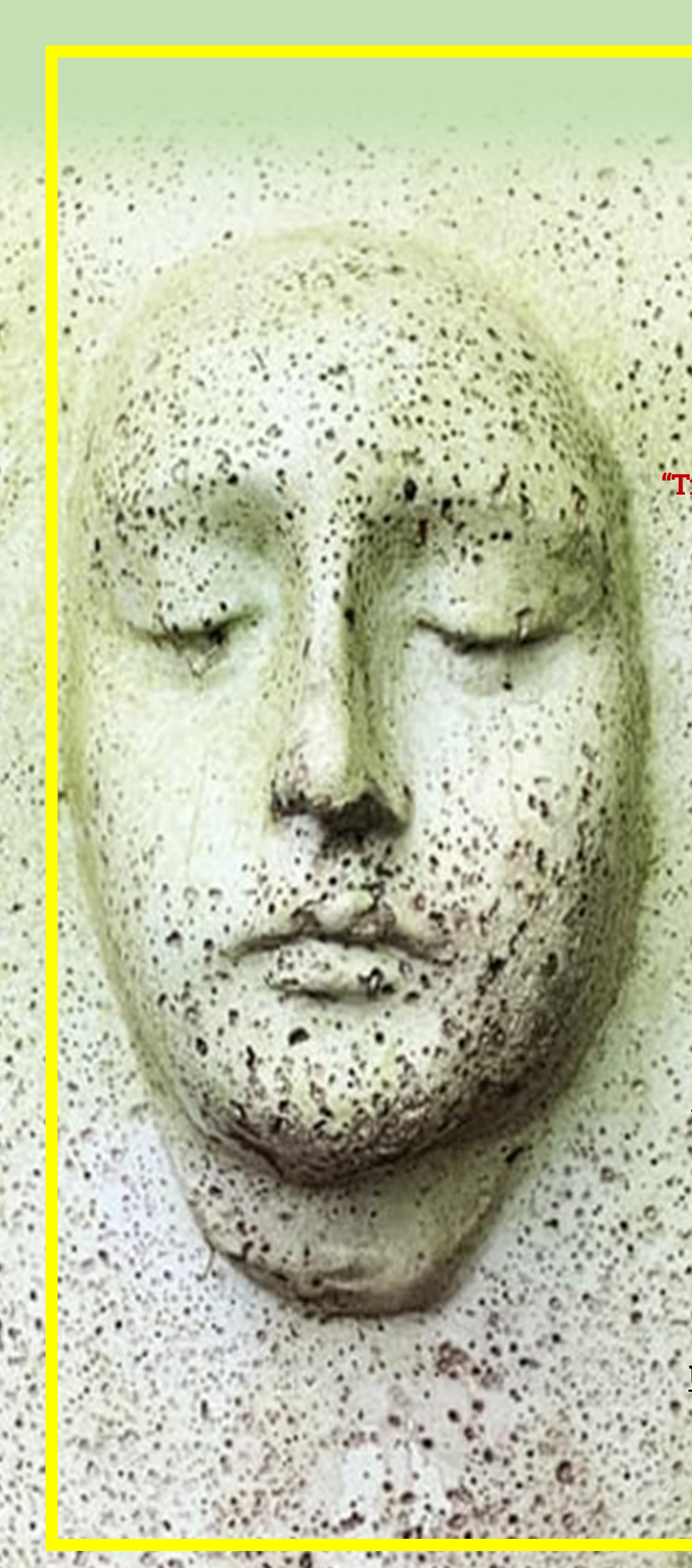
Adomagazine

FOCUS

Traumatismo e discontinuità nell'esperienza del Coronavirus

N. 4/dicembre 2020

Rivista pubblicata da AGIPPsA
Associazione dei Gruppi Italiani di Psicoterapia Psicoanalitica dell'Adolescenza



Indice

EDITORIALE
di Francesca Tonucci

FOCUS
"Traumatismo e discontinuità nell'esperienza del Coronavirus"

5 Giovani, pandemia da Covid-19, lockdown. E poi... l'avventura di riprendere a vivere
di Chiara Navarra

12 Gli adolescenti durante il lockdown: psicoanalisi, canne e Coronavirus
di N. Gozzi, V. Gristina, F. Rocchetto, F. Tranquilli, V. Trombacco

15 Memorie dal sottosuolo
di Giuseppe A. Messina

22 La psicoterapia in presenza durante il Covid-19
di Alessandra Maserati

DALLE NOSTRE LETTURE

29 P. La mia adolescenza trans
Commento di Giuseppe Preziosi

FORME ESPRESSIVE

33 Mani Rosse
Commento di Anna Vantaggio

UNA PAROLA PER VOLTA

38 "Il perturbante"
di Annalucia Borrellli

Editoriale

Questo numero della rivista nasce dal ricco materiale inviatoci da colleghi che hanno condiviso pensieri, esperienze, emozioni intorno al periodo di emergenza che stiamo attraversando e che ha comportato per ciascuno una profonda rivisitazione del proprio assetto umano e professionale. Con piacere e con sorpresa – ma forse neanche troppa – abbiamo constatato l'arrivo di molti articoli relativi al focus proposto, tanto da ritenere opportuno suddividerlo in due numeri, di cui questo sarà il primo, a cui ne seguirà un successivo (il numero 5), sul tema *Covid e scuola*. Riteniamo infatti che quest'ultimo sia un argomento centrale e di grande attualità oltre a essere un tema caro a chi si occupa di adolescenza: ci è quindi sembrato utile raccogliere i contributi inviati relativi a quest'area individuandola come prossimo focus.
La ricca quantità di proposte raccolte testimonia forse un più generale andamento di questo periodo, caratterizzato da una iperproduzione di articoli, dibattiti e conferenze sul tema, forse come reazione ai vuoti in cui ci siamo imbattuti: vuoto di impegni, di incontri, di relazioni, di routine ma anche vuoto di pensiero rispetto allo stravolgimento delle nostre vite, al pericolo di morte così tangibile, alla necessità di ripensare i nostri assetti lavorativi: come terapeuti, come insegnanti, come operatori a vario titolo nel settore socio-educativo e sanitario. Al contempo è forse una risposta anche al troppo pieno di emozioni e sensazioni contrastanti, legate alla indubbia qualità traumatica di ciò che stiamo vivendo come individui e come collettività.
La necessità di mettere in discussione le nostre certezze identitarie come professionisti (in termini di setting e di tecnica) e più in generale come adulti (rispetto alle priorità e ai valori assunti), se da una parte genera un profondo disorientamento, dall'altra si sta rivelando una preziosa opportunità di sperimentazione e apertura verso nuove dimensioni, nuovi strumenti e nuovi significati. L'incertezza apre anche a una maggiore disposizione creativa.
In quest'ottica ci piace proporre lo spazio della rivista come uno spazio creativo, “transizionale” in cui confrontare nuove tecniche, nuovi pensieri ma anche condividere il disorientamento e le paure perché possano trovare uno spazio elaborativo e trasformativo. A ben guardare si tratta di stati – disorientamento, paura, cambiamento, creatività, “tansizionalità” – che ci avvicinano al funzionamento psichico adolescenziale, occasione forse, anche in questo senso, di costituire un fertile terreno per proseguire e rilanciare il lavoro con gli adolescenti.

Francesca Tonucci

FOCUS

Traumatismo e discontinuità

Nell'esperienza del Coronavirus

Giovani, pandemia da Covid-19, lockdown. E poi... L'avventura di riprendere a vivere

di Chiara Navarra

Covid-19 e pandemia: un'esperienza complessa, attraverso la quale tutti siamo transitati al meglio che abbiamo potuto. A molti è mancata la socialità, la ricchezza relazionale, il quotidiano precedente alla situazione pandemica.
Ci è mancata e ci manca ancora oggi la libertà, che forse davamo per scontata.
Nel lavoro clinico di questi mesi, ho notato nei giovani, soprattutto in quelli che si trovano sulla soglia dell'età adulta, una specifica tensione, che ha a che fare con la riprogettazione del loro futuro, non solo in termini pratici, ma nei termini della rappresentazione di sé e del delicato equilibrio tra dentro (mondo esterno) e fuori (mondo interno).
Quella della pandemia e dell'emergenza sanitaria che ci troviamo ad affrontare, costituisce una situazione senza precedenti, una situazione letteralmente inimmaginabile, che mi sembra riapra il dialogo interno con timori, paure e posizioni magari già elaborate in passato e che oggi si ripresentano riattivate dall'emergenza attuale.
Mi piacerebbe qui parlare di quei giovani, che hanno davvero messo in atto tutte le loro risorse di adattamento per affrontare l'imprevedibilità di questi mesi, con gioia, entusiasmo, ma anche fatica e paura. Un'esperienza complessa dal punto di vista emotivo che ha obbligato a vivere forti contraddizioni interne.
Vorrei provare a descrivere racconti, riflessioni e vissuti emersi durante i colloqui clinici on-line, che abbiamo potuto continuare a fare durante e dopo la pandemia, e che poi finalmente sono ripresi in presenza. Spero di poterne fornire una testimonianza sincera e partecipe, fedele a tutto ciò che è fluito tra noi nel corso di questi intensi colloqui.
Parlo di giovani adulti nel pieno del loro cammino verso l'età adulta, alla ricerca di un progetto di valore per loro, impegnati nella progettazione e nella riuscita dei loro obiettivi lavorativi, formativi, amorosi, identitari. La pandemia ha dato un forte scossone alle loro certezze, alle fondamenta su cui poggiavano i loro progetti, lasciandoli scossi, spaventati e disorientati.

Giovani adulti e breve storia della pandemia

- *Disorientati ed increduli.* Si sono ritrovati svuotati delle loro attività,

delle frequentazioni, degli amici, della possibilità di progettare alcunché. Ogni progetto sospeso, senza sapere quando, come o se le cose sarebbero potuto ripartire. Si sono ritrovati inaspettatamente chiusi nelle loro case, assieme a tutta la famiglia. Talvolta imbarazzati da questa forzata convivenza, hanno cercato angoli di privacy che non sempre sono riusciti a trovare.

- *Tristi e annoiati*. Si sono demoralizzati all'idea di dover passare il "resto della loro vita" in quella condizione di isolamento e di reclusione, che li faceva sentire "per sempre figli". Non sapevano come affrontare la situazione. Per un momento si sono rassegnati e sono scivolati dentro al senso di sconfitta: hanno smesso di studiare, di pensare a come trovare un lavoro, o tenersi quello che avevano, hanno cercato distrattamente di riempirsi le giornate, hanno fatto svogliatamente qualsiasi cosa (le lezioni on-line, il lavoro, i film, le App di incontri), hanno passato infinite ore on-line, per fortuna spesso in compagnia dei loro amici. Per fortuna non hanno mai smesso di chattare, parlare, e infondo, così senza accorgersi, hanno continuato o ri-cominciato a ridere, scherzare, conoscere, frequentare, esplorare e soprattutto pensare.
- *Si sono riorganizzati*. Fortunato chi ha goduto del lusso della propria camera. Si chiude la porta e ci si concentra sulla riorganizzazione della propria vita. Molti hanno spostato in rete (nel mondo virtuale) tutto quello che hanno potuto: lezioni, lavoro, amici, attività sportive, ludiche, e anche nuovi incontri amicali e sentimentali. Hanno cercato compagnia nella rete, e fortunatamente l'hanno trovata. Molti hanno accettato questa condizione, scivolando in una nuova routine che li ha aiutati a vivere in quella situazione di fisico ed estremo distanziamento sociale.
- *Si sono abituati* al distanziamento sociale, talvolta ad un tale punto che poi è stato quasi difficile uscire di casa, ripresentarsi agli amici, con qualche chilo di troppo, con i capelli in disordine, i brufoli da quarantena. Essere visti, magari da quelle nuove conoscenze fatte in rete, e che ora incontrandosi di persona, si corre il rischio di deludere: «Chissà se è come me lo sono immaginato, ho paura che vedendoci perderemo la nostra magia, lui/lei avrà le sue cose da fare, tornerà alla sua vita, non ci sentiremo più».
- *Si sono ri-abituati* a uscire di casa. I giovani cauti, un uso molto responsabile della mascherina, incontri con gli amici nei parchi, distanziati, senza abbracci, senza strette di mano, anche per il timore di contagiare i loro familiari. Hanno

vissuto la riapertura con un grande senso di responsabilità.

