

FORME DI RESILIENZA. DA THANATOS AD EROS, LA SPERANZA DEL GIOVANE ADULTO

Mariangela Bezzi - Santa Pozzoli¹

Lucia e Anna sono due giovani adulte già in terapia quando irrompe la pandemia.

L'irruzione del trauma collettivo destabilizza un equilibrio precario, con il rischio di scivolare in un agire distruttivo dominato da Thanatos e mosso da un'onnipotenza in cui malattia e morte vengono negate.

La relazione terapeutica diventa ancoraggio e garanzia di resilienza creativa e flessibile a fronte dell'incombere del reale e dell'angoscia di morte ad esso associata.

Lucia

Lucia, studentessa universitaria, ha una patologia organica cronica sorta in età infantile, ma è l'ansia che la porta a chiedere aiuto psicologico, in quanto sta male fisicamente prima e durante gli esami all'università.

Il malessere fisico è per Lucia l'unico modo di stare male, la sua emotività è stata sempre messa da parte. In famiglia la sua sofferenza psicologica è sempre passata inosservata, nonostante le sue insicurezze e nonostante i vissuti depressivi prendano la via di attaccare il suo corpo. Tutto ciò è di difficile decifrazione, lei stessa all'inizio del percorso terapeutico fatica a creare un legame tra psiche e soma, di conseguenza le è impossibile comunicare all'altro il suo mondo interno se non attraverso il corpo.

È in terapia già da tempo quando alle soglie del lockdown esprime timori relativi agli spostamenti con i mezzi pubblici. Non si autorizza a proteggersi, ad esempio utilizzando la mascherina, si vergogna, si sente diversa dalla maggior parte delle persone, visto che ancora non è di uso comune. Avverte la pericolosità del virus, sente che è rischioso per lei più che per gli altri, verbalizza le sue angosce, ma questo non basta a modificare i suoi comportamenti.

La mattina del 9 marzo la contatto per proporle le sedute da remoto, Lucia è sollevata e accetta di proseguire online e solo ora si ferma, non solo con il corpo: *“ora mi sento autorizzata a non fare niente”*.

¹ Psicoterapeuta – Socie ARPAd – Socie Cooperativa Sociale Rifornimento in volo

L'unico posto dove può stare è a casa con la sua famiglia, non prende in considerazione la proposta del ragazzo, Lorenzo, di trascorrere il lockdown insieme *“non posso pensare di poter stare da Lorenzo e non poter tornare a casa nel momento del bisogno vero.... Non ce la faccio”*. Teme di poter stare male, la sua patologia la costringe a fare i conti con la dipendenza verso la famiglia, in particolare verso la madre con la quale Lucia ha un rapporto simbiotico e dalla quale non si è mai separata; ancora oggi le due donne condividono la stanza da letto.

Il tempo di Lucia trascorre lento tra serie tv e giochi al pc; così non pensa e non lascia spazio all'angoscia e alla tristezza che albergano dentro di lei. Il sollievo momentaneo però dura poco e si sente in colpa per non aver studiato, per non riuscire ad utilizzare il tempo in modo produttivo.

Lo spazio terapeutico, anche nella sua modalità virtuale, è l'unico spazio in cui Lucia sente di poter portare la sua tristezza, la sua parte bisognosa. Il clima è teso e la costrizione in casa accentua le discussioni e fa emergere la conflittualità. Lucia non ha la sua stanza, a quanto pare non ha uno spazio né concreto dove stare fisicamente, né interno dove possono trovare dimora i suoi vissuti più profondi.

Ha bisogno di uno spazio privato, costruiamo la nostra stanza virtuale; si appropria della stanza da letto, spazio comune con la madre, per fare le sedute e lascia un po' di tempo per sé dopo la seduta prima di ritornare in famiglia. Proprio ora che sente il bisogno della terapia questa è a rischio, a causa della crisi economica provocata dalla pandemia, la madre spinge affinché Lucia possa concludere, il padre sembra poterla sostenere ma rimane vago e non definisce in che modo; inoltre lo sente poco affidabile e fatica a discostarsi dal pensiero materno. Adesso deve far emergere la sua parte richiedente nonché mostrare il suo bisogno, il suo malessere, anche se inizialmente sembra rassegnata.

