



Dall'identità ricevuta alla stima di sé acquisita: indicazioni di un percorso formativo

di Amedeo Cencini



Il presente saggio intende riflettere sul concetto di identità dal punto di vista psicologico e, più in particolare, sulla sua connessione con la stima di sé, intesa quale esigenza profondamente radicata nella psiche umana.

Dopo una breve premessa di tipo epistemologico e una molto sommaria rivisitazione storica del concetto d'identità cercherò di coglierne gli elementi costitutivi e mostrare la naturale correlazione tra senso e stima dell'io. Per passare, infine, alla proposta d'un percorso che possa condurre alla scoperta della propria identità e assieme a una percezione sostanzialmente e stabilmente positiva di sé, come ognuno vorrebbe.

Premessa epistemologica

Di per sé la psicologia non è attrezzata per cogliere la natura della realtà o la definizione della «cosa-in-sé», come invece è il caso della filosofia, della teologia e delle scienze cosiddette *architettoniche*; semplicemente non possiede gli strumenti per farlo, pur guardando necessariamente con attenzione alla natura della realtà che intende analizzare, alla sua propria essenza. Alla psicologia preme maggiormente indagare sul funzionamento, sui dinamismi dell'oggetto in questione, su come l'essere umano col suo peculiare vissuto interpreta, personalizza e soggettivizza quanto è vero per tutti.

Qui ritrova la propria competenza di scienza *ermeneutica*, in grado di dire qualcosa di rilevante e specifico¹. Che forse,

¹ Per la distinzione tra elementi architettonici ed ermeneutici cf B.

all'interno di quel circolo virtuoso che dovrebbe sempre caratterizzare i rapporti tra discipline architettoniche ed ermeneutiche, al di fuori d'ogni presunzione d'autonomia con conseguente rischio di riduzionismo interpretativo (non solo dal basso, ma anche dall'alto), potrebbe anche finire per dare un contributo per la messa a punto del concetto stesso in questione.

Così, ad esempio, se la psicologia non può dire quale sia il senso della vita o della morte, dell'amore o della sofferenza, probabilmente può aiutare a capire *come* attuare quel senso, o può aiutare a comprendere come mai il voler amare non sempre si salda con l'amore effettivo, quali resistenze, difese, censure, contraddizioni... scattano nell'uomo, cosce e inconscie, più o meno intenzionali. E facendo questo potrebbe – almeno indirettamente – dare quel certo apporto di cui dicevamo per la comprensione del senso profondo ed essenziale della realtà.

Così potrebb'essere anche per il concetto di persona su cui riflette il presente saggio in ogni suo contributo. La psicologia non s'interroga sul significato essenziale del termine, ma indaga semmai su come il soggetto *viva* il suo essere persona (concetto essenzialmente filosofico), o quale possa essere il suo senso o la *coscienza dell'io* (come una sorta di traduzione psicologica dell'idea di persona).

Qualche cenno storico

Nella breve storia della psicologia il concetto di persona ha avuto diverse accezioni e interpretazioni, che non avrebbe tanto senso riportare qui, sia per la complessità delle analisi che per la varietà dei contributi che ci porterebbero via molto dello spazio che qui ci è consentito.

Diciamo che oggi l'evoluzione del concetto, per grandissime linee, sembra giunta a questi punti più o meno fermi, ovvero più o meno condivisi tra le varie correnti:

- in generale si tende a passare dalla primitiva concezione freudiana che vedeva in sostanza la persona umana succube dei propri impulsi o comunque alle prese con uno strapotere istintivo (in cui gl'istinti erano soprattutto due, sessualità

e aggressività), a una concezione ben più ampia e variegata della persona stessa, in cui la vita istintuale è ben più ricca (non solo quei due bisogni, ma anche bisogni legati ai livelli psicosociale e razionale-spirituale come il bisogno di relazione, d'esser accettato, di affermazione dell'io, del dono di sé, di senso, di verità...), e assume sempre più rilievo la capacità autotrascendente dell'uomo che apre alla dimensione spirituale².

- Di qui, se lo schema freudiano concepiva la persona come un sistema a tre strutture (es, io, superio), in cui l'io appariva come una variabile inferiore, stretta tra la pressione degli impulsi e le ingiunzioni della coscienza (in sostanza ricevuta da altri, dai genitori e dai vari agenti sociali), si è passati sempre più a una concezione che riscopre la libertà, ne coglie il nesso con la questione del senso della vita (della verità in ultima analisi) e ne individua sempre più uno spazio d'azione in un altro nesso, quello con la responsabilità³.
- All'interno di questa evoluzione assumono allora sempre più rilievo due concetti strettamente connessi con la realtà della

² Su questa evoluzione della psicologia è sempre valido il classico volume di S. R. MADDY, *Personality Theories: A Comparative Analysis*, The Dorsey Press, Homewood Illinois 1980. Mi permetto anche inviare, per una sintesi al riguardo, a A. CENCINI - A. MANENTI, *Psicologia e Formazione. Strutture e Dinamismi*, Dehoniane, Bologna 2004, 18-21.

³ Fondamentale in tal senso il contributo decisamente innovativo, rispetto al dettato freudiano, di Frankl, lo psicologo dei lager. Cf. in particolare, della sua ricca bibliografia, V. E. FRANKL, *Alla ricerca d'un significato della vita. I fondamenti spiritualistici della logoterapia*, Mur-sia, Milano 1974; Id., *Fondamenti e applicazioni della logoterapia*, Sei, Torino 1977. Significativo il fatto che la stessa psicoanalisi freudiana abbastanza presto si sia lasciata influenzare, almeno in alcuni suoi rappresentanti, da questo processo ideologico evolutivo, come riconobbe in uno storico intervento a un Congresso internazionale L. Rangel: «I problemi dell'integrità, della decisione e dell'azione inevitabilmente riconducono al cuore del problema riguardante la responsabilità umana, e così un aspetto ulteriore del comportamento umano che era stato perso e oscurato fa il suo rientro nella psicologia psicoanalitica» (cf L. RANGEL, *Psychoanalysis and the Process of Change*, in «International Journal of Psycho-Analysis» 56 (1975) 95).

persona sul piano psicologico: il concetto di *identità* e poi quello di *relazione*⁴. Mi soffermo sul primo dei due, data la natura del nostro saggio, ma senza ignorare il secondo.

Identità e senso dell'io

La psicologia ha iniziato a scoprire la rilevanza del concetto di identità attorno agli anni '60. Gli studi iniziali di Erikson e poi di Marcia diedero il via a numerosi tentativi di traduzione di questo concetto in categorie osservabili e misurabili, col risultato, però, di frazionare eccessivamente gli aspetti del fenomeno, rischiando di oscurarne il contenuto centrale. Fin dagli inizi, infatti, si sono utilizzate parole e significati diversi, categorie e livelli interpretativi differenti per indicare quest'unica realtà: conoscenza di sé, immagine di sé, autorealizzazione, senso d'appartenenza, libertà d'esser se stessi, autostima..., fino al punto di generare una notevole confusione... sull'identità del concetto d'identità⁵.