- *Si sono precipitati fuori*. I giovani impazienti di recuperare la loro vita, i loro amici, la loro libertà. Di pescare a piene mani da quella sensazione di pienezza, che era normale, scontata, abituale. Desiderosi di tornare alla normalità e di recuperare il tempo perduto. Ma non è così facile, perché c'è qualcosa che non è più come prima.

Le "speciali paure" dei giovani adulti ai tempi del Covid: riflessioni cliniche

Paure normali, preoccupazioni comprensibili, incertezze fisiologiche: certo, chi non le ha provate in una tale situazione? Però mi sembra di poter rilevare sentimenti e reazioni emotive che forse hanno caratterizzato in particolare i racconti dei giovani adulti in questi mesi di pandemia. Quindi meccanismi mentali, che inquadrati in questo momento storico e sociale, acquisiscono una loro specificità e una loro rilevanza clinica rispetto al funzionamento mentale del giovane adulto.

- *«È troppo tardi»*, pensiero onnipresente in tutti gli ambiti della vita. I giovani adulti mi hanno raccontato la loro ferma convinzione di essere ormai troppo troppo indietro con i compiti di crescita fase-specifici della loro vita. Troppo indietro con gli esami, ancora senza lavoro, ancora senza un fidanzato/a, ancora senza un progetto di vita degno di essere chiamato così. Ho potuto rilevare un *crollo della speranza* in particolare in relazioni ai progetti di vita che avevano a che fare con il fuori, che avevano a che fare con una progettualità sull'esterno, con una grande componente esplorativa (fare uno stage, volontariato, un viaggio, mi trasferisco). L'importante non era per forza realizzarli i progetti, ma poterli ideare, costruire e smontare, in attesa del momento giusto, dell'occasione perfetta. La nuova impossibilità dettata dal Covid ha creato un traumatismo, uno shock che rompe e blocca le capacità progettuali e immaginative sul futuro.
- *«È un incubo»*, non più sogni a occhi aperti, ma incubi a occhi aperti, che irrompono improvvisamente nella realtà. I giovani adulti mi hanno raccontato esperienze sensoriali così fisiche, da sembrare reali.
  Ecco C. che racconta di un'immagine ricorrente e la sensazione di non riuscire a respirare: «vedo un gattino che precipita nel vuoto e cade in una grossa ciotola piena di latte. E mi sembra di non respirare».
  E ancora M. che è presa d'assalto dalle paure: «Sono sdraiata nel mio letto prima di addormentami, penso che una mano mostruosa possa uscire da sotto il letto e afferrarmi improvvisamente».
  Oppure G. che descrive: «Percorro il corridoio che porta dalla camera al bagno e ho la netta sensazione di essere seguito da qualcuno. Lo so che è assurdo, che non è vero, ma sembra così reale. Mi vergogno un po' a raccontarlo, ma mi pare di avvertire dei rumori e anche lo spostamento dell'aria proprio a un passo dietro di me. Ma continuo a camminare e non mi giro. Corro verso il bagno più veloce che posso, e chiudo la porta dietro di me. E mi sento così stupido».
  Oppure F. che un giorno: «cerco di svegliarmi nel mio letto e sono come paralizzato, non riesco a muovermi, non posso aprire gli occhi, anche se vorrei, e non sono sicuro di dove mi trovo». Forse sono passati pochi secondi, ma a lui sono sembrati un'eternità.
- *«Ho qualcosa che non va?»*, arriva la paura di essere in qualche modo danneggiati, difettosi. Paura di essere tornati indietro, regrediti, di aver perso le proprie competenze adulte, come se ci fosse il timore di tornare a una fase precedente dello sviluppo, una sorta di involuzione. Paura di non

recuperare se stessi.

La cosa che mi colpisce di questo materiale è la sua forte componente pulsionale, irrazionale, primitiva, come scariche che arrivano potenti. Le narrazioni dei ragazzi molto spesso si intrecciavano alla descrizione particolareggiata di percezioni fisiche, molto vivide, come l'aria che si sposta, l'impossibilità di muoversi, non riuscire a respirare, avvertire una presenza. Spesso, i ragazzi raccontavano queste loro esperienze con una voce narrante adulta, volta all'autorassicurazione («so che non può essere vero, poi mi sono subito ripreso»), che mi pareva voler razionalizzare l'accaduto e in qualche modo prendere le distanze. Talvolta rimanevano preoccupati di «avere qualcosa che non va», di essere stati danneggiati dall'isolamento, da questa situazione straordinaria causata dalla pandemia. E mi chiedono: «Dice che ho perso le mie facoltà mentali? È una cosa grave? Mi devo preoccupare? Perché fa quella faccia?». Diventavo il loro specchio e mi chiamavano in campo come testimone che accertasse i possibili danni.
Mi sembrava di assistere a un funzionamento intermittente delle loro istanze (risorse) più mature, che cedevano alla pressione di paure primitive-infantili, espresse con modalità pulsionali (scariche emotive, non pensate). Forse ci troviamo di fronte a movimenti regressivi transitori, che permettono la riemersione di antiche paure in una dimensione preconscia a metà tra sogno e realtà.
Forse è un meccanismo difensivo, utile a scaricare le paure all'esterno, a renderle visibili a sé, e in qualche modo raccontabili nella stanza (virtuale) del colloquio. Si utilizzano tutti gli strumenti che il mondo onirico mette a disposizione. Infatti, non sono sogni, ma nemmeno realtà, sono suggestioni, sensazioni corporee, blackout cognitivi, fantasie, immagini.
Nel corso dei colloqui mi sono ritrovata a nominare le paure inizialmente in modo indiretto: «Anche se non è un incubo, sembra proprio un incubo!», «Certo che ha fatto una descrizione proprio realistica di quello che ha sentito. Mi sembrava proprio di essere lì con lei. C'è da avere paura!». Abbiamo condiviso lo stupore per quanto accaduto, per poi riavviare gradualmente il processo associativo analitico: «Ma sa che anche quando ero piccolo mi succedeva così? Me ne ero dimenticato. Mi succedeva soprattutto quando...»; «Mi ricordo quando eravamo piccoli e mio fratello per scherzo affogava il muso del nostro gattino nella ciotola del latte. Bello scherzo del cavolo!»; «Mi ricordo di una volta che ero in vacanza con i miei amici al mare. Abbiamo fatto il bagno al tramonto e io mi sono addormentato tranquillo. Quando mi sono svegliato era diventato buio e i miei amici spariti. Non sapevo che fare. Sono stato lì immobile, non capivo cosa fosse successo». Questo processo associativo ci ha permesso di reintegrare gradualmente una dimensione più interpretativa, utile a rileggere le suggestioni in una chiave attuale, che tenesse conto anche delle loro radici nel passato. Così, abbiamo scoperto che le suggestioni dell'epoca Covid potevano provenire da episodi della loro vita infantile, giovanile, e che queste erano le associazioni che veniva loro spontaneo fare. Emerge forte la paura e il senso di disorientamento di quando si è piccoli e accade qualcosa di imprevisto, violento e di fronte al quale si rimane disorientati, proprio così come si è impauriti e disorientati di fronte alla pandemia Covid-19 e alle sue conseguenze.

Fronteggiare la crisi e guardare al futuro
L'arrivo del Covid-19 e il confinamento imposto dal lockdown hanno determinato un brusco STOP generale, che ciascuno ha vissuto in modo molto personale, anche in relazione al momento di vita che stava attraversando. Per qualcuno è stata un'esperienza davvero traumatica, sia da un punto di vista oggettivo, sia da un punto di vista emotivo, a causa dei cambiamenti radicali sopraggiunti. Mi sembra che i

giovani adulti in particolare descrivano l'*esperienza Covid*, come un evento che può demarcare un pre e un post. Un evento storico, una calamità, un evento ecologico rilevante che come un solco, una frattura, segna un cambiamento esterno (nel mondo reale) e interno (nel mondo intrapsichico) difficile da comprendere e da integrare nelle proprie rappresentazioni interne. È una sorta di trauma, ancora da elaborare e del quale ancora si vedono gli effetti.

Le preoccupazioni più grandi riguardano se stessi e il futuro. Alcuni di loro sentono qualcosa che *si è rotto dentro* e che ancora non si è risanato. Ancora non dormono bene, ancora non sono rilassati quando escono con gli amici, ancora si chiedono quando le lezioni ricominceranno in presenza, quando finirà lo stato di emergenza, per ritornare ai posti di lavoro, dei quali incredibilmente si sente la mancanza.

Soffrono la solitudine del quotidiano, nei loro luoghi abituali di vita, in cui ancora c'è il problema del distanziamento sociale. Inviti a casa molto mirati, per evitare di creare problemi agli altri familiari. Poche visite ai cari, soprattutto se anziani. Pochi caffè alle macchinette, poche pause sigaretta. Gli open space mezzi vuoti al lavoro. Protocolli, autocertificazioni, dispositivi di sicurezza, gel igienizzanti, monitoraggio della temperatura. Certo, ne riconoscono l'utilità, ma comunque rimane un'esperienza faticosa, distanziante, che sentono innaturale e che costituisce una barriera tra sé e le esperienze possibili.

È utile considerare come questa straordinaria *esperienza-Covid* abbia risvegliato paure primordiali in loro, nei singoli individui, ma anche nella dimensione collettiva, che tocca le istituzioni familiari, scolastiche, lavorative e sociali. Ci troviamo di fronte alle fragilità non solo umane, ma anche ecologiche, culturali, e politiche che caratterizzano il mondo in cui viviamo e che ci fanno intravedere le complesse sfide del futuro. I giovani adulti si fanno portavoce di un *malcontento pandemico*[1], che non è solo loro, ma delle società moderne, caratterizzate da mutazioni tecnologiche, ecologiche e biologiche così profonde, da rendere evidenti le incertezze delle strutture sociali, culturali, politiche e organizzative, sulle quali poggia la civilizzazione.

Come tenere il senso di fiducia e la speranza di poter progettare un futuro in cui credere? Come fare i conti con l'ansia di non riuscire a stare al passo con le sfide che il mondo ci pone? Come dedicare le proprie energie all'amore, al piacere, allo svago, in un mondo che impone un super ritmo di crescita? I giovani che oggi affrontano questi "normali" interrogativi fase-specifici devono confrontarsi con nuovissimi elementi di instabilità, non poi così facili da metabolizzare, perché colpiscono le loro istituzioni di riferimento e con esse la stabilità del loro mondo interno.

Ciononostante, il processo di riparazione è in corso e le spinte verso la vita in ripresa. Ciascuno si attiva come può, e si cerca di far ripartire i progetti. Ci si organizza per far base a casa di chi è uno studente fuori sede. Si riprende a frequentare le biblioteche. Assieme ai compagni di università si seguono le lezioni da remoto. Si va al bar per scrivere un nuovo articolo. Si organizzano uscite in locali all'aperto. Si progettano fine settimana fuori porta. Ci si abitua alle nuove restrizioni nelle sedi lavorative e alla fine «non fai più caso alla mascherina». Tutto sommato lavorare da casa qualche giorno è anche piacevole. Insomma, la vita ricomincia a fluire e i progetti ricompaiono, con il desiderio di continuare e anzi di buttarsi per cogliere tutte le occasioni possibili: «Questa è la volta buona che comincio davvero il corso di canto. O ora o mai più!».

[1] *Fear of lockdown, psychoanalysis, pandemic discontents and climate change*, di H.Catz, A.Ferruta, M.Francesconi, P.R.Goisis, N.McWilliams, G.Riefolo, M. Roth, C. Schinaia, D.Scotto Di Fasano, Frenis Zero Press, 2020.