La terapia sopravvive, il percorso prosegue, grazie a dei fondi stanziati per l'emergenza Covid-19, ma anche perché Lucia si attiva chiedendo a gran voce al padre e alla madre di non interrompere proprio ora perché sente di stare male, inoltre partecipa attivamente al pagamento delle sedute utilizzando dei soldi suoi.

Si rafforza il legame terapeutico, può far emergere la sua parte indicibile e custodita, portando nella terapia il rapporto con il suo corpo e il sentimento di vergogna ad esso associato. Ora tutto questo è nominabile, lo può fare anche perché si sente protetta dallo schermo *“sento che sono riuscita a dire delle cose che ho pensato di dire tante volte quando venivo a studio, ma non ci sono mai riuscita, invece in questo modo ce l'ho fatta”*. La relazione terapeutica è sopravvissuta al trauma e ha

trasformato l'handicap inizialmente costituito dallo schermo, in un facilitatore che ha permesso l'emergere di una parte indicibile.

Con la fine del lockdown propongo di ritornare in presenza ma sceglie di proseguire la terapia da remoto, è una modalità che la facilita perché riesce ad aprirsi perché si sente più protetta dall'incontro reale con il corpo dell'altro, nonché dal contagio.

Riprende a frequentare Lorenzo, con lui trascorre periodi più o meno lunghi lontano dalla sua famiglia, per Lucia è un grande punto di riferimento anche se inizia a mettere in discussione il loro rapporto. Gli appare monotono, poco passionale e molto proiettato ad un futuro prevedibile. Tale prevedibilità se da un lato la rassicura, perché la fa sentire protetta e in linea con la sua parte adultomorfa, dall'altra la spaventa perché eccessiva, sente che si sta privando di essere parte attiva della sua progettualità futura.

Lucia vuole e desidera una vita sociale intensa ora più di prima, ma questo stesso desiderio è più che mai interdetto non solo dalle difficoltà interne che ha nel portare avanti le amicizie, ma anche dalla pandemia.

Si sente sola, le vecchie amicizie sono poco praticabili, c'è solo un'amica dell'Università con la quale è veramente in sintonia, Anna. Riprende i contatti con lei anche se solo telefonicamente *“non posso fare una videochiamata significherebbe proprio che la voglio sentire”*, questo ancora non può concederselo. Sembra sollevata dagli scambi con Anna, anche perché questa le conferma la sua amicizia e il suo desiderio, praticabile al momento solo telefonicamente.

Mentre Lorenzo ed Anna tornano ad essere dei punti di riferimento, Lucia riprende ad investire su di sé e sul suo futuro. Gli esami vanno avanti anche con ottimi risultati, si sente più capace negli studi, diminuisce il senso di inferiorità e di diversità rispetto ai compagni tanto da arrivare a contattare il desiderio di proseguire gli studi dopo la laurea triennale.

Per la prima volta in Lucia si affaccia il desiderio di allontanarsi da casa, ma anche di individuarsi da Lorenzo scegliendo di proseguire l'università in una città diversa da quella che scelta da lui. Si appassiona, si informa e inizia a fantasticare su dove preferirebbe alloggiare piuttosto che come fare per sostenersi, comunica anche in famiglia la sua progettualità iniziando a chiedere aiuto e sostegno, deve però fare i conti con la sua angoscia più profonda ovvero il rapporto con il suo corpo, un corpo evolutivo, che tenta di emanciparsi e di differenziarsi ma che deve fare i conti con i vissuti di un malessere originario.

“Questa situazione della pandemia, da un certo punto di vista mi ha fatto bene, mi ha fatto rendere conto che dal punto di vista universitario valgo di più, sono meno insicura, mi sottovaluto meno e

riesco ad appassionarmi di più.... però non lo so.... ci sono degli stati che non riesco proprio a controllare, come mangiarmi le pellicine delle unghie non ce la faccio a non farlo, non ne parlo con nessuno perché chi lo vede o mi dice che schifo o mi dice basta, ma io vado avanti lo faccio e non ne parlo...però ora che ne sto parlando mi sento più leggera, mi fa bene”.

Anna

“*Ho un'ansia che mi si porta via*”, così si presenta Anna circa 4 anni fa, sta per compiere 18 anni. Un'ansia che traspare nel respiro e che sento nel mio: taglia il fiato, accorciandolo. Non sa da dove viene la sua ansia e si trova qui, perché non la “*sopporta più*”. Ma, soprattutto, teme che la “*porti via*”, cioè lontano da casa sua, quella della famiglia di origine.