La conseguenza, anche oltre il campo della riflessione prettamente psicologica, ma probabilmente partendo proprio da qui, fu che "identità" diventò una sorta di bandiera per differenti battaglie, o di contenitore di qualsiasi contenuto per un qualsiasi uso, quando non addirittura pretesto o alibi con finalità sottilmente rivendicative e narcisiste. E questo probabilmente per la natura del concetto, che è concetto complesso, non univoco né immediatamente riconoscibile (neanche dal soggetto stesso).

1. Elementi costitutivi

Fu Waterman a porre un po' di ordine nell'intricata faccenda, scoprendo quelli che chiamò «elementi costitutivi» del concetto d'identità. Ecco:

- capacità di autodefinizione
- senso dell'unicità-singularità-irripetibilità dell'io
- accettazione di sé

⁴Cf *The Self beyond the Post-modern Crisis*, a cura di P. C. Vitz - S. M. Felch, ISI Books, Wilmington, Delaware 2006.

⁵Questo risulta da una lettura già dei primi studi sul concetto: cf M. SZENTMARTONI, *Identità personale. Un concetto ambiguo*, in «Orientamenti Pedagogici» 207 (1988) 440-448.

- passione per determinati valori, obiettivi di vita e convinzioni
- capacità di perseverare in un impegno
- fiducia nel futuro⁶.

Negli ultimi decenni del secolo scorso, all'interno di quell'ampliamento della concezione intrapsichica dell'essere umano rispetto alla psicanalisi freudiana di cui abbiamo detto, la psicologia ha sempre più scoperto il senso del concetto d'identità in due direzioni: in relazione col processo *oggettivo* di maturazione generale dell'individuo, e in relazione pure con la sensazione *soggettiva* di benessere personale del singolo individuo, dello star bene con se stesso. Il processo oggettivo avrebbe a che vedere con la *verità* della propria identità (e del cammino di rilevamento d'essa che deve seguire una certa logica e non può esser improvvisato, come si vedrà), la sensazione soggettiva con la *libertà* con cui il soggetto si pone di fronte a essa, libertà che è presente solo quando uno la scopre non solo come vera (è la «mia» identità), ma anche come *bella e buona*, attraente e degna di essere realizzata. Indispensabile la presenza contemporanea e complementare d'entrambi gli aspetti.

La stima-di-sé è e dovrebbe essere esattamente il concetto (o l'esperienza) che tiene insieme le due realtà, l'oggettività-verità della propria identità e la libertà (affettiva) con cui il soggetto ne coglie positività e bellezza, sicura e stabile, sentendosi attratto a realizzarla. In un dinamismo continuo e progressivo, che lega sempre più tra loro identità e stima,

⁶ Cf A. S. WATERMAN, *Identity Development from Adolescence to Adulthood: an Extension of Theory and a Review of Research*, in «Developmental Psychology» 18 (1982) 341-358. A questi elementi è possibile aggiungere quelle che Allport chiama «funzioni dell'io» per comprender meglio il significato psicologico del concetto d'identità. Che è concetto difficile da definire, secondo Allport, ma più facilmente riconoscibile in questi elementi o sensazioni: nel senso corporale, nella costanza con cui continuiamo ad avvertire nel tempo la permanenza di un nucleo d'identità che permane identico a sé, nella valorizzazione dell'io, nella sua espansione, nell'attività razionale, nell'immagine di sé, nella tensione valoriale (cf G. W. ALLPORT, *Divenire. Fondamenti di una psicologia della personalità*, Giunti-Barbera, Firenze 1974, 62-77; cf anche ID., *Psicologia della personalità*, Pas-Verlag, Zürich-Roma 1969, 110-111).

e mentre fa scoprire aspetti nuovi del sé fa pure crescere l'apprezzamento soggettivo per la propria identità. Identità, dunque, come fondamento (e contenuto) della stima-di-sé, che a sua volta sarebbe l'esito naturale del cammino di scoperta dell'io, il modo di vivere in pienezza la verità di sé, non solo con la mente ma pure con l'affetto, non solo contemplandola ma mettendola in atto.

Questa correlazione ha consentito alla psicologia già negli anni '70 d'identificare nel concetto d'identità quello che forse è il bisogno centrale d'ogni essere razionale, addirittura più rilevante, per alcuni⁷, del bisogno per eccellenza dell'essere umano (cioè, il bisogno d'affetto): *avere una percezione sostanzialmente e stabilmente positiva di sé*⁸.

2. Stima di sé

C'è dunque, o ci dovrebb'essere, un legame diretto tra identità e stima-di-sé, che consente di cogliere due caratteristiche essenziali del concetto che ogni essere umano dovrebbe avere di sé: la *positività* e la *stabilità* dell'io. È un passaggio importante nella comprensione del senso d'identità, che ce ne fa comprendere meglio l'idea, oltre l'aspetto puramente conoscitivo e mentale, e ci consente di distinguere tra un senso e l'altro d'identità, o tra una concezione matura e una meno matura dell'io. Una identità teoricamente ben definita ma senza stima, infatti, sarebbe una povera identità⁹; mentre

⁷ Sarebbero quelle correnti di psicologia che si rifanno in sostanza alla teoria di Adler.

⁸ Cf C. ROGERS, *Terapia centrata sul cliente*, Martinelli, Milano 1970.

⁹ Sarebbe il caso, ad esempio, del sacerdote che ha definito correttamente la propria identità teologica, ma senza... amarla, ovvero senza scoprire quella bellezza che la rende attraente e che gli consentirebbe di legare la stima-di-sé ai valori essenziali della propria vocazione e di godere d'esser prete, non solo di sforzarsi faticosamente d'esser fedele (finché ce la fa), né, tanto meno, di cercare la gratificazione in aspetti tutto sommato marginali, esteriori o funzionali del ministero presbiterale o addirittura autocelebrativi (vedi certe forme di esibizionismo liturgico o di plateale ricerca di sé nella pastorale). Per questo ripetiamo che non è sufficiente il chiarimento *teologico* per risolvere il problema dell'identità sacerdotale, ma occorre vederne la ricaduta

una stima-di-sé non abbastanza fondata sugli elementi centrali della propria identità sarebbe una stima precaria e instabile¹⁰. In entrambi i casi non sarebbe soddisfatta un'esigenza fondamentale umana, e s'aprirebbe la porta a mille compensazioni illusorie. Vediamo più in concreto.

