

La paura della serenità: il caso di Anna

The fear of serenity: The case of Anna

Lorenzo Cionini e Isabella Mantovani

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Costruttivista, CESIPc, Firenze

Riassunto. Dopo aver formulato alcune ipotesi su come possano configurarsi la domanda esplicita e quella implicita che Anna pone alla terapeuta nella prima seduta di terapia, gli autori, attraverso un'analisi puntuale del trascritto della seduta, propongono un inquadramento professionale del suo disagio che, coerentemente con un'ottica costruttivista intersoggettiva, prescinde dall'utilizzo di categorie nosografiche, nel tentativo di comprendere il senso e la "funzione" della sintomatologia presentata. L'apparente incoerenza che l'immagine spaventosa e terrificante compaia proprio nei momenti di maggior serenità sembra funzionale a impedirle di stare con sensazioni piacevoli e sperimentare una vicinanza affettiva rispetto alla quale anticipa tradimento e delusione. Viene quindi presentata una traccia ipotetica di conduzione del processo terapeutico secondo l'approccio costruttivista intersoggettivo.

Parole chiave: psicoterapia costruttivista intersoggettiva, dissociazione, funzione del sintomo, analisi della domanda

Abstract: After having formulated some hypotheses on how the explicit and implicit demands could be configured: those posed by Anna to the therapist, the authors, through a punctual analysis of the transcript of the session, propose a professional construction of her disorder which is consistent with an intersubjective constructivist perspective, leaving aside any diagnostic categories, aims at comprehending the meaning and the "function" of her symptoms. The apparent incoherence that the frightening and terrifying image appears precisely in moments of great serenity seems functional to prevent her from being with pleasant sensations and experience affective closeness, towards which she anticipates betrayal and disappointment. A hypothetical trace of the conduct of the therapeutic process is then presented.

Keywords: intersubjective constructivist psychotherapy, dissociation, function of the symptom, demand analysis

La “Commissione Riviste” della Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia (FIAP) ha promosso un confronto su un caso clinico da parte dei rappresentanti delle 12 riviste associate alla commissione stessa, chiedendo agli autori di commentare, dal punto di vista del proprio modello psicoterapeutico, un caso per come emerge dalla trascrizione della prima seduta. È stato scelto il caso di una adolescente di 13 anni che, avendo richiesto di iniziare una terapia in periodo di lockdown ha iniziato le sedute in modalità on-line con una psicologa psicoterapeuta. La ragazza è stata chiamata Anna dalla sua terapeuta che ha voluto restare anonima allo scopo di proteggere la privacy della sua paziente.

L'intero progetto è stato pubblicato in lingua inglese dall'International Journal of Psychotherapy (organo della EAP) con il titolo “A Special Issue: First Online Session with an Adolescent Girl From 12 Different Perspectives” (2021, 25, 2: 9-91) a cura di Spagnuolo Lobb M., Migone P., Manca M.L., Eds.

Trascritto della prima seduta *on-line* con Anna

Terapeuta (T): Buonasera, come stai?

Paziente (P): Eh boh, si tira avanti... nella quarantena... *[il riferimento è alla quarantena per il Covid-19]*

T: Alle nostre personali paturnie si aggiunge anche questa!

P: Ci mancava anche questa!

T: Io ho parlato un po' con la mamma, te l'ha detto?

P: Mmh *[annuisce con la testa]*

T: ...che mi ha accennato a un po' di cose, io le ho chiesto se eri tu o loro ad aver pensato alla terapia e mi ha detto che anche tu avevi voglia...

P: Sì, in realtà questo desiderio di confrontarmi con una persona più specializzata m'è venuto dopo aver visto un film che si chiama *Troppa grazia*, che parla di questa signora che parla con la Madonna che le dà delle istruzioni, allora ho detto proviamo...

T: E la signora nel film cosa chiede?

P: Nel film la signora è geometra e deve lavorare progettando qualcosa su un campo, ma la Madonna le dice che non deve costruirci niente, che deve farci una chiesa... allora mi è venuta questa illuminazione...

T: *[ridendo]* Mi stai dicendo che vorresti che io ti dessi una illuminazione!

P: *[ride]* Eh, magari... No, in realtà ho sbagliato a dirlo a mamma e papà, all'inizio lo sapevano solo le mie migliori amiche, poi... l'ho detto anche ai miei, quando sono tornata dalla settimana bianca l'ho detto a papà... La prima volta che l'ho visto stavo andando a scuola, erano le 7.45 ed era mercoledì 11 dicembre 2019, l'ho visto che era impiccato dall'Ospedale Vecchio... eh niente, così, ormai sarà tre mesetti che lo vedo... non capita spesso, di solito quando sono particolarmente serena... Però questa cosa mi mette ansia perché magari quando sono con i miei amici ho paura di godermi il momento perché poi arriva questa cosa qui...

