JPS, 2026, Vol. 10 (2), pp. 66-71 Section: **CONFERENCE PROCEEDINGS**

Doi: 10.23823/zd4d1q32

Received: 7 May 2026 Revised: 16 July 2026 Accepted: 8 September 2026

Odisseo & Penelope: navigare la coppia tra ordito e trama dei percorsi di coppia

Odysseus & Penelope: navigating the relationship through the warp and weft of a couple's journey

Berniero Ragone*

* Psichiatra-psicoterapeuta, Direzione didattica II° biennio scuola di specializzazione in terapia familiare ECOPSYS, Psicoanalista infanzia, adolescenza e coppia, Direttore UOC di salute mentale ASL Avellino

Riassunto

Il contributo utilizza la vicenda di Odisseo e Penelope come metafora del funzionamento dei legami di coppia, in particolare delle dinamiche di sospensione del tempo evolutivo, stallo e ripartenza che caratterizzano molte coppie in trattamento psicoterapeutico. La nostalgia, intesa come dolore del ritorno impossibile e dell'attesa, diviene paradigma del vissuto di perdita, mancanza e speranza che attraversa i partner quando il legame si mantiene vivo ma congelato. Attraverso riferimenti sia di matrice sistemica che psicoanalitici come quelli delle relazioni oggettuali, dei concetti di alleanze inconsce, patti inconsci, collusione e uso dell'altro, si esplora come i legami di coppia siano profondamente influenzati da matrici familiari, mandati transgenerazionali e bisogni difensivi che possono ostacolare i processi di individuazione e differenziazione. La relazione narcisistica e fusionale, fondata sul tema del doppio, viene distinta da una relazione dialogica capace di riconoscere l'alterità dell'altro. Il lavoro mette in luce come lo stallo possa rappresentare sia una fissazione regressiva sia una possibile occasione di trasformazione, a condizione che i partner riescano a riconoscere e integrare parti scisse, rimosse o dissociate di sé. Il ritrovarsi finale di Odisseo e Penelope diventa così simbolo della possibilità di rifondare il legame su basi più realistiche, accettando i cambiamenti avvenuti nel tempo e aprendo a una ripartenza affettiva fondata su riconoscimento reciproco, differenza e simbolizzazione condivisa.

Abstract

This contribution uses the story of Odysseus and Penelope as a metaphor for the functioning of couple bonds, particularly the dynamics of suspended developmental time, relational stalemate, and renewal that characterize many couples in psychotherapy. Nostalgia, understood as the pain of an impossible return and of waiting, becomes a paradigm for the experiences of loss, absence, and hope that partners endure when the bond remains alive yet emotionally frozen. Drawing on both systemic and psychoanalytic perspectives—such as object relations theory and the concepts of unconscious alliances, unconscious pacts, collusion, and the use of the other—the author explores how couple relationships are profoundly influenced by family matrices, transgenerational

Doi: 10.23823/zd4d1q32

Received: 7 May 2026 Revised: 16 July 2026 Accepted: 8 September 2026

mandates, and defensive needs that may hinder processes of individuation and differentiation. Narcissistic and fusional relationships, grounded in the theme of the double, are contrasted with dialogical relationships capable of recognizing the other's alterity. The paper highlights how stalemate may represent either a regressive fixation or a potential opportunity for transformation, provided that partners are able to recognize and integrate split, repressed, or dissociated parts of the self. The final reunion of Odysseus and Penelope thus becomes a symbol of the possibility of refounding the bond on more realistic bases, accepting changes that have occurred over time and opening toward an affective renewal grounded in mutual recognition, difference, and shared symbolization.

Parole chiave: Nostalgia e tempo sospeso, Stallo evolutivo, Alleanze inconsce, Uso dell'altro, Individuazione e differenziazione.

Keywords: Nostalgia, suspended time, developmental impasse, unconscious alliances, use of the other, individuation, differentiation