SULL'AUTRICE

Chiara Navarra, Area G Milano. Psicologa Psicoterapeuta. E-mail: chiaranavarra1@gmail.com

Gli adolescenti durante il lockdown: psicoanalisi, canne e Coronavirus

di Niccolò Gozzi, Valeria Gristina, Fabrizio Rocchetto, Francesca Tranquilli e Valentina Trombacco per il Gruppo di studio e di ricerca sul trattamento della dipendenza da Marijuana in adolescenza

Durante il lockdown, su un muro in un quartiere di Roma, compare la scritta: *Sala Canna Bis*. Sembrerebbe un invito a entrare in un non-luogo destinato ad accogliere i "fuggitivi" in cerca di Cannabis. La scissione della parola: *Canna Bis*, evoca l'idea dei carcerati del 41 bis, i quali tra i civici 2 e 3 [vedi immagine] – come il binario 9 e ¾ di Harry Potter – sono alla ricerca di una via di fuga dalla realtà.

Come gruppo di studio che da due anni lavora sul tema del consumo e della dipendenza da cannabis e altre sostanze in adolescenza, ci siamo chiesti: nel periodo durato quasi due mesi che ha imposto di limitare gli spostamenti, cosa è accaduto agli adolescenti/pazienti, costretti a rimanere in casa, e in particolare ai consumatori abituali di "canne"?
I nostri pazienti adolescenti abituati a farsi le canne hanno continuato a farsele adeguandosi al cambiamento delle regole sociali imposte dall'emergenza Covid-19. Lo spaccio non si è interrotto ma i ragazzi hanno avuto bisogno di essere più attenti per evitare di essere "bevuti" (fermati) da parte delle forze dell'ordine, anche se gli spacciatori si sono organizzati con l'e-commerce facendo consegne a domicilio meglio dei supermercati. Le modalità abituali di approvvigionamento e consumo sono state fortemente condizionate dal lockdown. I più giovani, in pubertà-prima adolescenza (tra i 12 e i 14 anni), privati dei contesti sociali di condivisione dell'erba, si sono ritrovati a fare l'esperienza di "stare in assenza di canne" e in presenza di uno sguardo genitoriale, che era spesso distratto nell'epoca precedente il lockdown.
Altri ragazzi nel pieno dell'adolescenza (tra i 15 e i 18 anni), in una condizione di reclusione forzata, in mancanza del contatto sociale, della condivisione delle bevute e delle canne stesse, hanno sofferto il confronto con la quotidianità familiare, entrando in contatto con una importante quota di dolore. Abbiamo

avuto modo di osservare qualità differenti dell'ambiente *intrafamiliare*, il quale in alcuni casi è stato un buon contenitore delle ansie, viceversa, in altre occasioni, si è rivelato una camera di "detonazione", dove l'accumulo di tensione e di "vicinanza familiare" ha generato situazioni di conflitto.
L'abitudine del fumare la canna rappresenta spesso per gli adolescenti il tentativo di una regolazione emotiva. Il non poter accedere alla canna con la medesima agilità di un tempo ha esposto l'adolescente alla percezione del proprio dolore psichico e "relazionale".
Nei casi in cui la situazione di angoscia e imprevedibilità causata dal virus è divenuta ingovernabile, alcuni genitori di pazienti si sono convertiti alla tolleranza, quasi legittimando l'uso del THC (delta-9-tetraidrocannabinolo, sostanza contenuta nella cannabis con effetti psicoattivi), pur di limitare esplosioni emotive o scivolate nell'alcol.
In qualche caso, soprattutto nella esasperante fase iniziale, in alternativa allo psicofarmaco hanno anche chiesto di poter trovare un po' di fumo per dormire.

Lo sforzo imposto dall'isolamento è stato quello di fare i conti con se stessi, e con la necessità di organizzare nuovi metodi di gestione della propria emotività.
In questa quarantena, il tempo esterno ha subìto una reale sospensione e questo ha fatto sì, per i nostri adolescenti "cannaroli" (e non solo), che si attenuasse quel divario tra tempo interno ed esterno, agevolando una diminuzione dell'angoscia e un minore bisogno della sostanza.
La questione dell'isolamento sociale può aver favorito però alcune dinamiche difensive, come indietreggiare di fronte allo scambio sociale con altri ragazzi, isolarsi, chiudersi e allontanarsi.
A fianco della difesa, è venuto in aiuto l'uso della canna, potenziatore assoluto delle sensazioni interne, dei vissuti emotivi, nel bene e nel male. C'è chi ha anelato a questo "isolamento nell'isolamento", come un fasciarsi ripetuto di strati che distanziano dal contatto esterno, ormai per giunta pericoloso per la salute, e che fanno rivolgere ancor più all'interno. In questi ragazzi la "fase due" ha aumentato la percezione del rischio nel doversi riaffacciare alla realtà.

Ma come sono stati gli adolescenti senza le canne? Sembrerebbe che l'assenza di canne abbia lasciato spazio ad altro. La ricerca di attività precedentemente poco esplorate, come il gioco online, la visione delle serie televisive, lo scrivere riflessioni, poesie, canzoni, oltre alle videochiamate per continuare a tenere in vita il contatto umano.
Il rapporto psicoterapeutico ha "tenuto" in remoto, grazie all'alleanza terapeutica e il transfert (inteso come la naturale disposizione del paziente a trasferire sul terapeuta, desideri inconsci, emozioni e sentimenti provati nei confronti di altri significativi della sua storia personale) già avviato. Nel confinamento forzato dovuto al lockdown, l'uso esclusivo del telefonino e del PC per comunicare ha consentito a noi terapeuti di continuare a incontrarli adattando il setting terapeutico alla situazione. Collegarsi da casa ha rappresentato la possibilità di fare entrare il terapeuta nel mondo interno dell'adolescente fin troppo tangibile (la propria stanza), non solo nel mondo interno dell'inconscio e delle fantasie. Alle volte il concreto è stato più spaventoso dell'immaginario da mostrare e vedere insieme, poiché non si poteva più presentare al terapeuta solo quella parte di sé che si voleva presentare. Con il tempo l'ascolto analitico ha fatto sì che il concreto fosse accettato, le stanze si sono aperte così come le videocamere. Alle volte è successo anche che ci fosse un eccesso di vicinanza, con qualche canna accesa in seduta. Questo gesto concreto ha permesso di aprire il discorso sul versante fantasmatico (intendendo l'attività immaginativa del paziente a livello inconscio, di possibile disvelamento) e su cosa significasse la canna per il paziente, un condensato di vissuti dolorosi da esplorare e comprendere insieme.
Gli adolescenti in terapia, nella migliore delle ipotesi, hanno avuto la possibilità di mettere in parola la personale visione di ciò che stava accadendo, fuori e dentro di loro. Ha preso il via una riflessione su se stessi, su ciò che amavano fare prima della reclusione, sulle occasioni perdute, la preziosità del tempo. Il tempo sospeso dalla possibilità di azione ha favorito l'attività di pensiero. La camera dalla quale alcuni adolescenti sarebbero voluti fuggire è divenuta il luogo dal quale poter ripartire, riattivando il desiderio e la curiosità, rispetto a un futuro prossimo sentito come prezioso perché rinnovato dalla libertà.
La nostra impressione è che gli adolescenti – anche quelli più disturbati – in questa

situazione abbiano mostrato una maturità inaspettata, forse perché fattori stressanti come la scuola e lo studio sono venuti meno; hanno sperimentato un'esaltazione della tecnologia digitale, in passato strenuamente combattuta da alcune aree del settore adulto, potendo stare ore al PC o al telefono. La socialità ne ha sofferto, ma clandestinamente i casi più in difficoltà hanno saputo organizzarsi. In generale la nostra impressione è stata di una popolazione di adolescenti sorprendentemente adattata, anche nelle situazioni più complesse.

SUGLI AUTORI

Niccolò Gozzi, SIPsIA Roma. Membro CRPG Bologna. Psicologo Psicoterapeuta, CTU presso il Tribunale di Bologna. E-mail: niccolgozzi@yahoo.com.
Valeria Gristina, SIPsIA Roma. Psicologa Psicoterapeuta. E-mail: valeriagristina@yahoo.it.
Fabrizio Rocchetto, SIPsIA Roma. Membro Ordinario SPI. Psicologo Psicoterapeuta, Docente Incaricato IW- Istituto Winnicott Roma. E-mail: fabrizio.rocchetto@spiweb.it.
Francesca Tranquilli, SIPsIA Roma, Psicologa Psicoterapeuta. E-mail: tranquilli_francesca@hotmail.it.
Valentina Trombacco, SIPsIA Roma. Psicologa Psicoterapeuta. Vicepresidente dell'A.P.S. ETNA-Progetto di Etnopsicologia Analitica. E.mail: valentinatrombacco78@gmail.com.

Memorie dal sottosuolo

di Giuseppe A. Messina

"Presi nel vortice di questo tempo di guerra, privi di informazioni obiettive, senza la possibilità di considerare con distacco i grandi mutamenti che si sono compiuti o si stanno compiendo, o di prevenire l'avvenire che sta maturando, noi stessi non riusciamo a renderci conto del vero significato delle impressioni che urgono su di noi, e del valore dei giudizi che siamo indotti a pronunciare."
(Freud, Considerazioni attuali sulla guerra e la morte, 1915, p. 123)

"Mi sembra che il termine "angosciato" sia applicabile quando un individuo è dominato da un'esperienza [...] che egli non può né evitare né capire, quando cioè egli è per la maggior parte inconsapevole della ragione di ciò che sta succedendo"
Ricordi della nascita, trauma della nascita ed angoscia (Winnicott, 1949, p. 219)

Uno sguardo d'insieme: Covid-19 e lockdown

A partire da dicembre 2019 il mondo è stato aggredito a cascata dal Covid-19, le nazioni come tessere di un domino inarrestabile, il lockdown come unica soluzione all'incedere del contagio. Le istituzioni, appellandosi al senso di responsabilità del singolo per il bene della collettività hanno introdotto, per decreto legge, una notevole limitazione della libertà. Di fronte al progredire del contagio da un lato, e alla reclusione in casa dall'altro, tutti abbiamo esperito un'emozione di gran confusione. Questa confusione mi sembra possa ben rispecchiare il senso di spaesamento improvviso a cui ognuno di noi è stato sottoposto nei mesi appena trascorsi. La quotidianità è stata interrotta, i ritmi delle nostre vite, i piccoli gesti rituali e regolari, la prevedibilità dell'istante successivo a

quello che vivevamo è stata messa in crisi. Il susseguirsi frenetico dei decreti ministeriali, giorno dopo giorno, ha innalzato drasticamente il nostro livello di allarme di fronte a una minaccia invisibile. In questi momenti così concitati non siamo riusciti a fare appello alle nostre capacità di pensiero, allo sguardo critico, alla competenza tipicamente umana di problematizzare i fenomeni con il fine di osservarli e capirli. Gli eventi hanno corso più velocemente della nostra capacità di pensarli e ci siamo ritrovati con le sole emozioni grezze, forti e nette: confusione, rabbia, tristezza, paura, angoscia. Queste emozioni, private della mediazione del pensiero, hanno portato ad assaltare treni in fuga verso casa, ad assaltare supermercati alla ricerca di cibo, a radunarsi in parchi pubblici per godersi un po' di sole. Questi atteggiamenti, se subiscono solo condanna e giudizio, seppur condivisibili, corrono il rischio di non essere compresi nella loro profonda natura affettiva della vita psichica. Come possiamo soltanto giudicare chi ha avuto paura di non poter tornare dai propri affetti? Come possiamo solo rimproverare chi ha temuto che il cibo non ci fosse più per tutti? Come possiamo esclusivamente condannare chi, alla ricerca di serenità, si è diretto nei parchi pubblici per godersi il sole assieme ai propri cari? Certo, la responsabilità civile ci porta a condannare tutto questo e tuttavia i giudizi categorici e affrettati, allo stesso modo delle emozioni grezze, arrestano il pensiero e lo paralizzano, non consentendoci di interrogarci oltre. Il giudizio ferma l'interrogativo. La ragione umana ci spinge a capire cosa muove le persone in questa direzione e questa ricerca credo ci condurrà a lidi che pensavamo dimenticati e sconosciuti.