T: Senti, ma questa figura... cioè questa persona, no? Perché è una persona...

P: Sì però non mi piace pensarla come persona, perché ho paura di potermi convincere che sia davvero reale e visto che non lo è ... non voglio.

T: Mmh... come la possiamo chiamare, questa visione?

P: Mah, non lo so.

T: Perché mi sembra importante dare... cioè anche io credo che sia una fantasia, che la tua mente produce al di là della tua volontà, però quello che la nostra mente produce ci racconta qualcosa che non troviamo modo di dire in altri modi... magari con le parole... Allora forse sarebbe importante capire di cosa parla quella figura, quell'uomo lì. Tu lo vedi sempre in situazioni un po' negative, giusto? Raccontami un po' come è, quando lo vedi... La prima volta?

P: Io non ricordo bene, perché diciamo che non è proprio una cosa molto piacevole... Ecco, quindi non ricordo il momento in cui appare, però ricordo per filo e per segno un dettaglio che conosco molto bene, il modo in cui è morto, però per me è strano perché è una persona totalmente nera, sembra... boh... però la cosa che si vede è il dettaglio della morte, sembra un fumetto quando lo vedo, un fumetto molto realistico, ecco, l'unica cosa che so è che ha gli occhi azzurri. Una volta ero in giro con i miei amici, con un mio amico in realtà, c'era una finestra rotta, ha preso un pezzo di vetro e se lo è conficcato negli occhi e ho visto che erano azzurri, nient'altro... Era la decima volta che lo vedevo morire. Poi due giorni fa ero a letto che parlavo con il mio migliore amico, la "cosa" mi ha parlato e ha detto "male, tanto male", io ho un rapporto molto bello con il mio migliore amico perché gli voglio un mondo di bene, e questa cosa che lui avesse detto "male molto male" mentre parlavo con lui mi ha fatto pensare molto [*comincia a piangere, non guarda mai la telecamera*]. Perché questa "cosa" mi vuole spingere a fare cose pericolose contro la mia volontà, ho difficoltà a studiare, sono poco concentrata, e poi mia sorella che ha iniziato a fumare e poi ha smesso e io so dove è la sua sigaretta elettronica e una voce dice "prendila, prendila", ma il problema è che se sono cose così, va bene, ma un giorno era in piedi su uno ponte ed era come se mi tendesse la mano per dire vieni con me, ed è stato molto difficile in quel momento perché ho paura un giorno di non riuscire più a resistere, finché sono cose stupide, OK, ma ho paura di poter fare cose gravi per un problema che in realtà non esiste... [*piange*]

T: Perché dici che in realtà non esiste il problema?

P: Perché non esiste...

T: Non esiste forse quella figura ma esiste qualche cosa dentro di te che non sta bene...

P: [*piange*]

T: Anna...

P: Mi scusi ma è difficile guardarla perché... è molto difficile...

T: È anche molto difficile non essere nella stessa stanza per me adesso... [*lungo silenzio*]

P: Mmh... [*lungo silenzio*]

T: Posso chiederti una piccola cosa rispetto alla telefonata ieri con il tuo migliore amico?

P: Sì!!

T: Lui ti ha detto "male, molto male", ma riferito a cosa?

P: Perché io ho paura che questa "cosa" voglia che io me la prendo con le persone cui tengo ed è come se mi stesse dicendo "fagli del male"... è difficile, anche perché io sono una persona che proprio non riesce a resistere all'idea che le persone soffrano proprio in modo pesante...

T: In che senso Anna, spiegami meglio, se vedi che qualcuno soffre cosa ti succede?

P: Io sto davvero molto molto male, anche se non c'entro niente mi sento in colpa, mi viene il magone [*piange*], ed è stato sempre così sin da piccolina perché io sono sempre stata una bimba molto manesca, e quando facevo magari anche male a un bambino o una amica per sbaglio poi dopo anche se non si faceva tanto male mi sentivo come se fosse la peggior colpa del mondo

tirare per sbaglio i capelli a una bambina che ci stavo male, avevo i rimorsi per tanto tempo ed è così anche adesso...

T: Ma anche se qualcuno si fa male e tu non c'entri niente?