Ulisse e Penelope vivono una relazione sospesa, un legame nella assenza e mancanza reciproca e nella perenne attesa di un reincontro e di una ripartenza. Entrambi sono vissuti da una profonda nostalgia. Nostalgia è un termine composto da due parole greche nostos e algos. E' il dolore dato dalla aspirazione del ritorno e dalla impossibilità per Odisseo di ritornare ad Itaca, alla moglie, al figlio, al suo regno. Per Penelope la nostalgia del ritorno di un amore che non si sa se si è perso e se dimenticarlo. Il tempo circolare è ben rappresentato dal fare e disfare la tela e richiama al tempo evolutivo nella coppia quando è sospeso tra una immobilità e una ripartenza che è desiderata ma fatica a realizzarsi, una speranza che alimenta una fiamma che a poco a poco diventa sempre più fioca e può rischiare di spegnersi. Tempo evolutivo nelle coppie che in terapia ritroviamo sempre in vari gradi e intensità rallentato, incerto, bloccato fino a configurare lo stallo che è immobilità, coazione a ripetere, fonte di delusione, conflitto e sofferenza. Nella vicenda Omerica tutto sembra legato al fato, al destino, agli dei che fanno dispetti e contrastano le vicende umane e il desiderio della coppia di ritrovarsi. Sappiamo però che quello che è chiamato fato, destino, è in buona parte già iscritto nell'incontro di coppia, che i gradi di libertà che ciascuno presume di avere nella scelta del partner sono sia limitati che in parte prescritti. Già Whitaker (1990) ci ammoniva che nell'incontro del partner non ci affidiamo solo al caso o alle circostanze, ma quell'incontro ha in sé qualcosa di misterioso e indefinito, di già conosciuto, una scelta precisa da inconscio a inconscio. I concetti di individuazione, soggettivazione rappresentano l'emergere da una matrice familiare, sociale, culturale tesa al raggiungimento di una posizione più libera e soggettiva di pensare, sentire, agire all' interno di appartenenze e dipendenze che non possono essere recise perché non si possono tagliare le radici di un albero che è generazionale. Non a caso l'albero su cui è costruito il letto di Odisseo e Penelope è simbolo di ricordo, stabilità, identità, origini. La vicenda omerica nella sua piena espressione poetica tratta il destino di una coppia, di

JPS, 2026, Vol. 10 (2), pp. 66-71 Section: **CONFERENCE PROCEEDINGS**

Doi: 10.23823/zd4d1q32

Received: 7 May 2026 Revised: 16 July 2026 Accepted: 8 September 2026

tutte le coppie che possono perdersi nel tempo il viversi il legame all'insegna di uno stare con l'altro in modo sia vitale che creativo a causa di ciò che nel legame di coppia viene trasferito in termini di retaggio familiare, sociale, culturale. Siamo in altri tempi, in altri luoghi, in altra cultura e ruoli, ma il richiamo è quello come dice T. Ogden (2000) di vite non vissute nel legame di coppia all'interno di alleanze (Kaes,1996) e patti inconsci (Diks,1992) che configurano identità, ruoli, legami che devono soddisfare istanze ed equilibri interni, soggettivi, spesso difensivi, trasmessi su un piano inter-transgenerazionale che possono non permettere il pieno riconoscimento dell'estraneo, dello straniero in sé stessi e nell' altro. Un estraneo che come ci dice I. V. Fischer (2001) può presentarsi ad un certo punto nel legame di coppia come un ospite inatteso, indesiderato, perturbante. Il concetto di relazione narcisistica richiama al tema del doppio, del vivere l'altro reciprocamente non come un completamento di sé all'insegna di processi virtuosi di crescita, ma dell'altro come protesi o simile a sè, all'interno di collusioni patologiche che producono sincizi psichici, legami fusivi, dove il primitivo e il primario, il sé e l' altro con i suoi bisogni insoddisfatti e mancanze doloranti si mescolano tra loro sviluppando relazioni di coppia i cui confini del sé e dell' altro sono poco distinti e differenziati. La relazione può diventare un mosaico di parti reciproche che portano alla costituzione di una entità terza che fonda quel particolare legame, quella specifica relazione che non può essere solo inquadrata all'interno di relazioni reali, relazioni oggettuali e identificazioni proiettive incrociate, ma è anche qualche cosa in più. Gli aspetti più adulti e intellettualmente validi si possono mascherare in svariate forme dell'essere in relazione con l'altro con un sostanziale paradosso: quanto più livelli primitivi possono essere presenti reciprocamente e saldarsi in collusioni patologiche tanto più il legame, dopo una fase più o meno lunga illusoria e idealizzante, può mantenersi vicendevolmente in stallo all'insegna della frustrazione e della sofferenza, nella speranza di una ripartenza che colmi le originarie mancanze e perdite. Questa attesa può interrompersi e creare spazi virtuosi di crescita individuale o reciproca, oppure fallire nelle sue potenzialità riparative e cercare illusoriamente altri legami con sempre il rischio di una ripetizione; ma può, come nella vicenda omerica, durare anni se non tutta la vita in un legame spento, distante, devitalizzato. Che uso allora si può fare dell'altro, della differenza esistente in ogni relazione amorosa tra il riconoscere e conoscere veramente l'altro da sé come persona ed entrare in una relazione come ci ammoniva Cigoli (2006) veramente dialogica, intima, all'insegna di uno scambio profondo basato sulla accettazione reciproca delle differenze, percorso che presuppone un processo di individuazione e differenziazione adeguato dalle proprie matrici familiari. Il fallimento di tali processi è legato al fatto che nel legame di coppia lo stato interno di un soggetto è regolato tramite il rapporto con l'altro, cioè all'uso che si fa dell'altro e della relazione. Quando una coppia si forma vi é un ingaggio vicendevole di uso reciproco e va considerato se esso é all'insegna di un compito evolutivo legato ai processi di individuazione/separazione e di monitoraggio affettivo reciproco o se é "la messa in atto" di una relazione interna, deposito di relazioni reali interiorizzate, che può desiderare di essere tranquillizzata e tenuta ferma tramite modalità regressive o può, paradossalmente, ricercare una

