

Dott.ssa D'Ambrosio Stefania – A.I.P.P.I.
Dott.ssa Tarello Federica - A.I.P.P.I. Milano

CRESCERE NONOSTANTE: LA CREATIVITA' NELL'ADOLESCENTE TRA
SOGGETTIVITA' E RELAZIONI

Workshop: Corpi esplosivi

**Almeno 1 metro di distanza... Forse di più.
Disordini alimentari durante la pandemia COVID-19.**

INTRODUZIONE

Nel film Hook (1991) di Steven Spielberg, Peter Pan, nella prima cena con i bambini smarriti sull'Isola che non c'è, si trova ad una tavola in cui arrivano pentole fumanti, ma vuote, e vassoi pesanti sotto il peso di prelibatezze altrettanto invisibili. Tutti mangiano con gioia, avidamente, in un clima di festa e convivialità. Tutti, eccetto Peter Pan che guarda incredulo quello strano pasto. Solo quando, su suggerimento di un piccolo commensale, riesce ad usare veramente l'immaginazione, vede che la tavola si imbandisce di leccornie per ogni gusto.

E questo accade dopo un botta e risposta con il capo dei ragazzi in cui, l'ultimo commento pungente di Peter verso di lui assume anche consistenza materiale e colori. Da quel momento, in un attimo, il banchetto si trasforma in una viva battaglia a colpi di torte arcobaleno, la fantasia dei partecipanti plasma la materia sino a renderla commestibile: gioco e cibo, creatività e sazietà si intrecciano e la metafora del *nutrire la mente* diventa la *mente che nutre*.

Ma cosa succede quando, nella realtà, il pensiero perde questa connotazione creativa e generatrice che apre al nuovo e alla rappresentabilità ed il cibo diventa strumento per inibire il dolore psichico e bloccare l'elaborazione in una ripetizione?

Come si fa a recuperare la possibilità di accedere alla dimensione simbolica nel contesto storico-sociale della pandemia in cui la socialità e la possibilità per l'adolescente di agire concretamente per rinforzare il proprio Sé viene inibita?

Quale spazio di esplorazione, pensiero ed elaborazione resta all'adolescente in lockdown, confinato nello spazio domestico e nei contatti filtrati dagli schermi? Videochiamate, lezioni online... La connessione c'è, ma non è in vivo, tante volte è ritardata, lenta, muta.

Come fare a dar voce, quando presenti, alle proprie angosce, al senso di solitudine e di inerzia in un mondo allarmato che trasmette solo dati di contagio e morte? Quali sono le prospettive e le aperture per proiettarsi in avanti?

Come trovare uno spazio per sentirsi agenti attivi e liberi, per sentire di poter avere il controllo di almeno alcune parti della propria vita, in una quotidianità completamente stravolta e imprigionata?

Ed è in questa cornice che molti adolescenti hanno espresso il proprio malessere attraverso condotte alimentari disfunzionali, ovvero comportamenti che veicolano l'urgenza di un aiuto immediato, ma che allo stesso tempo rappresentano dei tentativi, attraverso l'agire, di riappropriarsi di parti di sé, di riascoltare emozioni tacitate e di riempire distanze e vuoti che la pandemia ha elicitato o alimentato.

Nel presente lavoro, grazie all'analisi di due casi clinici di adolescenti seguiti in terapia psicoanalitica, cercheremo di osservare e di riflettere insieme rispetto allo stretto legame tra le condotte alimentari disfunzionali ed i tentativi di riappropriarsi della propria vita e di sentirsi parte di essa all'interno del contesto pandemico.

Ryan

*Ossa abbandonate a sbiancare
nel cuore che così si vede
il vento penetra tagliente.*

*MATSUO BASHŌ,
in Sotto la luna un bruco*

Ryan ha sedici anni e giunge in consultazione con la ripresa della scuola dopo il primo lockdown nel maggio 2020. I genitori si mostrano fin da subito collaborativi e, anche se non sembrano possedere molti strumenti introspettivi, tentano di mettere a disposizione del figlio e della sua comprensione tutti loro stessi.

In colloquio, fin da subito, la madre appare "ingombrante", inglobante e con una costante tensione ansiosa che non le permette di raccontare in modo fluido la storia del figlio.

In prima seduta, è vestita con numerosissimi strati, il suo corpo, in sovrappeso, è strizzato in abiti stretti e colorati che, a poco a poco, la signora appoggia sullo schienale della sedia togliendoseli, e, quando ci salutiamo, mi dice "guardi quanta roba, so di essere ingombrante, metto sempre troppa roba".

Nella sua mente nasce continuamente un'interferenza portata da racconti che sembrano essere nodali, eclatanti, per poi rivelarsi non confermati dal marito oppure decisamente enfatizzati. Il signore, invece, ascolta paziente.

Viene descritto dalla signora come un padre che non riesce a "parlare la stessa lingua dei ragazzi", ma entrando nel racconto anamnestico e nella descrizione di Ryan, appare sintonizzato ed in grado di esercitare la sua funzione paterna, fungendo da sprono e collegamento per Ryan con le relazioni sociali e con il modo del reale, a discapito del virtuale.