P: Esatto [*piange molto*]

T: [*affettuosa*] Ehi, ciao! [*prova a entrare in contatto dallo schermo...*]. E quindi ieri con il tuo amico hai avuto paura....

P: Sì, molta paura per lui...

T: come si chiama questo tuo amico?

P: Antonio.

T: Ed è un tuo compagno di classe?

P: No, ha un anno in più, è mio compagno di scuola.

T: E da quanto siete tanto amici?

P: Mah, abbastanza, un annetto.... Più o meno, sì...

T: Senti, ma siete solo amici?

P: Io un po' di tempo fa gli piacevo... comunque penso che adesso avere una relazione sia inutile... [*non si capisce quello che dice per la connessione*] io lo avevo già rifiutato all'inizio, e comunque ho paura di rovinare il rapporto con lui... perché... [*cambia tono, prende un piglio*] le coppie fanno schifo, se guardi oggettivamente fa schifo stare in coppia, perché, litighi, *bleah*, tutte quelle smancerie non mi piacciono, poi da quando succedono queste cose mi astraggo dalle persone perché ho paura di far loro male, sto diventando asociale, lo sanno solo le mie amiche e la mamma e papà a cui non avrei dovuto dirlo.

T: Perché dici così Anna sulla mamma e il papà?

P: Perché no, perché non so, o non se lo meritavano loro o non me lo meritavo io... perché papà... prima avevo un bel rapporto col papà, gli dicevo tutto, la prima volta gliel'ho detto, appena tornata a casa, solo a lui, poi dopo due settimane prima della quarantena sono tornata sul discorso e lui si era dimenticato e questo mi ha fatto molto male, una cosa che per me è grave...

T: Perché ti fa pensare che lui non ti abbia avuta in mente?

P: [*piange*] Non lo so ma me lo ha fatto odiare... Poi va bè della mamma non ne parliamo, io non parlo con lei, non abbiamo un bellissimo rapporto perché ho molta paura, non so paura o cosa, diciamo... mi dà fastidio od ho molta paura del suo giudizio, perché è molto severa, allora ci parlo pochissimo, quasi mai seriamente, però le ho detto che è una cosa riservata, non dirlo, invece lo ha detto in giro e mi ha fatto molto arrabbiare, decido io quando e a chi dire un mio problema, l'ha detto anche alla mamma di un mio compagno di Udine...

T: Mi spieghi meglio?

P: A giugno siamo andati a Udine a vivere con il nonno perché era morta la nonna per fargli compagnia, la mamma era lì già da aprile, a settembre sono andata a scuola ed è stato il tempo più difficile della mia vita, molti bulletti che se la prendevano con me per il mio aspetto fisico e altro, voci dei compagni che mi mettevano in imbarazzo anche se di solito me ne frego abbastanza, qui nella mia città avevo i miei amici che mi sostenevano, lì ero da sola, insicura, poi per caso mia madre ha perso il lavoro, io stavo tanto male, mio fratello e mia sorella si erano ambientati bene però siamo tornati anche perché il papà non era mai venuto, lui aveva il lavoro qui in questa città, gli amici qui, ero tanto felice di tornare ma allo stesso tempo non volevo andare perché mio nonno restava solo, con la nonna avevano un così bel rapporto, il nonno non era più lo stesso, volevo restare lì con lui....

T: Sei molto legata al nonno...

P: Io sì [*piange*] perché è fantastico, la persona più bella che ho conosciuto, intelligente, simpatico e non conosce i rimpianti, non porta mai rancore, nella sua vita ne ha passate tante, è stato tre giorni in prigione, ma con le persone che lo hanno tradito non ha mai portato rancore, e questo lo ha trasmesso anche a me, se qualcuno mi fa male e mi chiede scusa, o se anche non lo fa, sono pronta a fare il primo passo, sono molto aperta al perdono... Anche con i miei però penso che se avessi una figlia con dei problemi così non me lo sarei dimenticata, poi magari avrà avuto i suoi motivi, per il lavoro o non so.

T: Mmh... Anna quando a dicembre quell'uomo è apparso per la prima volta, come stavi? Ricordi qualcosa di particolare?

P: No, stavo bene, tornata nella mia città da pochi mesi, io a Udine ho avuto un cambio, ho visto così tanto odio e cattiveria che ero diventata un po' così, a scuola avevo problemi con gli amici, ero presuntuosa, insopportabile, mi ero fatta odiare da tutti, perché a Udine nessuno mi sopportava e qui non mi sono fatta sopportare, poi a scuola sono andata allo sportello e abbiamo parlato con la psicologa di questo, e sono riuscita a cambiare in meglio certi difetti...