JPS, 2026, Vol. 10 (2), pp. 66-71 Section: **CONFERENCE PROCEEDINGS**

Doi: 10.23823/zd4d1q32

Received: 7 May 2026 Revised: 16 July 2026 Accepted: 8 September 2026

frustrazione. Il concetto di "attualizzazione di ruolo" di Sandler (1993) sottolinea quanto ciascun partner cerca di indurre nell'altro, far agire, quel ruolo complementare al proprio equilibrio interno. Se esso è all'insegna di bisogni prevalentemente difensivi il peso reciproco di elementi proiettivi caratterizzati da identificazioni proiettive, difese transpersonali, alleanze inconsce, mandati transgenerazionali può schiacciare la coppia in una fantasia fusionale reciproca e rendere complesso il percorso evolutivo, come sostanzialmente lo ritroviamo spesso in terapia. L'uso dell'altro, che è in fondo la matrice sia sana che patologica della relazione amorosa, richiama fin dalle origini freudiane alla distinzione della scelta per appoggio o complementare, alla scelta narcisistica come anche alle considerazioni importanti di winnicottiana memoria (1971) della relazione all'insegna dello sviluppo, integrazione e soggettivazione, oppure della difettualità identitaria e del falso sé. Fondamentalmente la nostra crescita psichica sana o patologica è legata inesorabilmente alle nostre matrici relazionali e di come esse sono state vissute, se all' insegna del riconoscimento, valorizzazione o della mancanza, della assenza se non dell'abuso. L'uso dell'altro fin dalle origini della vita quando può far ammalare richiama a quello che Laing (1969) ha concettualizzato come lo strutturarsi di difese transpersonali che sono difese intersoggettive che organizzano la relazione. Il soggetto si difende dal contatto con le proprie parti depressive, psicotiche e perverse utilizzando non solo i propri meccanismi di difesa intrapsichici, ma esternalizzando, trasportando, e depositando nell'altro (Bleger,1967) aspetti del sé rifiutati, relazioni interiorizzate disfunzionali, identificazioni patogene e alienanti (Baldaracco, 1990), traumi non risolti che, quando particolarmente gravi, organizzano copioni interattivi rigidi e disfunzionali. In questo senso si può essere portatori di una costante relazionale negativa (Seganti 1995) che tende ad essere riconfermata nelle vicende della coppia. Nei miti, nelle leggende e nelle tragedie greche gli eventi sono spesso un groviglio collettivo di multiple azioni dove si scorgono spesso storie generazionali tragiche. Che uso hanno fatto Odisseo e Penelope del loro legame nel tenerlo comunque vivo nella assenza e nella distanza reciproca? Sappiamo che sfidare ciò che va oltre sè stessi come fa Odisseo, mantenere come fa Penelope la fedeltà coniugale con l'astuzia, la prudenza, la saggezza per proteggere il focolare domestico e il regno ad Itaca pongono la domanda quanto nei legami di coppia si ancora sempre e necessariamente un bisogno umano di stabilità e sicurezza identitari. Il venire meno di ciò che nella relazione configura il proprio senso identitario, le proprie sicurezze e certezze basiche è quello che espone al rischio della caduta, del crollo che a seconda degli aspetti in gioco possono esprimersi in angosce di frammentazione o in angosce depressive di separazione e di perdita. Non è solo il tema della ambivalenza che richiama già ad aspetti più differenziati delle rispettive soggettività ma ad aree di ambiguità intese come la presenza contemporanea di versioni del sé non riconosciute a se stesso e all'altro. E' proprio il riconoscere e reintegrare questi aspetti ciò che rende i legami difficili da separare e/o trasformare perché hanno inevitabilmente a che fare con la ripresa di parti rimosse scisse o dissociate che attaccano il senso costituito e identitario di sé. Ci troviamo sempre nella clinica all'interno di queste resistenze e difese che le coppie ci pongono verso le quali dobbiamo avere un grande rispetto perché