La casa reale che sente “*troppo piena di presenze*” e dove non riesce neanche a studiare, nonostante abbia una stanza tutta per sé; la casa interna, il suo spazio di pensiero e di sé, che sta cercando faticosamente di creare. Una creazione articolata ed ansiogena che Anna cerca di anestetizzare all'esterno, con ubriacature ed esperienze sessuali poco protette, consumate in bagni pubblici e senza precauzioni.

Le relazioni con i ragazzi sono di breve durata, pensa di avere “*un Karma*” per cui le sue “*storie durano pochi mesi*”. Spesso lamenta di attrarre “*ragazzi che poi si scoprono essere disturbati*”. Personalmente direi con aspetti depressivi. Quegli stessi aspetti che Anna non riesce a contattare, se non attraverso quell'ansia foriera di una complessa elaborazione del processo separativo dall'imgo materna. Con la madre ha un legame intenso, connotato di condivisione di libri, mostre, cinema, ma anche aspetti delle prime esperienze sessuali della ragazza. Il padre è sentito distante e minaccioso, spesso fatto fuori dalla moglie che si pone come intermediario padre-figlia. Anna fantastica la perpetuazione del legame fusionale con la propria madre, agognando esplicitamente la separazione dei genitori.

Quando arriva la pandemia, è al secondo anno di università, l'ansia è molto “*diminuita*” ed emerge solo a ridosso dell'esame universitario di turno. È una brillante studentessa e ha una relazione con un ragazzo conosciuto in facoltà da circa un anno. Comincia ad immaginare la fine della terapia, posticipandola a quando riuscirà a prendere la patente di guida. Ha vissuto questa unica bocciatura come una profonda ferita narcisistica: non può ancora guidare l'auto della sua vita, perché ancora molto difficile è separarsi ed emanciparsi dalla sua famiglia, in particolare dalla madre.

Quando, iniziato il lockdown, le propongo di continuare la terapia in remoto, sembra accettare passivamente. Una passività dovuta ad uno stato di incredulità e confusione che durerà qualche

mese. Una confusione, in cui il limite dello schermo, garante della continuità del processo terapeutico, sembra contenerla. Lascia il ragazzo e vive questa rottura come le precedenti, cioè con un senso di liberazione, come se avesse sbagliato nuovamente nella scelta del partner.

Seppure questa volta, l'argine della pandemia in corso crea un confine a protezione di sé e lo iato, creato dalla rottura del rapporto, viene da Anna utilizzato per costruire quello spazio interno-esterno dove potersi sperimentare anche in quegli aspetti depressivi, troppo spesso negati. Inizia dall'ambito dove procede con più sicurezza di sé: si butta a capofitto nello studio e macina esami universitari.

Costretta nella sua stanza e potendola condividere con me, riesce a sentirla più accogliente e meno inquietante.

Con l'arrivo della bella stagione, trova nel terrazzo di casa un luogo meno perturbante di quanto sente la propria stanza. Perturbante nel senso di familiare e nuovo: un luogo-spazio di passaggio dall'adolescenza all'età adulta. È la sua stanza che sceglie per proseguire la terapia online, seppure a volte utilizzi il salone, luogo comune e condiviso con i familiari, giustificandosi con l'idea che dalla stanza si sente ciò che dice. Così come nella sua stanza svolge le lezioni universitarie, mentre gli esami li sostiene in salone. Sembra oscillare fra uno spazio più suo, ma in costruzione e quei luoghi di sé più familiari e perciò, in parte, meno ignoti.

Si lamenta di non poter uscire e appena si apre uno spiraglio, a ridosso dell'estate, comincia a farlo: va in bicicletta e si vede con un'amica o un'altra, mai tante e tutte insieme. Sembra mostrarmi di riuscire a limitarsi, quando le regole sono chiare e condivise. Quando le propongo di tornare in presenza con tutte le precauzioni del caso, Anna facendosi parte attiva, declina l'offerta: *“no con la mascherina no, allora continuiamo così ... poi magari quando prenderò la patente, ci vedremo di nuovo in presenza”*. Simbolicamente, sembra dire che quando riuscirà a guidare sé stessa senza esporsi, riusciremo ad incontrarci.