T: Ma secondo te erano dei difetti che si erano manifestati per la prima volta a Udine?

P: No, io sono andata a Udine molto molto molto di buon umore.

T: Ci volevi andare, quindi.

P: No, volerci andare è un'altra cosa... Qui avevo i miei amici...

T: [*interrompendo*] Anche il papà era qui, è una cosa grossa andare via dalla scuola, dal papà, dagli amici, dalla tua città alla fine della prima media...

P: Lo so [*piange*] ma quello che mi faceva dire "dai facciamolo" è che ci fosse il nonno da solo e questo mi spingeva a fare qualsiasi cosa, ma l'ho presa troppo sottogamba pensando di trovare persone belle come qui ma non è stato così... Io mi sono comportata come sempre, forse ero già odiosa prima, forse a Udine erano tutti odiosi che sembravo la meno odiosa di tutti, non so, ma io sono tornata qui, tempo due settimane mi odiava mezza scuola e tutta la mia classe e avevo capito che ero io, non loro...

T: Ma fammi un esempio di quello che facevi di così orribile.

P: Io ho ereditato da papà un senso dell'umorismo che può diventare sarcasmo... poi ero gelosa, possessiva, e questo ha rovinato i bellissimi rapporti che avevo e poi dopo per fortuna almeno in parte ho risolto.

T: Quindi anche parlare con la psicologa ti ha aiutato.

P: Sì, io poi scrivo anche molto, mi piace, a Udine non mi sfogavo con nessuno tranne che col nonno, scrivere era un modo per sfogarmi.

T: Scrivi un diario?

P: No, scrivo testi perché preferisco spezzettare i miei problemi su pagine volanti che magari si perdono...

T: [*scherzosa*] Anche a me piace scrivere, e leggere, e leggere quello che gli altri scrivono!!

P: No a me leggere non piace, mi hanno sempre forzata a leggere, a differenza di mia sorella che leggeva molto....

T: Mmh... Senti Anna, mi dicevi che la prima volta che hai visto quella figura non stavi così male...

P: No perché ero riuscita a sistemare prima di Natale i rapporti che avevo rovinato....

T: ...sai che fatico a credere che ti sei fatta odiare così tanto?

P: Eh te lo assicuro, sai proprio quelle con cui nessuno ha voglia di parlare...

T: Mi sembra impossibile! Forse eri arrabbiata? Ti identificavi con quei ragazzi cattivi a Udine?

P: Cioè... io mi odiavo, dicevo sono diventata antipatica come loro, a Udine mi odiava tutta scuola tranne uno che ti dicevo... che lo conosco da sempre... è figlio di quella amica della

mamma a cui la mamma ha detto quella cosa di me, anche se era amica però non era giustificata a dirlo... E poi c'è stata un'altra ragazza che non è stata cattiva con me... La minoranza cui appartengo è formata di quattro gatti, giudicano molto, se ti crei una reputazione, te la tieni a vita, non so, per il resto... Diciamo che a me è arrivato il primo ciclo a gennaio in prima media, sono molto formosa, e lì invece erano tutte piccole fisicamente, e ai maschietti è partito l'ormone, pensavano solo a una cosa, per il resto non gliene fregava niente di me... io piacevo... cioè il mio corpo piaceva a un ragazzo che era il capo dei bulletti, non so, non me ne frega niente, e io ovviamente l'ho rifiutato, gli ho detto ci conosciamo da nemmeno due giorni, non è che adesso solo perché ho la terza di reggiseno sono la ragazza più bella o più simpatica, allora sono girate voci, lui aveva molta influenza, mi chiedevano anche cose molto intime che mi turbavano perché sono ossessionata dalla *privacy*, è stato molto difficile, mi facevano domande scomode, e poi sono diventate affermazioni che io avrei detto, il tutto in dieci giorni...

T: Ora Anna capisco meglio, sono molto importanti queste cose che mi stai dicendo... Sei arrivata come una bomba, hai rifiutato il bulletto, e questo ha causato movimenti che non erano colpa tua, poi magari tu hai reagito e sei forse diventata odiosa... Mi sembra molto importante quello che mi racconti.

P: Non so, è stato così veloce, improvviso, io sono una cui non va giù se litigo con qualcuno... Sono sempre stata una bambina egocentrica, poi ho dovuto fare a botte con questa cosa che vorrei piacere a tutti, mi ha dato proprio sempre fastidio non avere un bel rapporto con tutti, dire che mi dà fastidio ancora adesso non sarebbe giusto, alla fine non sono nessuno per cambiare le persone, se non vuoi avere rapporti con me avrai le tue buone ragioni, ormai ho fatto la pace con quel lato... Vabbè...