La quarantena: l'emergere dell'angoscia e degli interrogativi

L'esperienza della quarantena ci ha esposto a un livello notevole di angoscia intesa come qualcosa di inevitabile e incomprensibile. Il titolo del lavoro, *Narrazioni dal sottosuolo*, è liberamente preso a prestito dalle *Memorie dal sottosuolo* di Dostoevskij (1864), un libro che ci mostra il ripiegamento di un uomo verso il suo interno. Per aiutare gli altri si deve prima di tutto aiutare se stessi, solo così si può provare a offrire qualcosa di solido a chi cerca aiuto. Questa ricerca interiore è un baluardo che ogni giorno si ripete e su cui fondo il mio lavoro con i pazienti. Abbiamo vissuto giorni complessi, fatti di molte e diverse emozioni, spesso contrastanti. La quarantena che ci ha tenuto in casa sembra aver portato ognuno di noi a contatto con il suo principale coinquilino, se stesso. Abbiamo scoperto dunque che abbiamo dentro volti, immagini, suoni, odori, emozioni diverse e poliedriche, contraddittorie. La scoperta di un interno così ricco e oscuro ha messo a dura prova la presunta conoscenza di sé che spesso ostentiamo, alcune emozioni sono state così tenaci e intense che ci hanno sorpreso. Potremmo chiederci, a posteriori, in quale misura queste emozioni siano sempre state lì, coperte dal frastuono del quotidiano, e in quale misura siano emerse dallo specifico momento della quarantena. Forse ognuno ha una sua diversa misura di questo, ma quel che è certo è che entrambe le questioni sono lì, intrecciate soggettivamente. Da una parte c'è qualcosa che c'è sempre stato e che non abbiamo voluto vedere, dall'altra c'è stato qualcosa di specifico di quel momento: forse non è importante distinguere, forse è importante riscoprirsi in compagnia di sé stessi. Questa convivenza con sé stessi, sempre presente quanto trascurata, è emersa con forza e ha obbligato chiunque di noi, con qualche riserva che proverò a esporre più avanti, a confrontarcisi.

Mondo interno ed esperienza del tempo: un capovolgimento e un'ipotesi

In tal senso mi sembra interessante osservare, per cominciare, la questione del tempo. Il tempo della quarantena è stato da un lato svuotato, svuotato dalle

azioni e i ritmi del quotidiano, dall'altro è stato troppo pieno di emozioni che ci hanno chiesto di essere viste e comprese. Se nel quotidiano il tempo è pieno di azioni, impegni, appuntamenti, e le emozioni sono trascurate, vuote, non viste; allora il tempo della quarantena è stato pieno di emozioni, pensieri, impulsi, e vuoto di azioni, impegni e appuntamenti. Proseguendo per questa direzione mi sorge un'ipotesi: che il tempo della quarantena abbia rappresentato il negativo del tempo del quotidiano. Questo capovolgimento del tempo ci ha forse mostrato l'altra faccia della luna, quella che generalmente non vediamo. Così, il venir meno del mondo esterno, che fa emergere l'esistenza di un mondo interno, è diventato foriero di angoscia e di inquietudine. Abbiamo toccato con mano, più che in altre occasioni, che il mondo esterno è generalmente controllabile perché sottoposto alla nostra possibilità di agire, le azioni ci permettono di modificare e incidere nel mondo esterno, e invece sembriamo sprovvisti di mezzi adeguati per incidere nel mondo interno. Il mondo interno non è direttamente modificabile attraverso azioni concrete, non esistono operazioni semplici per poterlo gestire. La psicoanalisi ci ha mostrato l'esistenza di un mondo interiore, inconscio, oscuro, potente, sempre presente, e la quarantena ce lo ha presentato nel modo più semplice possibile, attraverso la riduzione totale del mondo esterno che prima potevamo controllare attraverso le nostre azioni. Freud in *Pulsioni e loro destini* (1915c), ipotizza un modo attraverso il quale un essere vivente possa distinguere un "fuori" da un "dentro" e mai come durante il lockdown ci è risuonato così significante: «Egli avvertirà da un lato stimoli dai quali si potrà ritrarre mediante un'azione muscolare (fuga), e attribuirà questi stimoli ad un mondo esterno; ma dall'altro avvertirà pure stimoli nei confronti dei quali una tale azione non servirebbe a nulla, e che, a dispetto di essa, serbano permanentemente il loro carattere assillante; questi stimoli costituiscono l'indice di un mondo interiore, la prova dell'esistenza dei bisogni pulsionali. La sostanza percipiente dell'essere vivente ha in tal modo trovato, nella efficacia della propria azione muscolare, un criterio per distinguere un "fuori" da un "dentro"» (p. 15). La nostra vita psichica è stata privata della sua capacità di dominare gli stimoli esterni attraverso le azioni muscolari e dunque ha fatto risuonare l'interno, un suono per molti di noi sconosciuto e angosciante. Il "pieno" delle vite esteriori, ricche di impegni e appuntamenti esterni, che prima fungeva da contraltare e contrappeso al "vuoto" delle vite interne, è venuto meno. Ci siamo ritrovati alle prese con un "vuoto" interiore che è quanto mai "pieno" e ci ha chiesto di essere visto e considerato. Se dunque si può ipotizzare che il tempo della quarantena è stato il negativo del tempo del quotidiano, il suo scorrere soggettivo è inevitabilmente diverso. Lo scorrere del tempo che abbiamo vissuto è stato nella maggior parte dei casi esperito come interminabile, il contatto con l'interno è stato fonte di stimoli insopprimibili e allora possiamo provare a chiederci a posteriori cosa c'è in questo interno.

Traumatismo presente e passato: perdita di mondo e di significato

Il trauma, per come siamo abituati a considerarlo linguisticamente, ci fa venire in mente un trauma fisico come ad esempio battere la testa, o un trauma psichico, come la perdita di una persona amata. In questo senso possiamo ben dire che il Coronavirus e la conseguente reclusione in casa è stata un trauma, fisico e psichico: fisico perché il nostro corpo è stato limitato nella sua attività di movimento; psichico perché le nostre vite sono state irrimediabilmente impoverite di relazioni e affetti corporei. Questo nel migliore dei casi. Molte persone hanno esperito traumi e perdite ben più prorompenti: chi ha perso persone amate a causa del virus; chi ha perso il lavoro quindi il sostentamento economico e dunque un orizzonte futuro;

chi vive all'estero lontano dai propri affetti ed è stato impossibilitato a raggiungerli; chi è stato recluso in una casa troppo piccola per tutti. Questo è solo un breve e parziale elenco dei traumatismi cui il virus ci ha esposto. Questo modo di concepire il trauma, per eventi accaduti, non ci aiuta a coglierne l'essenza più intima: l'esperienza del trauma è più propriamente l'esperienza di non riuscire a fornire un senso a ciò che accade. Il trauma esiste laddove l'individuo non ha sufficienti risorse psichiche per significare ciò che sta succedendo e in questo senso ogni volta che c'è un trauma c'è un fallimento della capacità di comprensione. In quest'ottica il trauma diviene un'esperienza universale, comune a qualunque essere umano. Il trauma appare dunque come un corpo estraneo, un ospite all'interno della psiche, senza nome e cognome, senza rapporto con le altre componenti. Questo ospite ha un enorme capacità, per così dire, magnetica. Il trauma che abbiamo esperito, e che in parte stiamo ancora vivendo, la progressiva riduzione del mondo alle nostre case, insieme ai particolari casi che ho provato brevemente a elencare, ha una capacità di richiamare a sé altri traumi precedentemente vissuti, come per associazione. Freud, nel saggio metapsicologico sulla rimozione, ci mostra chiaramente questo processo: «[...] la rimozione propriamente detta, colpisce i derivati psichici della rappresentanza rimossa, oppure quei processi di pensiero che pur avendo una qualsiasi altra origine sono incorsi in una relazione associativa con la rappresentanza rimossa. In forza di tale relazione queste rappresentazioni incorrono nello stesso destino di ciò che è stato originariamente rimosso. La rimozione propriamente detta è perciò una post-rimozione» (1915b, p. 38). Quanto detto significa che questa esperienza traumatica che abbiamo vissuto e continuiamo a vivere, non è soltanto qualcosa che la nostra psiche prova attivamente a rimuovere sospingendola nell'inconscio ma è anche qualcosa che è attratta dai contenuti traumatici rimossi già presenti nell'inconscio stesso. Tutto ciò che non ha trovato significato prima è un magnete capace di attrarre a sé tutto ciò che non trova significato adesso e viceversa. Quanto appena detto ci permette di vedere un po' meglio cosa ci accade, il dolore di oggi si associa ai dolori passati e noi non riusciamo a distinguere il passato dal presente che dunque ci si presenta esclusivamente sotto forma di angoscia senza nome. Questa peculiare condizione in cui ci ritroviamo immersi mette in moto una serie di operazioni psichiche di grande rilievo che proverò a mostrare.

Il trauma umano: la vita e la morte

La scelta di due esergo per questo lavoro, il primo tratto da *Considerazioni attuali sulla guerra e la morte* di Freud (1915a) e il secondo tratto da *Ricordi della nascita, trauma della nascita ed angoscia* di Winnicott (1949), la devo alla mia profonda convinzione che la vita e la morte siano due facce di una stessa medaglia. Questa medaglia è assai misteriosa, nei suoi lati più esterni addirittura incomprensibile. Ecco dunque la relazione con il trauma: la nascita, e ancor prima l'accendersi del battito cardiaco nell'embrione, così come la morte, e ancor prima il decadimento inarrestabile delle funzioni vitali, sono gli estremi traumatici, per definizione dunque incomprensibili, in mezzo ai quali viviamo. Il Coronavirus ha ricordato all'essere umano la cosa che più si sforza di arginare, di dimenticare, di rimandare, di delegare ad altri, di negare per se stesso: la morte. La morte, nonostante razionalmente ognuno di noi sia pronto a riconoscerla come fatto ineluttabile, segue tutt'altro destino nella vita psichica, essa è negata. Saremmo in grado di vivere e sopportare la vita se sapessimo che abbiamo una certa probabilità di contrarre malattie mortali, di essere coinvolti in incidenti stradali, di subire calamità naturali, di essere, in una parola, al termine? L'apparato psichico

ben si difende, fin dalla notte dei tempi, trattando la morte con grande ambivalenza emotiva. La morte rappresenta il più grande e potente limite di fronte al quale l'essere umano assume un atteggiamento estremamente ambivalente: da una parte la morte è riconosciuta come un fatto, fatto però da attribuire agli altri estranei, vale a dire che quando la morte sopraggiunge per altri esseri umani lontani non ci tocca, è cronaca; dall'altra parte è negata in quanto fine della propria vita. In tal senso si presenta un caso particolare, a ognuno di noi purtroppo noto, in cui questa ambivalenza è messa alle strette, in cui questa operazione psichica mostra la sua precaria tenuta: la morte di un nostro caro affetto. Quando una persona amata muore siamo di fronte all'impossibilità di assumere una delle posizioni ambivalenti descritte, siamo costretti a fare i conti con la morte come possibilità concreta e per un attimo possiamo quasi estendere questo pensiero al fatto che accadrà anche a noi. Il Coronavirus ha ricordato a tutti questa verità quotidianamente negata. Freud ci ricorda che «In verità è impossibile raffigurarci la nostra stessa morte, e ogni volta che cerchiamo di farlo possiamo costatare che in effetti continuiamo ad essere ancora presenti come spettatori. Perciò la scuola psicoanalitica ha potuto anche affermare che non c'è nessuno che in fondo creda alla propria morte, o, detto in altre parole, che nel suo inconscio ognuno di noi è convinto della propria immortalità» (Freud, 1915**#quale testo?#**, p. 137).