2.1. A livello fenomenologico

Stimarsi rappresenta un'esigenza assolutamente imprescindibile d'ogni essere umano; non è possibile, infatti, vivere con una percezione negativa di sé, l'esistenza – allora – si complica terribilmente, ogni circostanza di vita diventa come un continuo esame o una minaccia, ogni impegno è una sfida che alla lunga sfianca, le relazioni un confronto competitivo, gli altri (anche Dio?) si trasformano in giudici che valutano le mie prestazioni, persone dunque da temere e compiacere, i successi in una gratificazione troppo breve, gl'insuccessi in un fallimento di tutta la persona, i limiti morali (anche il peccato, almeno quando non è possibile negarlo) in rabbia e delusione narcisista (per non esser perfetto), le scelte di vita in calcolo ben ponderato per evitare rischi e brutte figure..., mentre il cammino di maturazione si corrompe lentamente in processo ossessionante di autorealizzazione, la vocazione in carriera, la tensione di perfezione in mania perfezionistica (e a volte scrupolosa)..., in un crescendo di frustrazione che pone sempre più il soggetto di fronte al suo caos interiore.

Insomma, senza la stima di sé ben fondata nella verità tutto rischia di diventare inautentico e sottilmente falso,

psicologica, ovvero il passaggio dalla identità come definizione teorica alla stima come attrazione esperienziale.

¹⁰ In tal caso la situazione potrebbe addirittura esser peggiore: se infatti non c'è neppure la scoperta del valore oggettivo della propria identità, è da attendersi già in partenza una fuga verso aspetti considerati più remunerativi e redditizi in termini di affermazione dell'io o di autorealizzazione. Potremmo raggruppare qui tutti i fenomeni della *doppia o multipla identità sacerdotale*, quasi una forma di schizofrenia presbiterale, o di quei preti il cui senso dell'io finisce per esser instabile ed eccessivamente fluido, quasi camaleontico, con continui riposizionamenti e slittamenti che a volte rendono irriconoscibile la persona per quello che è e cui rimanda, e tolgono efficacia alla loro testimonianza.

anche i più alti ideali, cercati e messi in atto, in tal caso, non perché validi «in sé», ma perché importanti «per me», per conquistare quella certezza di positività e dignità che invece sfuggirà sempre più, perché cercata male, o dove non è, o ove abita troppo fuggacemente, come vedremo¹¹.

Mentre, al contrario, solo un senso vero e dunque positivo dell'io rende possibile l'accettazione realistica di sé, consente di riconoscere i propri limiti, in genere, e di giungere a soffrire quello morale (o a provare la coscienza di peccato, non solo il senso di colpa), da un lato, mentre dall'altro dà il coraggio di esigere da sé il massimo. E ancora, sempre in questa linea, una buona autostima rende la persona capace di sopportare l'eventuale non riuscita, ma al tempo stesso le dà la libertà interiore d'imbarcarsi in imprese incerte, ove non ha la garanzia della riuscita, ove potrebbe rischiare la propria immagine: può accettare di correre, infatti, il rischio d'un fallimento solo chi è ben sicuro della propria positività (e sa che essa non dipende dai risultati delle sue prestazioni).

È inoltre solo la certezza di tale positività che dona alla persona l'umiltà e il coraggio di «perder la propria vita», la rende libera e vera nella tensione verso il bene, ma la mette anche in condizione di lasciarsi benvolere. Solo se è sicuro di sé l'uomo può darsi e abbandonarsi, senza bisogno di difese e sostegni artificiali alla propria identità (dunque falsi), senza indossare maschere per ottenere consensi e promozioni che alla fine gli lasciano solo la sensazione

¹¹ È forse quello che accade nella cultura odierna post-moderna, secondo l'interessante analisi dello psicologo nordamericano P. Vitz, per il quale assistiamo sempre più a una deriva del senso d'identità, quasi a una sua disintegrazione, con perdita d'una «coscienza unitaria sostituita dalla polifonia di contesti d'interazione e d'influenza pressoché illimitati» e dispersivi, e la nascita di strane identità, vedi, ad es, il «sé saturato» (e confuso) di Gergen o il «sé fluido» di Bauman, o varie identità virtuali disincarnate, come il già citato «sé camaleontico», o il «sé politico», o il «sé mercantile», o il «sé adattabile» a tutte le circostanze (e dunque senza identità), e alla fine il «sé vuoto» (cf G. TERENGI, *Identità di Sé: la nuova proposta «transmoderna»*, in «Tredimensioni» 2 (2010) 135-137; la posizione di Vitz è rintracciabile nel già citato testo dell'Autore in collaborazione con Felch (vedi nota 4).

d'aver dovuto mentire sulla propria identità per aver uno straccio di considerazione...

D'altro lato va pure detto che il senso della propria identità non rappresenta qualcosa di automatico e scontato, ma è frutto d'un percorso evolutivo, anzi, è frutto di educazione. Che vuol dire che, da un punto di vista psicologico, non si può parlare d'identità solo in presenza delle ormai famose «crisi d'identità» (che spesso sono solo un alibi interpretativo di problemi non chiari e mai ben identificati), ma come esplicito obiettivo formativo. E obiettivo d'un cammino pedagogico di cui possiamo forse tentare di indicare alcune tappe di crescita e componenti essenziali.

2.2. Una buona identità

L'identità è un concetto (oggettivo), la stima di sé è un'esperienza (soggettiva): l'una rimanda all'altro, in una sintesi tra oggettività e soggettività che dovrebbe rispondere a quelle due esigenze indicate dalla psicologia (la stabilità e la positività del senso dell'io). Quando avviene questo passaggio o questa sintesi si può dire, allora, che quella persona ha una *buona identità*. Poiché ha scoperto dentro di sé un nucleo radicale di positività, qualcosa di stabile e definitivo, che nessuno potrà portar via alla persona, neanche le sue proprie personali manchevolezze e incoerenze. Qui *nasce* la stima, che è come un modo sapiente di osservare la vita e se stessi, come una lettura sapienziale del proprio esistere¹².

¹² Se è possibile stabilire un parallelo fra le tre articolazioni pedagogiche d'un qualsiasi cammino di crescita (conoscenza, esperienza e sapienza), e quanto stiamo dicendo circa l'identità e la stima-di-sé, potremmo dire che alla fase della *conoscenza* corrisponde l'identità come conoscenza dell'io e della sua dignità "teorica", alla fase dell'*esperienza* la stima come percezione iniziale e concreta d'una positività personale, legata comunque a fatti ed eventi precisi, mentre la fase della *sapienza* coinciderebbe con la convinzione ormai definitiva e radicata in profondità, al di là anche di eventuali riscontri della realtà (successi e riconoscimenti dall'esterno), d'una positività che attrae e pure è esigente mentre chiede d'essere realizzata.