L'estate la trascorre con la sua famiglia, in una casa in campagna, poco distante da casa. Rinuncia con facilità ai viaggi con le amiche, posticipandoli a *“tempi migliori”*. Durante l'estate il nonno materno muore. Forse di covid, forse di vecchiaia, non se lo sa spiegare, non ha mai avuto un rapporto con questo nonno, ma nonostante ciò è *“molto dispiaciuta per la perdita”*. A questa, inoltre, si aggiunge quella del cane di casa. Anna è molto triste, piange spesso e dorme poco.

Sono aumentati molto i contagi, non ce lo aspettavamo, c'eravamo illusi di poterne uscire con l'estate. Anche Anna ha accettato di rinunciare a vacanze più in autonomia e a mete distanti, con l'idea che a settembre o al massimo ad ottobre sarebbe *“andata meglio”*. Immagino che la perdita più profonda per lei sia quella di mantenere una speranza e una progettualità.

Continuiamo le nostre sedute in remoto, si sente spesso *“depressa”*, ma a differenza del passato, riesce *“a stare a letto e piangere, senza dover fare per forza qualcosa, senza dover per forza uscire”*. Questo nuovo aspetto di sé, all'interno di casa, allarma la madre che mi chiede, via WhatsApp, di poterci incontrare di persona per parlare di come sta la figlia. All'insaputa di Anna.

Uso il limite dell'adulità della ragazza, per inserire un confine madre-figlia e garantire lo spazio terapeutico: rispondo alla signora che ne devo parlare prima con sua figlia. La madre accetta.

Quando ne parlo con Anna emerge un aspetto regressivo, dovuto alla fatica improba a farsi carico del Sé adulto e del proprio procedere, in prima persona e attivamente, a fronte dell'incombere della realtà traumatica del covid che impantana l'energia vitale: lei cedrebbe il suo posto-spazio terapeutico a sua madre, pur di non entrare in conflitto con l'ideale fusionale materno. Non riesce neanche ad accogliere la mia proposta di dedicare a sua madre gli ultimi 10 minuti del nostro spazio, in presenza di Anna e me.

Non demordo, resto ferma sul limite-confine a tutela di quello spazio interno-esterno del setting che le serve ad appropriarsi della sua adulità e gioco spostandomi sul campo dove lei gioca in autonomia: l'università. Raccoglie lo spostamento metaforico: condividiamo l'incongruità di una madre che si presenta al ricevimento del professore universitario in sostituzione della propria figlia più che maggiorenne. Negli studi universitari, si sente chiamata in causa in quell'area di vitalità di giovane adulta, in cui ha mantenuto l'investimento e l'organizzazione di sé verso il futuro, nonostante la tragedia collettiva. Inoltre l'area di quegli studi le consente una differenziazione dal materno: sua madre non è riuscita a laurearsi.

Non ho incontrato la signora, ad Anna ho lasciato di poter condividere con la propria madre il diritto-dovere a crearsi e proteggersi uno spazio interno-esterno evolutivo.

Proseguiamo la terapia online, nonostante lei abbia preso la patente di guida.

La continuità del setting in remoto ci garantisce di procedere senza eccessivi scossoni rispetto alle oscillazioni, potenzialmente destabilizzanti, di un reale pandemico non risolto e soprattutto ci consente un'elaborazione graduale e temperata del trauma collettivo ancora attuale, cangiante e psichicamente insidioso.

Quando arrivano i vaccini, ancoraggio di speranza nel futuro, Anna mostra un rispecchiamento con me sull'onda della differenziazione dall'ideale materno e della riemersione dalla confusione con quel materno. Su sua richiesta, le rivelo di aver fatto la prima dose di vaccino e lei ribatte: *“non vedo l'ora di farmelo, anche endovena.”*. Poi aggiunge un commento negativo sulla propria madre che non vuole farlo, perché teme che l'inoculino qualcosa che le faccia male, conclude: *è*

paranoica! ... sto cercando di convincerla. Non ci posso pensare quanto è stato utile questo spazio... mi sarei persa senza”.

Conclusioni

Per entrambe le ragazze il potenziale limite della terapia online, nel tempo, diventa risorsa e garante di una rimessa in gioco sotto il dominio di Eros, aprendo a nuovi percorsi vitali e creativi a sostegno della progettualità e della speranza nel futuro.

In tempi di pandemia, la nostra funzione sociale di terapeute si declina nel vivo mantenimento dell'apertura al futuro, non negando né il mondo interno né la realtà esterna, cercando di combinarle tra loro armonicamente.