Il senso e il mondo: necessità umane

L'uomo si distingue da tutti gli altri animali superiori per le sue peculiari capacità di linguaggio. Certo, molti animali presentano capacità di comunicazione estremamente complesse, basti pensare ai cani, ai gatti,

alle api, alle formiche, alle balene, ai delfini e molti altri ancora, tuttavia nessuno di questi, per quanto a noi noto, possiede una capacità interpretante. L'uomo è cioè un interprete. La comunicazione linguistica umana non è una operazione a due, a tale parola corrisponde tale oggetto, bensì un'operazione triadica: tale parola entra in relazione con un interpretante, che assegna, in modo complesso con il proprio mondo interno, a tale oggetto un certo significato (Peirce, 1980). Questa capacità tipicamente umana di interpretare ciò che percepiamo è la stessa capacità che ci ha permesso di vedere nella legna del materiale per costruire una capanna o nel fuoco qualcosa per cuocere i cibi. Questa possibilità di interpretare la realtà è così radicalmente innata al nostro funzionamento mentale che la diamo quasi per scontata e molto spesso finiamo per vedere nelle nostre interpretazioni le sole possibili. Questa capacità fondamentale dell'individuo è la capacità che è messa fuori uso dal trauma. Il trauma, se è veramente tale, non ha interpretazione, non ha parole, è una cosa, sempre uguale a sé stessa, non sottoponibile a prospettive. Come abbiamo visto quanto è accaduto fuori è entrato in risonanza con quanto è già accaduto dentro e chiede alla capacità interpretante umana un senso, un'operazione psichica che attribuisca un significato, qualcosa che lo faccia uscire dalla condizione di insensato. Questo si traduce, accanto a un panorama di nuovi pazienti che chiedono aiuto per una sofferenza di cui non capiscono l'improvvisa origine, in un'alacre produzione di sensi e significati, non sempre adeguati, spesso sostenuti dal diniego.

Teorie, narrazioni e fake news: questioni legate all'angoscia

In questo senso appare molto interessante un fenomeno da sempre accaduto nella storia di fronte alla riduzione del mondo e al traumatismo collettivo: il proliferare di storie e di informazioni, il moltiplicarsi di narrazioni e invenzioni. Chiunque di noi ha avuto un familiare che ha esperito la guerra si è imbattuto in narrazioni molteplici e contraddittorie, in teorie curiose e storie inverosimili, già ai tempi della seconda guerra mondiale la psicoanalisi se ne è occupata (Bonaparte, 1946). Questa attività può avere, secondo il modo di vedere psicoanalitico, almeno due importanti ragioni: la prima è evidenziabile in un movimento di riempimento di ciò che è vuoto, di fronte a una riduzione del mondo e delle capacità di fare esperienza, le storie sono un tentativo di colmare ciò che non c'è; la seconda è un tentativo di fornire spiegazioni esterne a ciò che è interno, uno spostamento del problema dall'interno all'esterno, potendo così, tramite questa operazione, assegnargli nome e cognome. Ad esempio stiamo assistendo, sin dalla quarantena, alla copiosa produzione di teorie di complotti, questi complotti avrebbero precisi mandanti e precisi interessi, con l'intento di assoggettare l'umanità. Queste teorie e narrazioni ben ci mostrano quanto sto dicendo, l'angoscia senza nome, esperita solo come impotenza e inquietudine, trova la possibilità, per così dire, di essere trasferita all'esterno e quindi combattuta. In questo senso appare allarmante evidenziare che accanto al trauma collettivo in cui siamo inseriti e dunque al trauma personale che in ognuno risveglia, esiste una dimensione sempre più presente di diniego onnipotente: ad esempio le recenti manifestazioni no-mask o no-Covid.

PER APPROFONDIRE

BONAPARTE M. (1946), *Il corpo*, vol. XI: *Miti di guerra*, 16-39**#si tratta di pagine?#**, 2005 **#casa editrice?#**.

DOSTOEVSKIJ F. (1864), *Memorie dal sottosuolo*, Feltrinelli, Milano 1995.

FREUD S. (1915a), *Considerazioni attuali sulla guerra e la morte*, in Id, *Introduzione alla Psicoanalisi e altri scritti*, vol. VIII: *Opere (1915- 1917)*, Bollati Boringhieri, Torino 1976 (pp. 119-48).

ID. (1915b), *Metapsicologia, La rimozione*, in Id., *Introduzione alla Psicoanalisi e altri scritti*, vol. VIII: *Opere (1915- 1917)*, Bollati Boringhieri, Torino 1976 (pp. 36-48).

ID. (1915c), *Metapsicologia, Pulsioni e loro destini*, in Id., *Introduzione alla Psicoanalisi e altri scritti*, vol. VIII: *Opere (1915- 1917)*, Bollati Boringhieri, Torino 1976 (pp. 13-35).

PEIRCE C. S. (1980), *Semiotica*, a cura di M. Bonfantini, L. Grassi, R. Grazia, Einaudi, Torino.

WINNICOTT D. (1949), *Ricordi della nascita, trauma della nascita ed angoscia*, in Id., *Dalla Pediatria alla Psicoanalisi* (p. 211-233), **#Giunti,#** Psycho, **#Firenze#**1975.

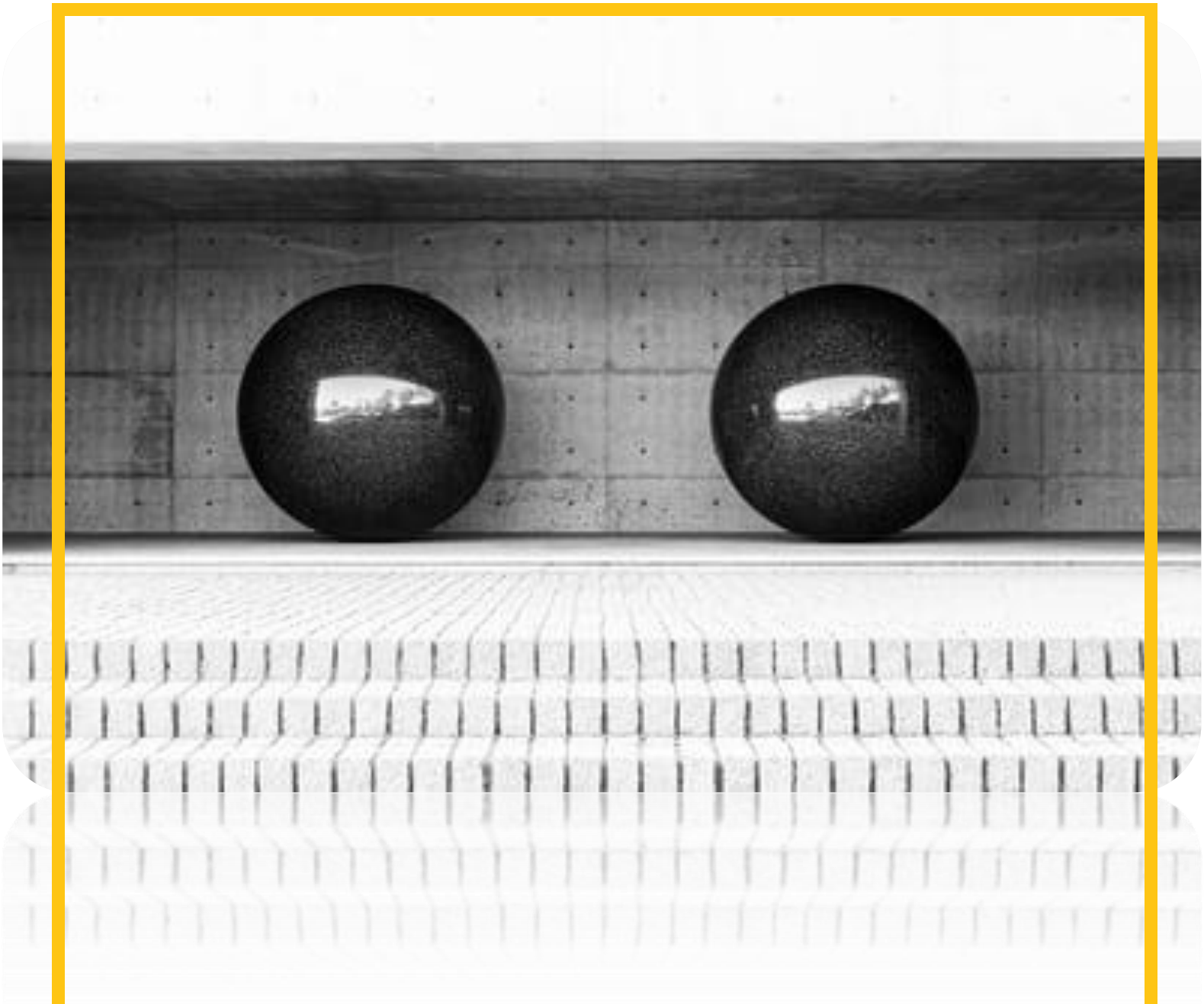
SULL'AUTORE

Giuseppe Andrea Messina, diplomando Scuola di Specializzazione ARPAD Roma. Psicologo, vicepresidente Officine Psicologiche APS, E-mail: giuseppeandrea.messina@gmail.com

La psicoterapia in presenza durante il Covid

Di Alessandra Maserati

La società contemporanea, già da anni pervasa a livello globale da un forte senso di incertezza dovuto a crisi economiche e sociali è precipitata, nel giro di pochi mesi, in una crisi sanitaria mondiale che ha diffuso paure, inquietudini, sofferenze e amplificato enormemente preoccupazioni e sfiducia nel futuro.
All'inizio della diffusione della pandemia, nei primi giorni in cui il governo decideva la chiusura totale, le scuole già interrotte, nella mia mente si sono affastellati pensieri diversi, inquietanti, angosciosi. Sentivo l'impellenza di decisioni da prendere e di fare alcune scelte di fondo riguardo ai pazienti.
La risoluzione di mantenere le sedute in presenza, a studio, per chi volesse tra i pazienti che erano già in psicoterapia, è stata dettata dall'intenzione di offrire loro la possibilità di mantenere una stabilità, in un momento in cui tutto si stava precipitosamente modificando. La mia scelta è stata una personale risposta a un bisogno inconscio di mantenere una continuità, di costruire un ponte tra il prima e il dopo; come scrive l'Algini "Siamo anche noi analisti ad aver bisogno di mantenere le sedute e a proporne la continuazione. Aiutare l'altro a transitare sui ponti sospesi è pur sempre riuscire ad attraversarli noi stessi."
Avvertivo che la spinta a 'resistere', mantenendo aperto un porto sicuro nella tempesta, era sostenuta da un livello sopportabile di preoccupazione e di angoscia dentro di me e dal riuscire a mantenere sufficientemente sotto controllo i vissuti persecutori che dilagavano intorno, offrendo in tal modo la possibilità di 'rimanere accanto al paziente' anche fisicamente.
Naturalmente centrale in quest'esperienza è stato l'ascolto delle mie emozioni e dei vissuti più profondi.
Questa terribile epidemia, ci ha convocati, tutti, pazienti e analisti nello stesso momento su uno stesso piano. Ha creato una vicinanza tra noi, un'intimità del sentire, una intensa condivisione empatica che si è aggiunta ai vissuti profondi che di solito ci legano ai nostri pazienti. Si condividevano angosce e timori comuni che nascevano e imperversavano intorno e dentro di noi.
Il mio sforzo è stato quello di ricercare continuamente la 'giusta distanza' (il metro simbolico che si stabilisce sfiorandosi i gomiti), per mantenere quel "atteggiamento professionale" di cui parla Winnicott (1960a), che ci permette di riconoscere e padroneggiare il nostro vissuto distinguendolo da quello del paziente.
Una considerazione ulteriore che mi ha spinto a continuare le sedute a studio, è stata la riflessione che lo strumento tecnologico fosse limitante in quanto priva la comunicazione tra analista e paziente di quegli elementi sensoriali, talvolta quasi impercettibili, che arricchiscono lo 'stare insieme' rendendo anche possibile, soprattutto coi bambini un 'fare insieme'.



Nelle terapie che sono invece proseguite su Skype, è stato molto complesso tentare di accorciare quella distanza che la videochiamata impone; a volte lo sforzo di colmare l'impoverimento degli elementi sensoriali che arricchiscono l'incontro analitico nella stanza di terapia acutizzava la vista come un estremo tentativo di catturare tutto ciò che lo strumento tecnologico trasmetteva. Nelle videochiamate si verificava una sorta di 'iperattenzione' come estremo tentativo di riempire 'le parti mancanti', anche a discapito talvolta di un ascolto fluttuante, non focalizzato con cui normalmente ci disponiamo ad ascoltare il paziente. Erano volti senza corpi quelli che si ritrovavano a guardarsi negli schermi. Il corpo con la sua concretezza, aspetto centrale nei vissuti adolescenziali era pressocché assente in quest'esperienza a distanza.