Tale nucleo, solido e profondamente radicato, dà la certezza della propria *amabilità oggettiva*. Come certezza che di per sé è indipendente dalla condotta e viene prima di eventuali meriti e successi, o doti e qualità più o meno attraenti della persona, a livello fisico o psichico, anche se – ovviamente – chiede e attende d'essere realizzata, di compiersi concretamente nella vita¹³.

Val forse la pena, allora, che diamo a questo punto uno sguardo ai cosiddetti livelli d'identità, ovvero alle tappe evolutive progressive di questo cammino strategico verso un'identità positiva e stabile, come ce le propone la psicologia.

2.3. Livelli d'identità

Li potremmo così descrivere:

a) Livello simbiotico-anaclitico

Tale livello rappresenta di per sé una fase arcaica di vita, quella del piccolo d'uomo appena venuto alla vita, che non ha il coraggio di staccarsi dal riferimento alla madre. Dopo i nove mesi di permanenza fisica nel corpo materno è forte e del tutto naturale la tentazione di rimanere dipendenti da tale corpo, «vissuto» come unità indistinta tra tu ed io, che però a questo punto rischia di non nascere mai come unità distinta e autonoma. In tal senso tale livello

¹³ Cosa voglia dire tale amabilità oggettiva e come essa sia oltre il livello puramente comportamentale lo possiamo cogliere nell'episodio evangelico dell'adultera (cf Gv 8,1-11), persona abituata a esser sempre considerata e apprezzata per il suo corpo, oppure – al contrario – giudicata e condannata per la sua trasgressione a livello morale (come in questo caso), e con la quale invece Gesù stabilisce un rapporto che va oltre questi livelli, per raggiunger tale persona esattamente in quel nucleo di radicale positività ove nessuno, nemmeno essa stessa forse, l'aveva mai raggiunta. È solo a partire da questo contatto con l'amabilità oggettiva della persona che Gesù le potrà anche chiedere di «non peccare più» (e possiamo esser certi che così è stato), poiché Gesù stesso, percependola a tale profondità positiva e svelandogliela, l'ha posta nella condizione di non peccare più.

rappresenta un po' un livello zero, di non crescita dell'io.

All'inizio il riferimento è al corpo della madre in quanto tale, poi al seno materno, fonte della massima gratificazione nelle prime fasi di vita, ma anche condizione di sopravvivenza. Il bambino che vuole restare simbolicamente nel grembo materno evita in tal modo il rischio della solitudine e della perdita del legame con la fonte della vita, ma corre un altro rischio, quello di non (iniziare mai a) cogliere dentro di sé una possibilità di autonomia in tal senso; rischio tanto più elevato, poi, nel caso in cui fosse la madre stessa che tende a possessivizzare il figlio, quasi servendosi per bilanciare una povera stima di sé, in un intreccio di dipendenze reciproche, ovviamente inconscie¹⁴.

In tal modo, se da un lato non nasce e non può nascere la stima di sé del bambino, dall'altro inizia una pericolosa tendenza a dipendere dall'altro, in due modi, fondamentalmente, per quanto concerne la stima di sé.

- *Identità da dipendenza*

È il modo meno strano e più lineare con le premesse. E riguarda chi si lega ora alla madre, un domani ad altri punti di riferimento, individuali o di gruppo, finendo per far *dipendere la stima-di-sé dal legame con un altro-da-sé*, che è un po' una contraddizione in termini. Più in concreto è il caso di chi si sente qualcuno solo perché vive una certa relazione con una persona significativa e importante¹⁵ o perché è accettato all'interno d'una certa entità sociale (politica, culturale, ecclesiale...), naturalmente disposto a far di tutto e di più (= svendendo a volte anche la propria dignità) per entrare nei favori dell'altro o per esser considerato parte del gruppo in questione¹⁶. È uno che vive *d'identità*

¹⁴ Sempre illuminanti, al riguardo, le intuizioni di Kohut, cf H. KOHUT, *La guarigione del sé*, Bollati Boringhieri, Torino 1980.

¹⁵ Succedeva anche ai tempi di Paolo, a quanto pare (cf 1 Cor 1,12).

¹⁶ Così si spiegano, ad esempio, anche certe aggregazioni malavittose, ove il delitto efferato o la trasgressione estrema rappresentano in molti casi la condizione per esser apprezzati e accettati dal gruppo. Normalmente questi personaggi, apparentemente senza scrupoli

riflessa, cioè in pratica senza identità.

Di solito il senso d'appartenenza che deriva da questo tipo di operazione intrapsichica è artificioso ed eccessivo, proprio perché risponde a una necessità psichica inconscia, dunque è incontrollabile; e non nascendo da una reale condivisione di valori e convinzioni è pure un'appartenenza falsa, infatti non fa nascere alcun vero rapporto, nessuna fiducia verso l'altro. Nel caso d'una vocazione sacerdotale o religiosa si tratterebbe, evidentemente, d'una vocazione molto dubbia, anche se esteriormente corretta, anche troppo corretta¹⁷.

Un gruppo non ha nulla da guadagnare da questo tipo di appartenenze inautentiche e un po' drogate, anche se fanno numero. Né l'individuo risolve in tal modo il proprio problema, poiché la sua identità (e senso connesso di positività) resta, paradossalmente, esterna all'io, senz'alcun potere di «guarire» l'io stesso dalla propria precarietà o da quel sottile autodisprezzo radicato nelle sue profondità inconse.

- *Identità da contrapposizione*

Possibile variante di questa situazione è quella di chi ha lentamente appreso a definirsi *solo contrapponendosi all'altro*. Apparentemente è un atteggiamento contrario alla dipendenza, ma si tratta in realtà solo di una «dipendenza al contrario», forse determinata, a suo tempo, da una risposta maldestra della figura materna al desiderio d'intimità o di simbiosi identificatoria da parte del piccolo. Identica, dunque, sarebbe la radice intrapsichica che conduce il soggetto a spostare in ogni caso all'esterno, dunque «fuorigiuoco», il punto di riferimento per cogliere la propria identità.

e considerati coraggiosi, hanno una bassissima stima di sé. Inversamente proporzionale alla spaventosa *escalation* nella violenza dei loro gesti.

¹⁷In teoria, almeno, più è nobile in sé o perché socialmente apprezzato lo status vocazionale in questione, più alto è il rischio che la sua scelta sia legata a questo giuoco oscuro e sottile di compensazione d'una identità povera e negativa. Che in fondo tale resterà.