Doi: 10.23823/zd4d1q32

Received: 7 May 2026 Revised: 16 July 2026 Accepted: 8 September 2026

dietro di esse si celano debolezze, fragilità, inconsistenze, che possono faticare ad essere sostenute fuori da quel particolare legame di coppia. Ulisse e Penelope, che hanno mantenuto il loro reciproco senso identitario, delle loro origini, delle loro appartenenze attraverso il ricordo di un legame precedentemente vissuto e tenuto in sospensione, ci ricordano quello che in terapia osserviamo quando i partner di una coppia che non si riconoscono più nel loro rapporto si disperano perché l'altro non sembra più essere la persona che hanno conosciuto. Ripercorrono con nostalgia il ricordo del loro incontro, di quella fase che, definita idealizzante dalla letteratura psicologica, presuppone necessariamente il passaggio evolutivo nella disillusione, ma che può fissarsi in una delusione rancorosa, rabbiosa e conflittuale che distanzia e congela il legame. Nella sospensione del tempo evolutivo è nella crisi che è però insita una possibile occasione di crescita. E' lì che si gioca in modi variabili la fissazione statica e regressiva di un legame confermante una costante relazionale negativa oppure la possibilità di riparazione, perdono e ripartenza.

E' quello che si pone di fronte a Ulisse e Penelope dopo vent'anni: la loro fatica a riconoscersi possiamo immaginare essere legata al fatto che le immagini di sé e della relazione non sono più quelle di un tempo. Troppi avvenimenti, ferite, dolori sono passati in mezzo, si deve rifondare e rilanciare il legame su ciò che sono realmente e accettarsi per quello che sono diventati per potere ripartire sulla base di un legame affettivo e identitario, tenuto solido e simbolizzato dal talamo nunziale riscoperto e recuperato

Penelope ed Odisseo, il sé e l'altro alla fine è l'eterno dilemma dello stare in coppia. Il sé richiama agli aspetti che necessitano di essere sostenuti, suppliti, l'altro richiama al simile, al riconducibile a sé, alle proprie appartenenze familiari e culturali. L' enigma è che l'altro rimanda anche a qualcosa che non è rapportabile e riappropiabile a sé stessi e, in parte, rimarrà sempre sconosciuto, ma che necessita di essere accettato e vissuto nello spazio mentale di coppia. Perché questo avvenga è necessario una forma di disvelamento, riconoscimento e accettazione reciproca, come avviene alla fine del racconto Omerico tra Odisseo e Penelope.

Bibliografia

[1] Baldaracco, A. M. (1990). Il gruppo interno familiare. Roma, Italia: Borla.

[2] Bleger, J. (1967). Simbiosi e ambiguità. Roma, Italia: Borla.

[3] Cigoli, V., & Scabini, E. (2006). La famiglia e le sue relazioni. Milano, Italia: Raffaello Cortina.

[4] Dicks, H. V. (1992). Tensioni coniugali. Roma, Italia: Borla.

[5] Fisher, J. (2001). L'ospite inatteso. Milano, Italia: Raffaello Cortina.

[6] Kaës, R. (1996). Le alleanze inconsce. Roma, Italia: Borla.

Doi: 10.23823/zd4d1q32

Received: 7 May 2026 Revised: 16 July 2026 Accepted: 8 September 2026

[7] Laing, R. D. (1969). L'io diviso. Torino, Italia: Einaudi

[8] Ogden, T. (2000). Soggetti dell'analisi. Milano, Italia: Raffaello Cortina.

[9] Omero. (s.d.). Odissea. Traduzioni varie. Milano, Italia: Mondadori; BUR; Garzanti.

[10] Sandler, J. (1993). Proiezione, identificazione e attualizzazione di ruolo. In Psicoanalisi e mondo interno. Milano, Italia: Cortina.

[11] Seganti, A. (1995). La memoria sensoriale delle relazioni. Ipotesi verificabili di psicoterapia psicoanalitica. Torino, Italia: Bollati Boringhieri.

[12] Whitaker, C. (1990), Considerazioni notturne di un terapeuta della famiglia, Italia, Astrolabio.

[13] Winnicott, D. W. (1971). Gioco e realtà. Roma, Italia: Armando