Il paziente in seduta porta il proprio vissuto attraverso la descrizione di relazioni, eventi, spazi e oggetti che animano la sua vita. Con l'introduzione del collegamento da remoto, di fatto lo spazio della seduta si è allargato, la videocamera ha aperto un varco nella dimensione privata e familiare del paziente ed elementi reali, quali voci, oggetti personali, scorci dell'ambiente domestico sono entrati in gioco più o meno discretamente, portando spesso distrazione, confusione e un senso di

perdita della cornice spaziale e temporale che racchiude l'incontro terapeutico (si pensi per esempio alla difficoltà incontrata talvolta nel mantenere la privacy della seduta). Lo strumento tecnologico mentre permetteva un contatto a distanza tra analista e paziente si interponeva come un diaframma separante, nel momento stesso in cui li univa virtualmente.
Pertanto, sebbene la relazione on-line tra psicoterapeuta e paziente rappresenti un'opportunità preziosa in situazioni eccezionali, a lungo andare, se non arricchita dall'incontro reale, potrebbe a mio avviso, indebolire la sua potenzialità clinica.
Dunque, per queste ragioni, pur lasciando liberi i ragazzi e le famiglie di decidere come andare avanti, ho offerto la possibilità di proseguire le sedute a studio riscontrando, di fronte a questa opportunità, una grande disponibilità, gradimento e un certo sollievo da parte della maggior parte di loro.
Chi ha deciso di proseguire le sedute in presenza non manifestava particolari timori riguardo al rischio del contagio, mostrando invece di sentirsi sufficientemente garantito dalle misure volte a salvaguardare un'adeguata sicurezza sanitaria (mascherina, ricambio d'aria, igienizzazione delle superfici e degli ambienti e distanziamento), a cui si è adattato tranquillamente.
Il proseguimento delle sedute in un ambiente in cui gli elementi esterni che articolano lo spazio fisico e relazionale dell'incontro terapeutico restavano pressoché invariati ha permesso dunque di preservare una continuità in una fase in cui tutto era rapidamente cambiato. L'elemento ricorrente che emergeva nel vissuto dei pazienti era il bisogno di ritrovare una normalità in un contesto in cui niente era più come prima, tutto era saltato.
L'epidemia ha diffuso un senso di insicurezza e di sfiducia per la mancanza di certezze e di conoscenze, costringendoci a misurarci con un forte senso di imprevedibilità e indeterminatezza, facendosi sentire in balia di un nemico invisibile che circolava tra noi e infondendo un senso di morte. La paura che serpeggiava poteva facilmente diventare panico diffuso, la mancanza di certezze poteva alimentare comportamenti morbosi, fino a sviluppare ossessioni e fobie verso la malattia incarnata nell'altro-sconosciuto, trasformandolo nel nemico-untore. Faticosi provvedimenti restrittivi hanno suscitato sentimenti di disagio, sofferenza, rabbia a causa delle privazioni che amplificavano molte difficoltà e angosce. Il coronavirus ci ha bloccato fisicamente relegandoci in ristretti spazi condivisi, immobilizzandoci emotivamente in una fissità spazio-temporale in cui tutto era sospeso, in attesa. L'allungarsi dei tempi via via alimentava uno stato di malessere sempre più marcato, mettendo a dura prova la tenuta psichica di ciascuno. Le restrizioni prolungate nel tempo e l'isolamento hanno alterato la percezione temporale: una dimensione di sospensione, l'esperienza di un tempo dilatato, una sensazione di rallentamento quasi di immobilismo, un tempo indifferenziato, non più cadenzato dai ritmi quotidiani e naturali.
Si diffondevano tra le persone vissuti che andavano a slatentizzare aspetti rimasti quiescenti, sospesi, nascosti, che in seguito a un'esperienza così intensa e potenzialmente sconvolgente hanno preso corpo in maniera violenta.
Il bisogno di continuità, paradigma centrale dell'esperienza analitica, sembra aver trovato una risposta nel mantenimento delle sedute in presenza. Il sentirsi accolto fisicamente in un luogo protetto in un abbraccio simbolico, in un momento in cui venivano meno legami, attività, divertimenti, libertà ha permesso al paziente di sperimentare un sentimento di costanza e di affidabilità che contrastava con il dilagante senso di pericolo e di precarietà.
In una fase in cui le famiglie si sono trovate riunite a condividere una quotidianità prolungata e totalizzante in ambienti comuni e talvolta ristretti, in cui non si riusciva sempre a garantire il

rispetto di uno spazio privato, al riparo dal rischio di intrusioni familiari, le sedute a studio hanno mantenuto uno luogo e uno tempo distinto e protetto. E per i ragazzi ha significato anche, soprattutto nella fase del lockdown, un'occasione autorizzata per poter uscire. Espressioni come "una boccata d'aria", "uno stacco", "un momento tutto per me", "finalmente sola coi miei pensieri", "ora che sono qui ti posso raccontare..." erano le prime comunicazioni liberatorie appena arrivati in seduta.

Le emozioni prevalenti che circolavano nelle sedute coi ragazzi esprimevano principalmente la preoccupazione per la salute propria e quella altrui, parenti e conoscenti, il malessere per il forte senso di isolamento e di oppressione incombente, l'assenza di contatti reali, lasciando emergere vissuti depressivi che affioravano lentamente in modo più distinto. Sentimenti esasperati dalle difficoltà contingenti e dal senso di indefinitezza temporale che hanno alimentato e accresciuto angosce individuali in ogni singolo paziente.

La pandemia naturalmente ha permeato ciascuna psicoterapia evidenziando come l'esperienza del covid abbia enormemente amplificato i vissuti caratteristici dei pazienti adolescenti: un senso di sbandamento, un sentimento di disorientamento verso la dimensione dello sconosciuto e dell'alieno, una ricerca compulsiva di mascheramenti

identitari, conformisti o trasgressivi a cui attenersi, sentimenti di perdita, di frattura, di morte e un bisogno di certezze a cui aggrapparsi.
La possibilità di preservare costante uno spazio privato e protetto sembra aver facilitato un collegamento tra un prima e un dopo, aver gettato 'un ponte' che permettesse di superare un vuoto, evitando una spaccatura, facilitando una prosecuzione più fluida, tra incertezze e intermittenze, senza eccessiva discontinuità. Un luogo 'contenitore' in cui sentire di venire accolti e contenuti in una fase particolarmente inquietante.
Le sedute in presenza con gli adolescenti hanno offerto inoltre la possibilità di sperimentare insieme, terapeuta e paziente, come accostare il rischio dell'incontro. Il modo del terapeuta di usare i propri vissuti, i sentimenti e le emozioni con gli adolescenti, nel senso di Gutton, avviene "come in una interazione modesta un po' complice con l'adolescente necessaria ad una intersoggettività".
Nella seduta si era protetti e celati parzialmente dalla mascherina, a una certa distanza, dopo essersi igienizzati le mani, elementi che portavano a percepire l'altro più distante ed estraneo. L'insofferenza e la fatica mostrata per queste disposizioni di sicurezza, unico compromesso possibile per incontrarsi, sembravano simboleggiare il lavoro analitico con l'adolescente: un processo costituito da movimenti oscillanti di smascheramento e occultamento alla ricerca della dolorosa individuazione di parti di sé, come il ripetuto giocherellare con la mascherina; l'avvicinare i propri sentimenti profondi per poterli conoscere, trovando la giusta distanza per poterli guardare; accostare aspetti spaventosi, come quelli relativi alla scoperta della propria affettività/sessualità, sentimenti che provocano discordanti emozioni, dalle quali ci si vorrebbe talvolta sentire 'sterilizzati' oppure alle quali ci si vorrebbe abbandonare.
Altro aspetto centrale nell'adolescente è collegato al vissuto corporeo, un'immagine evanescente del proprio corpo in trasformazione che in questa fase diventa sconosciuto e perturbante, fonte di inquietudine e di disagio, ma anche veicolo di desiderio e di eccitazione, alla ricerca di contatto fisico, di vicinanza, di incontro. Un incontro impossibile durante la pandemia perché il corpo dell'altro diviene improvvisamente uno spaventoso veicolo di infezione, un pericoloso portatore di malattia e di morte. L'altro eccita e spaventa, è insieme amico e nemico. In una fase evolutiva in cui è ancora in corso un processo di separazione e individuazione con aspetti di indistinzione tra sé e l'altro, il pericolo di contagio fisico può divenire, per trasposizione, anche un rischio di contagio psichico, di intrusione psichica.
Dopo un iniziale periodo in cui ha dominato un senso di disorientamento, di impotenza e un sentimento d'angoscia pervasiva, soprattutto nei ragazzi, è emerso il bisogno di contattare e ricercare aspetti vitali. Lo stravolgimento dell'esperienza dell'isolamento in alcuni casi dunque è divenuta un'occasione per avviare un processo trasformativo, che ha rivelato straordinarie risorse psichiche per fronteggiare la nuova dimensione. L'esperienza quotidiana a cui la pandemia ci ha esposti tutti quanti, ha reso necessario un percorso di scoperta e accettazione dei propri limiti alla ricerca di un proprio passo verso un nuovo equilibrio.
Il coronavirus ha posto anche ciascuno di noi, come i nostri pazienti, di fronte alla necessità di immaginare cambiamenti necessari e inarrestabili, talvolta molto dolorosi, confrontandoci con i nostri limiti, paure e angosce più profonde, alla scoperta di risorse straordinarie per favorire un passaggio trasformativo verso una nuova dimensione.

PER APPROFONDIRE

ALGINI M. L., *Strane sedute nel tempo del Covid*, comunicazione interna.
AULAGNIER P. (1975), *La violenza dell'interpretazione*, trad. it., Borla, Roma 1994.
BION W. B. (1962), *Apprendere dall'esperienza*, trad. it., Armando, Roma 1990.
CASONI A. (2008), *Adolescenza liquida. Nuove identità e nuove forme di cura*, EDUP, Roma.
GUTTON P. (2002), *Psicoterapia e adolescenza*, trad it., Borla, Roma.
MOLLI A., *L'adolescente contemporaneo: alieno confuso atterrato su un pianeta sconosciuto?* in Richard e Piggle, 24, 1, 2016.
LEMMA A. (2018), *Pensare il corpo*, Giovanni Fioriti Editore, Roma.
L. J. MARTÍN CABRÉ, *L'empatia e l'elasticitá psicoanalitica*, in sippnet.com.
WINNICOTT D. W., (1960a), *Il controtransfert*, in Id., *Sviluppo affettivo e ambiente* (1965), trad. it., Armando, Roma 1994.
ID. (1960b), *La distorsione dell'io in rapporto al vero ed al falso Sé*, in Id., *Sviluppo affettivo e ambiente* (1965), trad. it., Armando, Roma 1994.
ID. (1967), *La funzione di specchio della madre e della famiglia nello sviluppo infantile*, in Id., *Gioco e realtà* (1971), trad. it., Armando, Roma 1974.

SULL'AUTRICE

Alessandra Maserati, S.I.Ps.I.A Roma. Psicoterapeuta dell'Infanzia, dell'Adolescenza e della Coppia. E-mail: alessandra.maserati@gmail.com.

Dalle nostre letture

P.
La mia adolescenza trans

Di Fumettibrutti, Feltrinelli Comics, 2019

Commento di Giuseppe Preziosi

E caddi, come corpo morto cade
(Dante Alighieri, Inferno, canto V)

Come dare fuoco al tuo ragazzo
Alla tua stanza o al tuo palazzo
O a tutta la città o al mondo intero
Che anche se non sembra vero
è tutto dentro la tua pancia
Signorina primavolta dopo la primavolta
La primavolta non è più
(Tre Allegri Ragazzi Morti, 2004)

C'è un certo scarto tra Josephine Yole Signorelli, l'autrice di questa graphic novel, che ho incontrato per caso nella mia bolla personale di Twitter, e P., il protagonista di questo racconto, dichiaratamente autobiografico. In questo scarto c'è il percorso di crescita che fonda la narrazione. Di questa giovane ragazza fumettista mi colpirono le tavole spiazzanti che pubblicava più volte a settimana, immediate e semplici, grossolane e "scandalose". In questi tempi di *haters*, mi sembrava si divertisse a essere sempre un passo avanti ai commenti volgari e scurrili che seguivano ai suoi post. Non conoscevo le sue opere, né la sua storia (Yole Signorelli ha pubblicato in precedenza un altro libro per Feltrinelli dal titolo *Romanzo esplicito* dove narra un'altra parte della sua storia personale) ma ho continuato a sorridere delle sue vignette.