È il caso di chi ha bisogno del nemico per dare una finalità alla propria esistenza e un'identità precisa al proprio io, e finisce per vedere nemici dappertutto o per suscitare aggressività attorno a sé; o di chi più semplicemente è sempre di parere diverso dall'altro e dagli altri; o si vanta d'esser differente o non omologabile, e ha bisogno di mostrare a tutti che lui non è omologato. Un tipo del genere fa di solito molta fatica a entrare in un progetto diverso dal suo, così come stenta parecchio a collaborare semplicemente, a dare il proprio contributo senza emergere né imporsi. Sente l'obbedienza come un'offesa alla propria dignità, né può permettersi il lusso, e la libertà, di cogliere le idee altrui come migliori delle proprie.

E se proprio non può imporsi tenta almeno di opporsi, come se la propria identità per affermarsi dovesse per forza negare l'altro o qualcun altro, e l'io per sentirsi degno di stima dovesse necessariamente schiacciare il tu o il malcapitato di turno. Infatti questi singolari personaggi normalmente si esaltano nella competizione, ovvero il loro senso dell'io si gonfia quando c'è da combattere, ma resta sempre piccolo piccolo, in realtà, perché tutto sbilanciato all'esterno e incapace di cogliere la fonte calma e sicura della propria dignità. Se poi sarà perdente aumenterà il senso inconscio della propria negatività, assieme alla rabbia, ma sarà molto difficile che possa ammettere l'eventuale sconfitta.

Ovvvia la loro idiosincrasia relazionale, che li rende una iatura per quella comunità o gruppo che li deve sopportare.

È augurabile, almeno, che non abbiano ruoli di autorità.

b) *Livello somatico*

L'identificazione al livello *somatico* è il primo vero processo di ricerca d'una *propria* identità in ordine di tempo, dato che il livello simbiotico, come abbiamo visto, non approda a una reale scoperta del senso dell'io. Quando invece il bambino, grazie anche al rispettivo senso dell'io della madre, può staccarsi dall'immediatezza del riferimento materno inizia l'avventura della scoperta dell'io. In questa avventura il corpo rappresenta la prima naturale tappa, o costituisce la prima possibilità che conosciamo, nella vita, d'un riscontro preciso del senso dell'io: il bambino, infatti, attraverso il proprio

corpo, che appartiene solo a lui, può cominciare a percepirsi distinto dalla figura o dal corpo materno.

Normale e addirittura positivo questo processo in chi sta imparando a muoversi nelle relazioni, con sé e con gli altri, ma è solo l'inizio; il corpo non può certo costituire l'unico e definitivo punto di riferimento per il senso d'identità dell'adulto. Se infatti l'essere umano ha bisogno d'una percezione di sé stabilmente e sostanzialmente positiva, come ci ricorda l'approccio psicologico, non può essere il corpo a dare tale certezza, visto che – di solito – il corpo sano-bello-forte-giovanile-vincente è pretesa irrealistica o illusione che dura molto poco, perché fin da subito il corpo umano inizia un processo di progressivo deperimento organico, che cresce nel tempo e culminerà poi nella morte. Anzi, è il corpo stesso, molto saggio da questo punto di vista, che si premura d'inviarci molti messaggi in questa direzione, per... informarci del possibile equivoco e consentirci d'evitare il tranello pericoloso.

Ma non sempre siamo in grado di «leggere» il nostro corpo con le mille realistiche informazioni che c'invia, e di tenerne conto.

Per questo un qualche residuo di identificazione somatica permane un po' in tutti noi, rendendoci a volte eccessivamente preoccupati della nostra salute, del nostro modo d'apparire, di vestire, di mantenerci o di sembrare giovani, o attraenti e interessanti... C'è infatti chi lo chiama il livello dell'*apparire*, e non è eccessivo addebitare anche a questo modo psicologico elementare e infantile di risolvere il problema della stima la fatica d'accettare la malattia, il ritiro dall'attività, la vecchiaia, specie quando sembra arrivare... prima del tempo e il corpo pare tradirti, la dipendenza dagli altri, la morte stessa.

A questo livello, infine, la relazione col tu non ha alcuna incidenza sul senso dell'io.

c) Livello psichico

Una terza possibilità è quella che ci è offerta dal livello *psichico*, ove l'individuo crede di poter costruire la certezza della positività della propria immagine sulle doti, qualità, genialità, risorse varie di cui dispone: più ne ha meglio è. È infatti

chiamato anche il livello *dell'aver*, della preoccupazione di aver sempre più titoli in cui rispecchiarsi e da esibire, sempre più dell'altro, possibilmente.

È livello senz'altro superiore ai precedenti, è infatti tipico d'una fase ulteriore, quella dell'adolescenza, ovvero di chi esce dalla famiglia e deve affermarsi autonomamente di fronte agli altri, e proprio per questo fa leva sulle proprie capacità, sentendosi come l'unico artefice della propria dignità, quasi creatore di sé. Ma è livello in ogni caso ambiguo perché rischia di attirare l'attenzione su ciò che ancora non è abbastanza centrale e importante, definitivamente positivo e stabile nell'io, né può offrire – in realtà – la possibilità di ancorare in modo altrettanto stabile la stima di sé. Al contrario il riferimento privilegiato alle proprie doti crea una serie di conseguenze di non poco conto e sostanzialmente contraddittorie. Vediamole perché sono tutt'altro che rare, anche nella vita di chi in teoria dovrebbe avere un'identità con ben altri punti di riferimento.

Anzitutto il talento vissuto come fonte della propria identità a un certo punto si converte in *limite decisionale*, che obbliga il soggetto a scegliere di fare solo ciò che è in linea con esso, col suo «carisma», e all'interno dei suoi confini, perché oltre a esser la cosa più importante per il senso del suo io rappresenta anche qualcosa in cui si sente sicurissimo e che gli dà garanzia di risultato positivo. Non avrà di conseguenza la libertà di rischiare di far cose nuove e un po' ardimentose, fidandosi un po' più di se stesso e di un altro (o di un Altro), e la sua vita molto presto scorrerà come una fotocopia, noiosa e ripetitiva.

Ma ciò che è più ambiguo è la serie di *dipendenze* del tipo psichico. Dipendenza anzitutto dal *ruolo* e dal *contesto* ove può manifestare le sue doti e fuori dei quali non si ritrova più. S'identifica con quel che fa al punto d'esser inamovibile da quel posto e da quell'attività, per nulla disposto a sacrificare l'esercizio di qualcuna delle sue capacità qualora la vita glielo chiedesse. E quand'è il ruolo a dare identità si diventa, prima o poi, semplici mestieranti se non balordi faccendieri, nonostante la nobiltà della professione esercitata.