T: Anna, io non ti conosco e quello che ti dico lo dico dopo averti ascoltato ora... ma ho sentito come se tu fossi molto severa con te stessa, e valuti come molto gravi cose che fai o dici... un po' troppo...

P: Ma io cerco di essere obiettiva... essere così severa mi aiuta ad affrontare cose che... io sono molto emotiva ed esagerata... ma questi avvenimenti mi aiutano a descrivermi, a capire chi sono... sin da piccola ho cercato di farmi questa bolla per essere la bambina perfetta, per piacere a tutti, poi è stato difficile riuscire ad aprire gli occhi, ma è stata una delle parti positive della mia crescita perché mi ha aiutato...

T: Ma da quando pensi di avere aperto gli occhi vedendo tutte queste cose tremende di te?

P: Penso quando sono tornata da Udine, perché sono tornata nella mia città e mi sono trovata più antipatica, e non mi andava bene ...

T: Senti Anna, io ho come la sensazione che non sia un caso che quella figura, quella "cosa", che vuole punirti, farti buttare giù dal ponte, come se tu fossi colpevole o non avessi il diritto di vivere, sia venuta fuori ora che hai cominciato a vedere queste cose così terribili di te...

P: Ma io in realtà vivo benissimo questa cosa, OK, quelle cose sono successe, è così, vediamo come affrontarle in tutta calma, sono fatta così... perché io ci sto bene in realtà con me stessa... non ho problemi, cioè mi accetto... mi dico vai bene così, ci sta...

T: Diciamo che la tua testa ti dice così, ma forse c'è un'altra parte profonda che non è contenta di essere così, odiata, tremenda... Mi dicevi che per tutta la vita hai fatto tanti sforzi per essere adorabile... e all'improvviso tutti questi sforzi se ne sono andati a ramengo e sei diventata terribile e tutti ti odiavano... *[sorridente]*... Ma è normale essere un po' adorabili e un po' odiabili... e capisco quando dici che è un bene che siano venuti fuori quelle parti... ma io sento che se anche la tua testa dice che è un bene qui, nella pancia, qualcosa non è contenta e non accetta tanto certe parti tue poco piacevoli...

P: Io alla fine penso che non vorrei pensare, in realtà... sono molto razionale... verso di me ho sempre cercato di essere obiettiva e di capire, se hai un problema lo risolvi, se non è risolvibile risolvi il modo in cui lo affronti... e questo mi aiuta molto, pensare rende tutto più facile...

T: Da un lato... però dall'altro prima dicevi che non vorresti pensare...

P: Eh, vado a cercarmi problemi che in realtà non ho... Niente, è così.

T: Senti Anna, a me ha fatto molto piacere incontrarti, anche se mi è dispiaciuto non vederti dal vivo. Penso che potremmo fare un pezzo di strada insieme... Se anche tu ti sei sentita bene insieme a me...

P: Mi sono trovata molto bene... poi alla fine non riesco a tenermi tutto dentro, e poi mi piace che sia una persona che non sia un mio parente... mi sono trovata bene... poi il fatto che sono riuscita a parlarti di come sto adesso secondo me mi aiuta molto perché allo sportello non ne ho parlato di questa "cosa"... Cioè è più facile parlare con qualcuno che non sia un parente, è più facile però non è così scontato....

T: Bene, questa volta mi hai raccontato molto dei tuoi difetti, la prossima volta mi piacerebbe sapere quali sono i punti di te che reputi dei punti di forza, delle cose belle che hai.

P: Ce ne sono pochi ma...

T: Anche se sono pochi mi piacerebbe saperli...

P: Va bene, ci penserò... Secondo me è più facile trovare i difetti dei pregi, i pregi vengono evidenziati meno... i difetti vengono più a galla...

T: Sì, poi tu mi hai detto che la tua mamma è molto severa, e a volte le persone severe non per cattiveria ma per il loro carattere sottolineano più i difetti... vedono i pregi ma... Sai come fanno gli insegnanti severi che non ti dicono "hai fatto bene quello" ma "hai sbagliato questo"?

P: Mmh...

T: Ma ognuno di noi, anche il più tremendo [*scherzosa*] ha tante cose preziose dentro di sé...

P: Ah beh, speriamo, se no siam messi male!!