Con P. non c'è niente da ridere.

P. è continuamente braccato, predato, sotto lo sguardo dell'altro. Pensa a scopare, a fumare, non riesce a dire no. La sua vita si muove a scatti in un inarrestabile e doloroso percorso di crescita – è la storia di Yole, che voleva essere una bambina vera e che capisce che in fondo è necessario prendersi cura

del proprio corpo. E tutta questa fatica si scioglie in un momento leggero ed emozionante, quando P. si accorge di avere le tette, di avere finalmente le tette grazie alla cura ormonale che ha intrapreso, e ride e balla e lo urla al mondo: «HO LE TETTE!!».

Ma, ancor di più che la lettura, questo racconto, è un'esperienza che ha a che fare con la cornice grafica e cromatica che le dà forma, cioè le linee, i tratti, i colori, come se questi, forzando la nota citazione di McLuhan (2008), fossero il messaggio stesso dell'opera.

Partiamo dai colori: giallo. Anzi dal bianco. Perché quasi tutto nell'universo di P. è giallo, tranne il corpo che è bianco; persone come spettri, fantasmi, senza ombre, senza tridimensionalità, immagini, una presenza piena, che riempie lo spettro cromatico, qualcosa che è allo stesso tempo *incorporeo* e imminente (viene da pensare alla bianchezza narrata da Melville in Moby Dick[2]). Quasi a conferma, i capelli non sono bianchi ma gialli, ma i capelli si possono tagliare, e il taglio è il punto di inizio della storia, il punto di rottura a partire dal quale P. si avvia al suo percorso di crescita di donna trans**.**

E il giallo? Il giallo è il sole, l'oro, è la nascita, l'elevazione, la fertilità. Ma è anche il colore del collerico, della bile, del traditore. Il giallo allarma, mette in attenzione, ha un che di malsano, di bilioso appunto. Secondo Kandinsky (2005) eccita gli animi, ferisce gli occhi, mette in apprensione, stimola, è il colore della furia cieca, della follia, della frenesia. E nella storia di Yole Signorelli il giallo è quasi onnipresente, a partire dalla copertina, definendo a una certa atmosfera disturbante, di emergenza e di malsano. Al viola è destinato invece lo spettro del ricordo, del flashback. Il nero è contorno, dettaglio, capelli, indumenti. Ma anche paura, mostri, è lo sguardo predatore dei guardoni, è la nera disperazione suscitata dalle parole inconsapevoli di una madre, «sei pur sempre un maschio», è l'oblio e il silenzio del dolore che cancella le parole.

Sono questi quattro colori a definire la storia di P., colori pieni, senza ombre o sfumature, come evidenze, come presenze ingombranti, velate a volte da tessiture in nero. Il tratto invece è come uno schizzo; ha il carattere dell'urgenza, dell'immediatezza, dell'istante che travalica le capacità artistiche ed espressive. Yole Signorelli è un'abile disegnatrice che si guadagnava da vivere ricopiando quadri celebri, ma si affida per raccontare la sua storia a questo tratto disturbante, a volte davvero eccessivo nell'essere gettato sulla pagina quasi con distrazione, sufficienza. È il tempo che vive P., un tempo slabbrato e fulmineo, dello schizzo e dei rapporti consumati, degli incontri in macchina, dei continui passaggi tra scuola, casa, cessi e strada. Luoghi indefiniti, molli, deformabili, come se il tratto nero e continuo fosse solo un contorno che delimita l'interno e l'esterno, spazi che si trasformano, si modellano, cambiano, magari grazie a un incontro quasi accidentale, come quello con cui si conclude il racconto.

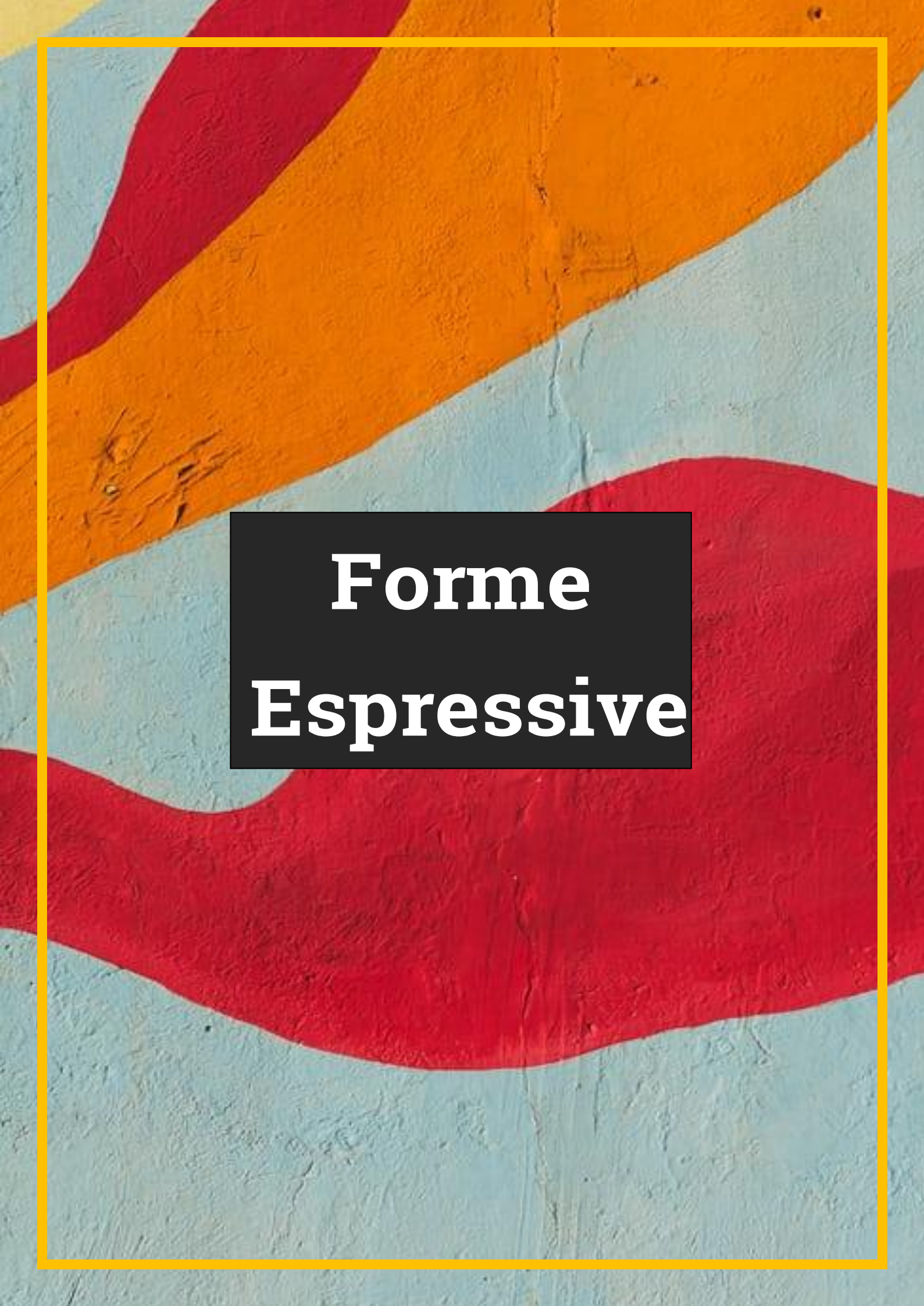
[2]«...pure, malgrado tutte queste accumulate associazioni con tutto ciò che è dolce e venerabile e sublime, sempre cova nell'intima idea di questo colore qualcosa di elusivo che incute più panico all'anima di quel rosso che atterrisce nel sangue. È questa elusiva qualità che fa sì che il pensiero del bianco, quand'esso sia separato da più benigne associazioni e accoppiato con un qualunque oggetto in se stesso terribile, accresca questo terrore fino all'estremo limite [...]. Oppure avviene che nella sua essenza la bianchezza non è tanto un colore quanto l'assenza visibile di colore e nello stesso tempo la fusione di tutti i colori: avviene per questo che c'è una tale vacuità muta e piena di significato in un paesaggio vasto di nevi, un incolore ateismo di tutti i colori, che ci fa rabbrividire?» (1987).

PER APPROFONDIRE

AAVV (2011), *Il libro dei simboli*, Taschen, Colonia.
KANDISKY W. (2005), *Lo spirituale nell'arte*, SE, Milano.
MCLUHAN M. (2008), *Gli strumenti del comunicare*, Il Saggiatore, Milano.
MELVILLE H. (1987), *Moby Dick o la Balena*, Adelphi, Milano.

SULL'AUTORE

Giuseppe Preziosi, Apeiron Roma, Psicoanalista e Psicodrammatista. E-mail: g.preziosi79@gmail.com


Forme
Espressive

Mani Rosse

Regia di Francesco Filippi, 2018

Commento di Anna Vantaggio

Mani Rosse[1] è un bellissimo film di animazione per ragazzi scritto e diretto da Francesco Filippi. Si tratta di un mediometraggio in *stop-motion* e disegni animati uscito nel 2018 che narra la storia di una violenza familiare e che ha ottenuto decine di riconoscimenti in tutto il mondo. È un film che, con delicatezza e tatto, racconta la storia di un trauma intrecciata all'elaborazione di un lutto e alle evoluzioni di un adolescente alle prese con il "divenire grande".

Ho pensato che potesse essere il protagonista del film a raccontare la trama, immaginando il giovane Ernesto entrare nella stanza d'analisi e riflettere sull'esperienza vissuta insieme a Luna, la seconda protagonista della storia.

«Mi chiamo Ernesto, ho 12 anni e non ho mai avuto il permesso di uscire da casa da solo». I miei genitori sono morti quando io ero piccolo e sono cresciuto in una bellissima casa con l'eccentrica zia Grace, che non vuole che io esca per strada da solo, perché lì fuori è pieno di pericoli: «ladri, spacciatori o quelli che con i ragazzini...».

La casa in cui vivo è davvero confortevole, moderna, griffata. Ma è

[11] Il film è acquistabile sul sito di Sattva Films: https://www.michelefasano.it/prodotto/mani-rosse-dvd/

grigia. I colori di Bologna, la città in cui vivo, mi incuriosiscono e non riesco a fare a meno di guardare fuori dalla finestra tutto il giorno. Sono un ragazzo timido, ma anche molto intelligente e trascorro il mio tempo a immaginare le vite degli altri, che attraversano i portici di fronte a casa mia. E proprio sotto questi portici, un giorno, noto un murales: una falce di luna rossa attaccata a un filo che scorre lungo il muro e che mi attrae a tal punto da seguirla. La curiosità prevale e per la prima volta esco da casa da solo, infrangendo il divieto impostomi dalla zia, per il mio bene, per non farmi correre pericoli.

Ed è così che incontro Luna, una ragazza di 14 anni dallo sguardo intenso, profondo, ma anche un po' inquietante. Lei non vive in una casa bella come la mia e sul muro esterno della sua abitazione è affisso questo divieto: "vietato l'ingresso agli estranei".

Io non posso uscire fuori. Lei non può accogliere nessuno dentro. Ma una voce sussurra: «Cosa vi porta a trasgredire un divieto?».

Così, Luna e io non possiamo fare a meno di trasgredire i nostri divieti e ci incontriamo: la prima volta sono rimasto chiuso fuori casa e mi sono fatto male al ginocchio. Svengo, perché non sopporto la vista del mio sangue. Ma la seconda volta, insieme a Luna andiamo in giro per le strade di Bologna a realizzare i disegni sui muri della città. Sì, perché Luna ha un potere speciale, che mi ha lasciato sbalordito e forse anche un po' spaventato: dalle sue mani emana un particolare liquido rosso che le permette di realizzare dei bellissimi disegni ovunque lei voglia. Scoprirò ben presto che quel potere è anche la manifestazione di una grande sofferenza: vive con un padre violento che la maltratta, sua madre non c'è più e il fratello è stato arrestato per spaccio. Suo padre non vuole che lei disegni e ogni volta che la scopre diventa rabbioso, scaraventandole addosso violenza fisica e verbale. Le chiedo perché non voglia e Luna mi racconta: «Avevo 2 anni. Le mie mani cominciarono a produrre questo colore quando vidi per la prima volta mio babbo picchiare la mamma. Questo rosso lo denuncia, ecco perché».