Ma la dipendenza più grave è quella dal *risultato positivo o dal consenso sociale*. È la condanna ad aver successo, una delle peggiori (auto)condanne. Con conseguente ingresso nella

cosiddetta «etica del ruolo», ove ci si giudica per quel che si fa, per la visibilità della propria prestazione (e della propria faccia), per i risultati raggiunti, per i titoli conseguiti, per la fama conquistata, per le patacche che si possono esibire..., in un ingannevole gioco di specchi. Tale individuo non solo *ha* dei successi, ma è i suoi successi, ovvero «sopravvive» psicologicamente solo se vincente, senza successi semplicemente non è¹⁸.

Di qui, altra conseguenza di questa etica così poco etica, la fissazione (o il demone) della *carriera*, che è tra le cose più imbecilli e contraddittorie – su un piano psicologico – per la personalità umana: il carrierista o arrivista – anche se «arrivato» – è sempre un disperato che continua a illudersi e complicarsi la vita, senza mai risolvere, in ogni caso, il problema della propria identità e positività. Per cui il tipo psichico non potrà accettare risultati anche solo non eccellenti, tanto meno gl'insuccessi, anche sul piano spirituale, rischiando così di non far mai l'esperienza della propria debolezza (renderebbe ancor più negativa la sua già povera stima di sé) e nemmeno della misericordia dell'Eterno, finendo per non saper accogliere su di sé il male dell'altro.

Particolarmente disturbata e contraddittoria risulterà l'area *relazionale*: da un lato gli altri sono i giudici naturali delle sue prestazioni, dunque un po' da riverire e un po'

¹⁸ Mi pare tristemente illuminante la seguente analisi di Manicardi al riguardo: «il presbitero vive a volte l'esperienza di insuccessi pastorali in modo talmente personalizzato da cadere in stati depressivi. Se si fa coincidere personalità e lavoro pastorale, realizzazione di sé e ruolo, allora un insuccesso (che va messo realisticamente in conto) può condurre a una profonda crisi e disarticolazione personale. Se il presbitero vive la sua funzione pubblica, il suo ruolo, come prolungamento della sua personalità, allora gli eventuali fallimenti pastorali vengono ingigantiti e trasmutano in senso di fallimento personale, perdita di autostima, tentazione di abbandono. Dall'aver fallito qualcosa si trapassa indebitamente al senso di fallimento totale di sé. C'è il rischio di far dipendere tutto da sé e di divenire una cassa di risonanza narcisistica che registra sul proprio conto successi e insuccessi» (L. MANICARDI, *La preghiera del presbitero*, in *La seconda chiamata. Il coraggio della fragilità*, Monti, Saronno 2008, 100).

da temere; dall'altro tale tipo sarà naturalmente portato a confrontarsi con l'altro, sempre sul piano delle doti e qualità, in un confronto segnato da invidia, mania competitiva, gusto discreto per gli infortuni altrui e rabbietta acuta (a stento celata) per i loro successi, senso d'inferiorità davanti ai più bravi e di sufficienza verso chi sente a lui inferiore, gelosie e antipatie varie, depressione e astio verso se stesso...

E ancora, da un lato la dipendenza dal giudizio degli altri e il bisogno del loro consenso potrà portarlo ad adattare il comportamento ai «gusti del pubblico», mentre *l'immagine sociale diverrà sempre più fonte d'identità* e vera «regola di vita»; dall'altro questo «accattonare» stima altrui potrà anche portarlo a un indebolimento progressivo delle proprie convinzioni e valori (non più punto di riferimento assoluto), e pure a un impoverimento progressivo della sua stessa umanità: se si vuole infatti piacere a ogni costo agli altri bisogna fatalmente rinunciare a qualcosa di sé, forse proprio alla parte migliore...

Ma la cosa singolare e assieme triste è che tutta questa cura nel cercare la propria identità, all'interno del livello psichico, non raggiunge alcun senso stabile della propria positività, e finisce per produrre la sensazione contraria, quella di non poter mai acquisire tale certezza definitiva, come uno che beve continuamente e ha l'impressione di morire di sete. E di ritrovarsi magari con una sensazione o addirittura *complesso d'inferiorità*. Anche nel caso di risultati positivi e successi, di promozioni e titoli conquistati; come non bastassero mai per appagare il bisogno o rappresentassero sempre qualcosa d'insicuro e non definitivo, o addirittura come se l'individuo stesso facesse fatica a crederci, godendo così solo per poco della sensazione di positività che gliene viene. C'è un misto d'insaziabilità e d'autoinganno in tutto questo correre invano, che può portare a una insoddisfazione e frustrazione permanente, ma fors'anche a cercare e trovare un ulteriore livello d'identità.

d) *Livello ontologico*

Come dice il termine è il livello fondato non più solo sull'apparire o sull'avere con tutte le ambiguità viste, ma *sull'essere* e la sua verità, più in particolare su quello che la persona è (= io attuale) e quel che la persona è *chiamata a essere* (= io ideale).

- *Io attuale e io ideale*

Più in concreto l'*io attuale* rappresenta quel che il soggetto è da sempre, dall'inizio della vita, ma svela ancor prima la vita stessa come qualcosa che egli ha ricevuto senz'alcun merito, e che ora gli dà certezza, dunque, d'una positività radicale, quella legata al semplice fatto oggettivo d'esistere, all'essere stato comunque chiamato alla vita da una volontà buona (dai genitori fino a Dio per il credente) che lo ha preferito alla non esistenza. Positività nella quale vanno poi a confluire tutti quei beni soggettivi, a livello fisico e psichico, che arricchiscono e rendono originale ogni vivente, o i dati che lo contraddistinguono¹⁹, assieme a quei limiti che pure sono parte inevitabile del vivere umano, ma che in ogni caso non possono incrinare la radicale positività della vita stessa e della vita d'ogni vivente. Già qui c'è una stima radicale di sé, fondata oggettivamente.

L'*io ideale* è un io che ancora non è, ma nel quale il soggetto si riconosce e percepisce quell'io che vorrebbe essere, e che dovrebbe portare a compimento l'io attuale e le sue potenzialità. Ogni essere umano avverte questo appello a crescere non solo fisicamente, a superare certi modi d'essere meno adulti, a diventare migliore e a dare alla propria

¹⁹ Ovvero la famiglia, l'ambiente di nascita, l'esperienze di vita, lo stesso corpo, la tipificazione sessuale, la storia dalla quale ognuno viene... tutto ciò è sempre parte dell'io attuale e va accettato con realismo, come qualcosa che la persona non ha scelto, ma che non necessariamente ora lo fa esser meno libero. Il rifiuto o la negazione, o addirittura la vergogna o l'odio per qualcosa che la persona avrebbe subito non fa che allontanare l'uomo da se stesso nell'illusione d'un potere (di cambiare se stesso) che l'uomo non ha. L'identità, almeno da questo punto di vista, è un dato-di-fatto più che un dato-da-farsi.

vita una misura alta, scegliendo per questo, con libertà responsabile, dei valori non solo come guida del cammino o virtù da imitare, ma come espressione – appunto – di quell'io che vuole essere e diventare: ideali da incarnare, cui dare volto e sangue nella propria persona, per potersi in essi riconoscere sempre più e da cui lasciarsi costantemente pro-vocare. Importante è non sbagliarsi in questa scelta, ne va della propria identità e della stima di sé.