Anna si vede per la prima volta con la terapeuta – sembrerebbe – dopo averne espresso il desiderio ai genitori. Le sue aspettative apparirebbero inizialmente poco coerenti per una psicoterapia, rispetto al riferimento che fa alla "Madonna" del film che "dà delle istruzioni". Tuttavia, considerando la sua giovane età e l'andamento del colloquio nel quale appare disponibile a raccontare "come sto adesso (...) con qualcuno che non sia un parente", il suo approccio sembra modificarsi e la sua domanda viene a ristrutturarsi implicitamente come una vera e propria richiesta di aiuto per riuscire ad aprirsi e a dare un senso alla strana "cosa" che in certi momenti le appare. Non sembra, quindi, necessaria una ridefinizione esplicita degli obiettivi del trattamento, anticipando – viste le premesse – che questo possa avvenire spontaneamente nell'intersoggettività di una buona relazione terapeutica; augurandosi che il setting *on-line* non la limiti troppo.

Qual è il problema presentato da Anna e la sua genesi?

Sembrerebbe che il problema sia insorto dopo un periodo di vita "difficile" che ha rotto un suo equilibrio, per certi versi, già precario:

- la morte della nonna e la preoccupazione per la conseguente solitudine del nonno descritto come una persona affettivamente significativa per lei ("è fantastico, la persona più bella che ho conosciuto") e sentita bisognosa di accudimento in quella situazione di lutto;

- il prolungato trasferimento a Udine, con la sola presenza della mamma con la quale “non abbiamo un bellissimo rapporto perché ho molta paura (...) del suo giudizio, perché è molto severa, (...) ci parlo pochissimo, quasi mai seriamente” e la totale assenza del padre col quale “avevo un bel rapporto (...) gli dicevo tutto” che, per tutto il periodo di circa sei mesi, non si era però mai ricongiunto alla famiglia: “il papà non era mai venuto”;

- il trasferimento in una scuola nuova nella quale si è trovata a vivere, in modo del tutto inaspettato, molte difficoltà di tipo relazionale mai sperimentate negli anni precedenti: “l’ho presa troppo sottogamba pensando di trovare persone belle come qui ma non è stato così”; si era sentita bullizzata dai compagni, soprattutto maschi, ma si era anche chiesta se e quanto tutto questo potesse essere responsabilità sua “io mi sono comportata come sempre, forse ero già odiosa prima, forse a Udine erano tutti odiosi che sembravo la meno odiosa di tutti, non so”, con un conseguente senso di confusione rispetto sia a sé sia agli altri, accentuato dal sentirsi “sola e insicura”;

- il ritorno a casa vissuto in termini ambivalenti: da un lato ne era “felice”, dall’altro preoccupata per il fatto di lasciare il nonno da solo (“il nonno non era più lo stesso, volevo restare lì con lui”). Anche il ritorno nella propria scuola era stato inizialmente difficile, presumibilmente per il senso di confusione rispetto a sé che si portava dietro: “a Udine ho avuto un cambio, ho visto così tanto odio e cattiveria che ero diventata un po’ così (...) presuntuosa, insopportabile”, “sono tornata qui, tempo due settimane mi odiava mezza scuola e tutta la mia classe e avevo capito che ero io, non loro (...) e questo ha rovinato i bellissimi rapporti che avevo”.

Poco dopo il ritorno a casa, la situazione sembrerebbe essere migliorata anche per l’aiuto della psicologa dello sportello scolastico che era riuscita presumibilmente a tranquillizzarla (cosa da approfondire nei colloqui successivi), rispetto a certi suoi comportamenti vissuti come negativi, aiutandola nel modo di porsi con i vecchi compagni: “e poi dopo per fortuna almeno in parte ho risolto (...) perché ero riuscita a sistemare prima di Natale i rapporti che avevo rovinato”. Ovviamente, in quel tipo di setting scolastico, non sarebbe stato possibile, anche volendolo, affrontare i nuclei più profondi del disagio di Anna connessi con la sua costruzione identitaria e con le esperienze con le sue figure di attaccamento.

Quali ipotesi iniziali è possibile fare rispetto all’inquadramento professionale?

Quale il senso e la funzione del sintomo?

Anna sembra avere delle relazioni problematiche con i genitori anche se in maniera piuttosto diversa con l’uno e con l’altra. Il rapporto con la mamma è sentito distante, richiedente e giudicante: “mi dà fastidio, ho molta paura del suo giudizio, perché è molto severa, allora ci parlo pochissimo”. Inoltre, viene descritta né disponibile a condividere le sue sensazioni né affidabile: “le ho detto che è una cosa riservata (...) invece lo ha detto in giro e mi ha fatto molto arrabbiare”.

