sexual Excitement*. Pantheon, New York, 1979
- Turnaturi G. *Vergogna. Metamorfosi di un'emozione*. Feltrinelli, Milano, 2012
- Wurmser L. *The mask of shame*. John Hopkins University Press, Baltimore-London, 1981