Non può dunque esser affidata alla spontanea e irriflessa iniziativa della persona né tanto meno al caso o agli eventi della vita, ma deve esser frutto d'un discernimento oculato e illuminato dalle proprie convinzioni di fondo, dalla propria coscienza, dal senso – in ultima analisi – che uno dà alla vita e alla morte. Ma anche da alcuni criteri, che la psicologia ci aiuta a riconoscere.

- *Quel prezioso inscindibile nesso*

La psicologia non entra nel merito della questione del significato della vita e della morte a partire da una sua analisi previa (che supporrebbe quegli elementi architettonici di cui è priva, come abbiamo visto), ma può nondimeno dare un apporto rilevante a questo discernimento quando ricorda – ad esempio – che esso è dovere *d'ogni singolo*, senza possibilità di deleghe; o quando sottolinea che tale scelta deve *chiedere il massimo* al soggetto, perché non sarebbe degno e rispettoso dell'uomo impegnarsi in qualcosa che si ponga al di sotto delle sue possibilità.

Ma soprattutto la psicologia ammonisce chi si trova dinanzi a questa scelta a rispettare il metodo, ossia a leggere correttamente quel nesso dinamico che lega tra loro proprio le due strutture portanti della nostra identità (io attuale e io ideale), e che lascia intravedere, quasi costatandolo *a posteriori*, il senso elementare della vita in questi termini: *la vita è un bene ricevuto (=io attuale) che tende, per natura sua, a divenire bene donato (=io ideale)*. Il bene ricevuto, infatti, non può esser trattenuto e... sequestrato, poiché resta vivo e mantiene la sua tensione «buona», verso l'altro, e semmai rende chi n'è stato destinatario capace di donarlo attorno a sé. Ora, se l'io attuale è la vita come consapevolezza d'un bene ricevuto, l'io ideale non può che essere la

scelta inevitabile e del tutto consequenziale di fare dono del bene ricevuto.

È fondamentale notare che punto centrale dell'ermeneutica rigorosamente psicologica è l'individuazione di quel nesso dinamico e inscindibile tra bene ricevuto e bene donato, cioè tra gratitudine e gratuità, tra coscienza d'essere stato amato e decisione di amare, tra accoglienza d'un amore immeritato e responsabilità nei confronti di quest'amore (come benevolenza da donare)... Questo legame è proprio ciò che l'analisi psicologica percepisce coi *suoi* strumenti, ed è colto come evidente fattore di maturità. Ovvero, quelle ora viste sono coppie di polarità che vanno rispettate ognuna nel suo ordine interno di successione (ad es. prima la gratitudine e poi la gratuità), e che non possono rimanere disgiunte nell'uomo normale, maturo e in cammino verso la maturità del senso del proprio io. Nessuno che voglia scoprire la propria identità e scegliere nella verità il proprio io ideale può disattendere questo passaggio e non tenerne conto; al contrario, ha tutto l'interesse di obbedirgli. L'oggettività protegge la soggettività.

La conclusione dell'intuizione psicologica è quanto mai rilevante, per tutti: ognuno, secondo questa analisi, è libero di scegliere il proprio io ideale, ma *non è libero di fare una scelta fuori di questa logica*, non può smentire questo nesso che rappresenta la grammatica della vita, per tutti, indistintamente. Non è libero d'uscire da questa logica perché in tal modo rinnegherebbe sé e la sua propria verità, sceglierebbe la propria infelicità e sarebbe come un mostro, si renderebbe irricognoscibile e andrebbe incontro a una sorta di suicidio psicologico.

- ...per natura sua

Certo, per qualcuno potrà esser più complesso e meno scontato percepire la vita come un bene, e avrà dunque diritto a esser accompagnato e aiutato a cogliere, al di là di quanto può aver ferito nel passato la sua vita e la sua stessa immagine di sé, quello zoccolo puro e duro o quella benevolenza comunque ricevuta che fa anche della sua esistenza un dono prezioso, rendendo la sua persona qualcosa di unico-singolo-irripetibile e degno comunque di stima. Ma questa è in ogni

caso la strada da percorrere, più o meno lunga e laboriosa, nel cammino dell'identità. Fino a giungere a una certezza del bene ricevuto, pure in mezzo ai limiti e alle contraddizioni del vivere, così forte da innescare la decisione del dono di sé, o da cogliere la perfetta consequenzialità del bene ricevuto che tende *per natura sua* a essere ridonato.

E proprio questo inciso, quel «*per natura sua*», è la parte più importante dell'argomentazione psicologica; vogliamo dire che si tratta d'una consequenzialità spontanea, e non è dunque necessario ricorrere ad alcun buonismo o eroismo, a nessuno sforzo o tensione di perfezione, né a imposizioni o autoritarismi vari, magari dettati da una visione religiosa o confessionale²⁰. No, basta l'osservazione attenta psicologica per intuire tale preziosa connessione, che non ha bisogno di esser dimostrata, perché è esattamente nella natura del bene ricevuto mantenere un certo dinamismo interno che lo converte in bene donato. Chi la nega dice no all'evidenza, ovvero nega se stesso e la propria umanità, nega l'altro e la relazione, nega la vita e s'illude di negare la morte, nega la felicità, l'amore, nega Dio.

Proprio per questo carattere naturale ed evidente tale connessione è anche universale e vincolante, e assieme è la condizione per scoprire autenticamente il proprio io e la sua vocazione. Lì, in quel nesso, è anche nascosta la propria identità, che ognuno poi definirà in modo ancor più personale, ogni giorno della vita, con una scelta corrispondente, ma sempre... rimanendo in quota, o senza uscire dalla rete o da quella correlazione feconda e benedetta, e assieme esigente e costosa, dinamica e creativa²¹.

²⁰ Ciò non toglie, evidentemente, la bontà e legittimità di un dialogo tra le due prospettive. Anzi, oggi tale confronto si pone in termini sempre più d'urgenza e opportunità.