Diversa è la situazione con il padre, rispetto al quale potremmo ipotizzare si fosse costruita un’immagine almeno in parte idealizzata. Nel momento in cui confida “solo a lui” e “appena tornata a casa”, la prima volta che aveva avuto quelle “strane visioni della cosa”, sembra che il padre non la prenda sul serio; nell’arco di soli 15 giorni, infatti, “se ne dimentica”, mettendola di fronte a una grossa delusione che Anna vive con forte intensità. Afferma piangendo che “questo mi ha fatto molto male, una cosa che per me è grave” e arriva addirittura a dire “me lo ha fatto odiare”, anche se a quest’ultima affermazione premette un “non lo so” che sembra

riflettere la sua confusione rispetto a due immagini di lui così contrastanti e, in modo speculare, anche rispetto a due immagini di sé, nei termini di bambina cattiva *versus* bambina vittima della “cattiveria” degli altri.

Su tutto questo aleggia una sensazione pervasiva di colpa che Anna riferisce a sé ma di cui non comprende l'origine e il senso e che la porta a percepirsi *egocentrica, egoista, emotiva, esagerata*. Sembra che la colpa serva a coprire la rabbia, che ha sentito ma che non può legittimarsi del tutto (soprattutto nei confronti delle figure affettivamente significative). La colpa appare funzionale per dare un senso a sensazioni inspiegabili; sembra essere il risultato di un processo dissociativo fra parti diverse del Sé che presumibilmente la protegge dalla possibilità di sentire fino in fondo il suo dolore (Bromberg, 2011; Cionini & Mantovani, 2016). Parla infatti di una “bolla” che si è costruita “sin da piccola” per cercare di “essere la bambina perfetta, per piacere a tutti”, perché “mi ha dato proprio sempre fastidio non avere un bel rapporto con tutti”. E, in primo piano “rispetto a tutti”, possiamo immaginare che stiano in particolare i genitori.

Nonostante non dica niente di specifico sul rapporto fra i suoi genitori, il riferimento alle coppie che “fanno schifo” fa pensare che la relazione fra di loro sia problematica. Questo sembrerebbe confermato anche dalla totale assenza del padre che, nel lungo periodo dei sei mesi del trasferimento a Udine, non compare in famiglia nemmeno per qualche fine settimana.

Colpisce che la figura dell'impiccato dall'Ospedale Vecchio (la “cosa”), comparsa nell'immaginazione di Anna nel periodo immediatamente seguente al rientro a casa, appaia regolarmente quando “sono particolarmente serena”. In particolare, sottolinea come la cosa si presenti quando è in relazione con Antonio, il suo migliore amico: “due giorni fa ero a letto che parlavo con il mio migliore amico, la cosa mi ha parlato e ha detto «male, tanto male»; io ho un rapporto molto bello con il mio migliore amico perché gli voglio un mondo di bene, e questa cosa che lui avesse detto «male, molto male» mentre parlavo con lui mi ha fatto pensare molto” (piange), “un po' di tempo fa gli piacevo (...) io lo avevo già rifiutato all'inizio, e comunque ho paura di rovinare il rapporto con lui... perché... le coppie fanno schifo, se guardi oggettivamente fa schifo stare in coppia, perché, litighi, *bleah*”.

Ma non solo con Antonio. Sono molti, infatti, i punti nei quali, durante il colloquio, ribadisce la relazione fra momenti di serenità e la comparsa della “cosa”: “quando sono con i miei amici ho paura di godermi il momento perché poi arriva questa cosa qui”. Questo vale sia con gli amici più cari (“ho paura che questa ‘cosa’ voglia che io me la prendo con le persone cui tengo ed è come se mi stesse dicendo «fagli del male») sia per se stessa (“questa cosa mi vuole spingere a fare cose pericolose contro la mia volontà”). La *cosa*, per Anna, sembra quindi essere funzionale a impedirle di permettersi di avvicinarsi alle persone a cui tiene e di stare con sensazioni piacevoli che potrebbero rivelarsi “false”, portandola a sperimentare il tradimento e la delusione. Contemporaneamente, serve anche per dare un senso al suo sentirsi colpevole, alla sua paura di sentire fino in fondo ed esprimere la rabbia e far così del male agli altri. Può essere vista come una fantasia che le permette di dirsi ciò che non potrebbe/dovrebbe sentire ma che fa parte del suo disagio; è come se, pur nello spavento che genera, le permettesse di dar corpo a sensazioni altrimenti non ammissibili.

Su quali aspetti sarebbe utile lavorare durante il processo terapeutico?