Luna vorrebbe sbarazzarsi delle sue mani, le vorrebbe tagliare e bruciare come una strega. Io non capisco perché e le dico: «A me piacciono i tuoi disegni...ed anche le tue mani. Non tagliarle mai!». E mentre le dico che può rimanere con me tutto il tempo che vuole, Luna mi abbraccia così forte da soffocarmi, rischiando di rompermi il collo. Così capisco quale sia la sua preoccupazione: ha paura di fare del male alle persone alle quali si affeziona. Questa sembra essere la sua esperienza di legame, esperienza che si porta dentro e che la spinge a diventare proprio come il padre. Ma per fortuna non accadrà: riuscirò ad arrivare in tempo. Suo padre verrà denunciato e Luna sarà affidata a una famiglia, avendo l'opportunità di rifarsi una vita lontana da lui.

Ma noi?

Mi è mancata tanto, non sapevo dove fosse. Ho avuto paura di perderla, com'è accaduto con i miei genitori. Ma proprio quando ho lasciato andare questa preoccupazione, accettando a malincuore la possibilità di non rivederla mai più, proprio in quel momento l'ho ritrovata. Noi due, insieme, abbiamo potuto superare i nostri traumi, trasgredendo i mandati familiari che ci imprigionavano dentro una storia che non ci apparteneva veramente.

Chissà se Ernesto, incontrando un terapeuta, avrebbe raccontato così la sua storia e interpretato in questo modo la sua esperienza. Un'esperienza che sembra essere la storia di un incontro profondo, di un incontro "da dentro a dentro" (facendo riferimento al concetto di interpsichico di Stefano Bolognini[2], ossia una modalità di funzionamento che connette due individui, e che non è una

[2] S. Bolognini (2019) *Flussi vitali tra Sé e Non-Sé. L'interpsichico*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

condizione strutturale generale e stabile**:** Ernesto, uscendo da sé stesso, ha incontrato Luna. Luna, accogliendo Ernesto, ha potuto incontrare sé stessa.

Un incontro che attraverso l'Immaginazione ha concesso ai due protagonisti del film di elaborare i rispettivi traumi e di elevarsi insieme verso una vita futura, facendosi carico dei propri dolori e dei propri talenti.

Tra i due giovani adolescenti nasce un amore speciale, un legame così profondo da permettere loro di incontrarsi nel sogno. In questo spazio mentale condiviso, entrambi esprimono liberamente la propria immaginazione, senza filtri e censure. In tal modo, condividendo fantasmi e paure, potranno palesare anche i loro desideri, immaginando e dando forma a pensieri che ancora non potevano essere pensati. E che forse solo in quello spazio condiviso sarebbero potuti emergere, all'interno di un "luogo in comune" e segreto, dove i mandati familiari non hanno avuto il potere di inibire o abortire sul nascere l'espressione autentica delle loro identità personali, con bisogni e attitudini proprie e originali.

Sogno e immaginazione sono gli strumenti che consentono ai due ragazzi di affrontare i propri traumi: Ernesto elabora il lutto della perdita dei genitori; Luna riesce a spezzare la catena della trasmissione intergenerazionale della violenza, affrontando il rischio di identificarsi con l'aggressore. Ma sono anche gli strumenti per poter accedere a una parte del loro Sé ancora sconosciuta: il Sogno rappresenta non solo la via regia per l'inconscio – con l'espressione di desideri rimossi o traumi da elaborare –, ma anche la *via regia per la realtà* (Civitarese[3]); l'Immaginazione diviene – utilizzando le stesse parole del regista del film – «una via per diventare adulti

[3] G. Civitarese (2013), *Il sogno necessario. Nuove teorie e tecniche di interpretazione in psicoanalisi*, FrancoAngeli, Milano.

piuttosto che un luogo dove restare bambini». Un utilizzo creativo, quindi, dell'immaginazione, che consente di aprirsi al mondo, arricchendo la propria esistenza. Distinta da un uso compulsivo e tossico della stessa. L'immaginazione può anche diventare un rimedio letale per compensare stati mentali di vuoto e depressione, sostituendo la vita con una continua fantasticheria fine a se stessa, conducendo verso un impoverimento della mente e a profonde chiusure o veri e propri distacchi dalla realtà.

Nel guardare il film, lo spettatore può abbandonarsi alla fluttuazione tra la realtà e il sogno dei due giovani protagonisti grazie all'utilizzo delle tecniche miste con le quali il film è stato realizzato. La dimensione del sogno, dell'immaginazione e dell'affinità psichica di Luna ed Ernesto è sviluppata in sequenze in 2D (disegni animati); mentre la realtà viene espressa grazie alla tecnica della *stop-motion*, che attribuisce la tridimensionalità ai protagonisti, le cui atmosfere emotive vengono vivificate dalla pittura digitale. Il "peso specifico" della realtà viene intrecciato alla bidimensionalità dell'inconscio, strutturando un ponte tra la mente e il corpo all'interno del quale scorre l'emotività della vita vissuta. Questo permette una forte identificazione con i personaggi, offrendo l'opportunità di confrontarsi profondamente con tematiche ed esperienze che non sempre trovano le parole per essere comunicate.

Luna ed Ernesto. *L'Amor che move il sole e le altre stelle*. Un amore che ha consentito loro di attraversare la *selva oscura* e di elaborare il trauma, spinti dal desiderio e dal bisogno di riconoscimento reciproco, che li ha accompagnati verso la scoperta di se stessi e del mondo.

Un film che sembra ricordare le parole di Selma Fraiberg[4]**:** «La nostra storia non è il nostro destino». Una testimonianza di come si possa ri-scrivere una storia nuova, facendosi carico della paura del cambiamento. Ma anche del "tempo nuovo" che proprio il cambiamento porta con sé.

SULL'AUTRICE

Anna Vantaggio, Aippi Roma, Psicologa Psicoterapeuta, Socio fondatore e Presidente Psifia – Psicoterapeuti per l'Infanzia, la Famiglia e l'Adolescenza – Associazione di Promozione sociale trasformanda in Cooperativa Sociale, Lecce. E- mail: vantaggioanna@libero.it

[4] S. Fraiberg (1999), *Il sostegno allo sviluppo*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

Una parola per volta

Il perturbante

La parola che la Redazione ha scelto per questo quarto numero di Adomagazine è “perturbante”, che ben racconta il tempo del Covid e che, quindi, fa da sfondo a tutti i temi che i nostri autori hanno affrontato.

Perturbante. E perché non disturbante? Oppure turbante? Oppure inquietante? In fondo sono tutti participi presenti che indicano qualcosa che arreca un malessere, un disagio che ci angustia. Eppure esiste un grado più elevato e più complesso di angoscia, in modo meno fisico dei sinonimi suddetti, ma decisamente più emotivo, che è quello indicato dalla psicoanalisi col termine “perturbante”.

La parola *perturbante* dà titolo a un lavoro di Freud del 1919 che, attraverso una precisa ricostruzione filologica che non staremo certo qui ad analizzare, ci spiega che il termine riguarda lo spavento di fronte a ciò che non ci è noto, ma che, al contempo, fa emergere qualcosa di noto che, invece, avrebbe dovuto rimanere nascosto.

Perturbante è, quindi, tutto ciò che attiene allo “spaventoso”, a ciò che genera angoscia e orrore e che attiva in noi un’intensa esperienza emotiva che fa vacillare le nostre certezze, la nostra omeostasi. Più precisamente, un’esperienza emotiva che ci mette in contatto con il non familiare, l’*infamiliare* (secondo l’accezione freudiana), che, in un secondo momento, riconosciamo come non del tutto estraneo in quanto riguarda il ritorno di quanto è stato rimosso nell’inconscio.

Perturbante può essere, quindi, un’opera d’arte, un gioco, un film o altro che riattiva delle componenti emotive che possono diventare, nel momento in cui è stato sollecitato il ritorno del rimosso, produttrici di senso. Altrettanto è accaduto in pandemia: pensiamo al lockdown, all’isolamento richiesto, al silenzio, alla paura, alla solitudine, tutti elementi perturbanti e non consueti che, laddove è stato reso possibile, hanno portato alla luce nuovi elementi emersi dal profondo.

SULL’AUTRICE

Annalucia Borrelli, socio didatta AIPPI, Roma. Psicologa Psicoterapeuta; E-mail: annaluciaborrelli@gmail.com

I GRUPPI DI AGIPPsA

AFPP

AIPPI

APC

APEIRON

APPIA

AREA G

ARPAD

ASNE-SIPSIA-I. WINNICOTT

ASSIA

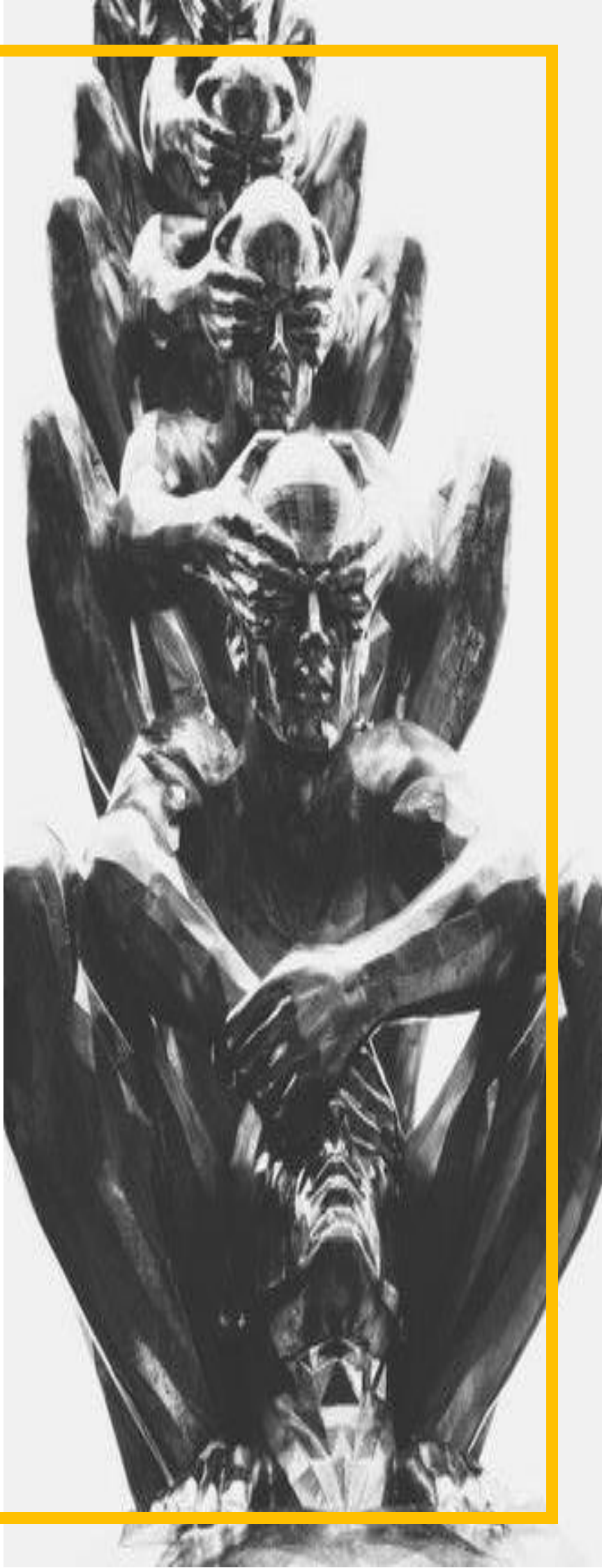
RIFORNIMENTO IN VOLO

CSTCS

GAPP

MINOTAURO

PSIBA

SIPRE

SIPSIA