²¹ Il concetto d'identità è sempre più inteso oggi dalla psicologia come qualcosa di dinamico e sempre nuovo, purché tale dinamicità si dia all'interno della logica che qui proponiamo; anzi, è proprio tale logica o grammatica a renderla possibile, in un crescendo continuo (legato alla formazione permanente), come ottimamente spiega C. CORBELLÀ nel suo volume *Resistere o andarsene? Teologia e psicologia di fronte alla fedeltà nelle scelte di vita*, Dehoniane, Bologna 2009. Ove la fedeltà è presentata come dimensione connaturale dell'idea di iden-

- *La stima-di-sé, conseguenza preterintenzionale*

La stima di sé è, per definizione, conseguenza di questa linearità fedele. E così come è del tutto naturale il nesso tra bene ricevuto e bene donato, così la stima di sé sgorgnerà in modo altrettanto naturale da una scelta di vita (o vocazionale) che rispetti il nesso stesso. Perché questa è la natura della stima-di-sé, che – per quanto riferita al proprio io – non può esser cercata per se stessa, come obiettivo intenzionale (anche se solo a livello inconscio), come fosse la motivazione e la finalità delle proprie azioni: chi la cerca così non la troverà mai. E questo perché ancor prima l'essere umano non si troverà mai cercandosi troppo, così come – allo stesso modo – non soddisferà mai il suo bisogno di stima facendo le cose per conquistare questa benedetta stima-di-sé, tanto meno illudendosi (e muovendosi di conseguenza) che dall'esterno, dagli altri, dai risultati delle sue prestazioni o dalle promozioni ricevute sul campo possa venirgli la soluzione d'un problema interno, come quello dell'identità e della realizzazione d'essa.

Al contrario, sempre la prospettiva psicologica suggerisce che *la stima-di-sé può esser solo la conseguenza non direttamente cercata (preterintenzionale) d'una tensione trascendente di vita, o d'una proiezione costante verso il superamento e il dono di sé. È un'altra legge psicologica, di enorme valore. Come dire: chi cerca troppo se stesso non si troverà mai, chi invece non si preoccupa eccessivamente di sé, o della sua buona considerazione presso gli altri, ma vive con coerenza quella logica vocazionale in cui è nascosta la verità della vita, costui, senza tensione alcuna, scoprirà la bellezza della vita, e dentro questa bellezza coglierà anche la sua propria bellezza, o quella amabilità radicale che è come il nucleo del suo essere.*

Un po' com'è successo a Salomone al momento dell'investitura regale: siccome chiede qualcosa che non è in funzione direttamente di sé, ma al servizio del popolo²², gli viene dato anche quanto non ha domandato; o, ancora, come

tità, come necessariamente connessa con il crescere e lo svilupparsi dell'identità personale.

²² «Un cuore docile... che sappia distinguere il bene dal male» (1 Re 3,9).

avviene a chi cerca «prima» il Regno di Dio e la sua giustizia: egli otterrà in dono «in aggiunta» anche altri beni più soggettivi e personali, senza l'affanno di chi è troppo preoccupato di sé (cf Mt 6,33). Così è per chiunque non s'inquieta troppo per la sua stima e gloria, per il suo indice di gradimento e la sua fama, ma riconosce la propria verità in quella tensione che lo apre all'altro; a costui verrà dato «in aggiunta» anche quel bene così soggettivo e personale che è la considerazione positiva di sé o, meglio, sarà abbondantemente dissetato da quella fonte sicura da cui essa sgorga serena e pacata, umile e laboriosa, e alla quale alimentare in continuazione la propria sete. Stima di sé che è come una bellezza e bontà che resta per sempre e che nessuno mai gli potrà togliere, nemmeno la consapevolezza dei suoi limiti o del suo peccato, neanche la morte.

Anzi, la morte diventerà per questa persona come la conseguenza naturale d'una vita fedele a se stessa, d'una vita ricevuta progressivamente diventata vita donata. O come il segno della serietà con cui l'individuo ha preso quella correlazione tra bene accolto e bene dato, al punto da andar egli stesso incontro alla morte, con la coscienza che la sua vita nessuno gliela toglie, né forze avverse né un destino ingiusto: è lui che la dona (Gv 10,18)²³. La fine dei propri giorni, allora, segnerà il punto d'incontro tra io attuale e io ideale, la celebrazione d'una positività indistruttibile che s'estende oltre la morte.

Quella è la sua identità. Per sempre.

SOMMARIO

L'identità – sul piano psicologico – è un concetto, o la percezione astratta della propria unicità-singularità-irripetibilità, di ciò che ne costituisce la dignità e amabilità; la stima di sé, invece, è una sensazione esperienziale soggettiva, o la lettura che di fatto il soggetto fa di sé e del suo cammino storico, teso

²³ A immagine, potremmo dire, di colui che non ha cercato se stesso e la sua gloria, ma la salvezza degli uomini e la gloria del Padre, realizzando entrambe (e realizzandosi) quando fu elevato da terra, in quella croce che è il vertice misterioso e paradossale d'ogni autentica realizzazione di sé!

tra positività e negatività. Tale stima, come giudizio sostanzialmente e stabilmente positivo di sé, è essenziale per l'equilibrio psicologico, ma è possibile solo a partire dalla percezione della propria dignità radicale, in sé incancellabile, e dal progetto coerente di darle compimento. Dipende, dunque, dalla sensibilità soggettiva, o da ciò che il singolo ritiene importante per sentirsi... importante, ovvero significativo e positivo. In realtà, un individuo potrebbe avere una teorica identità positiva (magari legata alla propria vocazione), ma con una bassa stima di sé, perché costruita, quest'ultima, su realtà e ambizioni che non corrispondono all'oggettiva sua dignità e che dunque non gli potranno mai dare la certezza definitiva della sua positività. Il presente articolo intende analizzare esattamente il rapporto tra identità e stima, per poi indicare un possibile percorso unitario di costruzione della stima di sé basato sulla propria identità. Percorso decisivo, poiché nessuno può vivere bene con una percezione negativa di sé.

ABSTRACT

The identity, psychologically, is a concept, or the abstract perception of our oneness-singularity-uniqueness, of what constitutes dignity and kindness; self-esteem, on the contrary, is a subjective experiential feeling, or the reading that the subject in fact makes of himself and of his historical journey, stretched between positivity and negativity. As a substantially and durably positive judgment of ourselves, this estimate is essential for our psychological balance, but it's possible only starting from the perception of our radical dignity, ineradicable in itself, and from the coherent project that fulfils it. It depends, therefore, on the subjective feelings, or on what the individual believes it's important to feel... important, namely significant and positive. Actually, an individual may have a theoretical positive identity (perhaps linked to his vocation), but with a low self-esteem, because it is built on realities and ambitions that don't correspond to his objective dignity and therefore these won't ever be able to give him the definite certainty of its positivity. This article aims to analyse exactly the relationship between identity and self-esteem, and then to indicate an uniform path of building our self-esteem based on our identity. A decisive path, since no one can live well with a negative self-perception.