In un primo momento, anche per favorire la costruzione della relazione terapeutica, ci proporremo di partire da situazioni di vita quotidiana per aiutare Anna a osservare e comprendere le sue modalità di porsi nelle relazioni con i coetanei e permetterle di iniziare a “fare

ordine” rispetto alla sua “confusione” verso sé e sé con gli altri. Come ritiene di essersi posta nel “rovinare” e poi per “sistemare” i rapporti con i compagni?

Contemporaneamente, o subito dopo, cercheremmo di prendere in mano, insieme ad Anna, l'immagine della “cosa” a partire da un lato dalla considerazione che questa ha per lei quasi la realtà di una persona fisica – “totalmente nera (...) sembra un fumetto (...) molto realistico (...) ha gli occhi azzurri” ed “è il dettaglio della morte” – e dall'altro che si presenta “di solito quando sono particolarmente serena”. Com'è che vorrebbe spingerla a far del male alle persone a cui vuole bene così come a lei stessa? Ne parleremo quindi insieme a lei per aiutarla a costruirne un senso. Cosa sta cercando di dirle? Forse che si è sentita cattiva per aver provato “qualcosa che non si dovrebbe provare”, sentendosi così in colpa? Forse che non può sentire la rabbia perché poi rischierebbe di agirla facendo del male agli altri a cui vuole bene?

Tutto molto difficile. Obiettivi che richiederebbero un tempo non breve per essere percorsi, considerando contemporaneamente però che ciò che appare da questa prima seduta è una bambina di soli 13 anni ma, in un qualche modo, piuttosto matura.

Nel momento in cui Anna fosse riuscita, all'interno di una relazione terapeutica sentita come sicura, a legittimare le sue sensazioni di rabbia e a prendere contatto con la paura di una vicinanza affettiva sentita come pericolosa, in quanto possibile fonte di delusione, potrebbe essere utile proporle un incontro insieme al padre, durante il quale riesca a dar voce a quelle sensazioni, così difficili da esprimere che ha provato durante questi lunghi mesi.

Rispetto ai suoi timori nelle relazioni con i coetanei con i quali è particolarmente legata, potremmo pensare a proporle di visualizzare situazioni particolarmente piacevoli per aiutarla a contattare e dar corpo alle sue paure di far del male e/o di rovinare i rapporti.

Difficile dire altro, in quanto ciò che potrebbe essere dipende molto da come la relazione con Anna si sviluppa, durante il percorso terapeutico, e dalla misura in cui questo venga a co-costruirsi come uno spazio nel quale lei possa fare esperienze relazionali nuove e diverse.

Riferimenti bibliografici

- Bromberg, P. M. (2011). *The shadow of the tsunamis: And the growth of the relational mind*. Routledge (trad. it.: *L'ombra dello tsunami. La crescita della mente relazionale*. Raffaello Cortina, 2012)
- Cionini, L., & Mantovani, I. (2016). Leggere la dissociazione dell'esperienza del trauma relazionale: la psicoterapia nell'ottica costruttivista intersoggettiva. *Costruttivismi*, 3, 40-62. <https://doi.org/10.23826/2016.01.040.062>

Gli Autori

Lorenzo Cionini, psicologo psicoterapeuta a orientamento costruttivista intersoggettivo, già Professore Associato di Psicologia clinica presso la Scuola di Psicologia dell'Università degli Studi di Firenze, è Direttore e Didatta della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Costruttivista del CESIPc di Firenze, Didatta e past-President della Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva (SITCC), Past-President della Federazione Italiana delle Associazioni di Psicoterapia (FIAP); Didatta della Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista (AIPPC). È autore e curatore di numerosi articoli e volumi sulla psicologia e sulla psicoterapia costruttivista.

Email: lorenzocionini@icloud.com



Isabella Mantovani, psicologa psicoterapeuta a orientamento costruttivista intersoggettivo, è la Coordinatrice didattica e Didatta della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Costruttivista del CESIPc di Firenze, Didatta della Associazione Italiana di Psicologia e Psicoterapia Costruttivista (AIPPC). Lavora come psicoterapeuta degli adulti e degli adolescenti a Padova, presso il Centro Costruttivamente e a Firenze presso il CESIPc. Si occupa di formazione alla genitorialità e di aggiornamento per medici di base.

Email: isa.manto03@gmail.com



Citazione (APA)

- Cionini, L., e Mantovani, I. (2023). La paura della serenità: il caso di Anna. *Costruttivismi*, 10, 54-64. <https://doi.org/10.23826/2023.01.054.064>