In primo colloquio ci soffermiamo sul nome di Ryan, di origine anglofona, mentre tutti gli altri membri della famiglia, inclusi la sorella minore di dieci anni, hanno nomi italiani. Mi raccontano di averlo scelto sognando l'estero, una realtà che sono certi per loro resterà preclusa, mentre magari per il figlio chissà... E poi aggiungono che erano più giovani e che quindi hanno preso la gravidanza con un atteggiamento da "ragazzini", "questo nome ci faceva

sognare". Dopo aver pronunciato queste parole il silenzio scende nella stanza: la signora si commuove e il padre abbassa lo sguardo con un'espressione triste.

È il primo momento in cui il ritmo del loro parlare si interrompe, la soglia della mia tollerabilità è spesso raggiunta in questo colloquio; ne rimango colpita a livello controtransferale. Troppi colori, troppi racconti, troppi vestiti, troppo ingombro e rifletto su quanta aspettativa sia depositata su questo ragazzo che dovrebbe impersonare la possibilità di vivere teso verso mondi lontani ed ha, invece, a poco a poco, chiuso il suo mondo trasformandolo in un contenitore chiuso saturato dal troppo cibo.

Lo scenario pandemico ha avuto un ruolo fondamentale nel rinforzare e potenziare la difficoltà nel rispecchiarsi e nell'appartenere ad un quadro di riferimento esterno che è a sua volta bloccato, chiuso, non permette il contatto e l'evoluzione nel confronto con la realtà affettiva e sociale.

I genitori descrivono Ryan come un ragazzo *"non capito"*, negli ultimi mesi, infatti, Ryan ha assunto comportamenti che oscillano tra la vittimizzazione e l'arrendevolezza e la tendenza ad essere un po' sbruffone, soprattutto con gli adulti ed in particolare con gli insegnanti.

L'aspetto però che più preoccupa i genitori è proprio il rapporto che Ryan ha con il cibo, in quanto, sembra non poterne più fare a meno, abbuffandosi in modo vorace e incontrollato di tutto ciò che gli capita intorno.

La madre, in un primo momento durante il lockdown, accoglie piacevolmente le richieste di un particolare tipo di cibo, piuttosto che di un altro e prepara per il figlio dolci ed innumerevoli prelibatezze. Mi spiega che, solo in quelle richieste, le sembra di percepire dei moti entusiastici nel figlio, ormai spento e non coinvolto da nessuno stimolo esterno, se non dal tempo trascorso sui videogiochi a giocare con i suoi amici, ovviamente uniti solo in uno spazio virtuale.

Presto però i genitori si accorgono che le richieste di cibo crescono notevolmente e che Ryan mangia in orari non previsti finendo tutto ciò che era avanzato o rimasto dal pasto precedente. Inizia a mangiare di nascosto, il suo lieve sovrappeso, che lo accomuna ad i genitori, cresce sempre più fino a quando a Ryan, in una visita medico sportiva, viene intimato di perdere almeno venti kg.

Lui inizialmente non riconosce il problema, pare non essere stato toccato dalla comunicazione del medico, ma accetta positivamente la proposta dei genitori di iniziare un percorso con una psicoterapeuta. Non riportano segnali di preoccupazione o di disagio riferendosi all'infanzia del figlio: la gravidanza è stata nella norma, ma il parto è stato indotto a causa del diabete gestazionale e Ryan *"è nato grosso"*; alla trentottesima settimana pesava quasi cinque kilogrammi. Ha iniziato a frequentare il nido quando aveva un anno perché entrambi i genitori lavoravano e non segnalano particolari difficoltà in nessuna tappa di crescita. Quando ha sei anni nasce la sorella con cui Ryan ha un rapporto protettivo, ma di scarsa condivisione.

Non compare all'interno del racconto dei genitori alcun riferimento al loro rapporto con il cibo, evidenziando una scotomizzazione relativa al loro modo di nutrirsi e di nutrire che predilige un'abbondanza indiscriminata e la tendenza a saturare sé stesso e l'altro impedendo l'ascolto interno e la discesa nell'area più profonda del contatto con sé stessi. Il cibo diviene

barriera nel mondo interno ed, allo stesso tempo, accomuna i famigliari di questo nucleo in una appartenenza che ottunde, appiattisce ed immobilizza.

Quando conosco Ryan mi colpisce il suo modo affaticato di incedere: sembra sollevare i piedi in una lenta andatura, come se faticasse ad alzarli da terra quasi raccontando di come la forza di gravità su di lui sortisca un effetto bloccante, che lo inchioda alla sua posizione, senza possibilità di movimento alcuno. La sua massa lo affatica, ma contrastano questa sensazione i suoi occhi e il suo sguardo molto vispo, luminoso ed in costante ricerca, quasi come affamato di nuove prospettive visive ed interne da riscoprire nella relazione con me, la sua terapeuta.

Sedute di consultazione con Ryan

Nonostante la sua andatura, Ryan entra deciso nello spazio delle sedute, non prodigandosi né in racconti, né in creatività. La sua attenzione viene catturata dal pongo che inizia a sciogliere raccontandomi della sensazione di rilassamento e tranquillità che a poco a poco lo assale. Inizia a creare delle forme che diventeranno le lettere che costituiscono la frase *“Il mondo di Ryan”*. La prima seduta si conclude proprio con questo grande titolo che appare in tutta la sua forma sullo spazio della scrivania, tra me e lui. È nata perché mi dice che vuole raccontarmi il suo mondo, ma allo stesso tempo riflettiamo su come lo spazio delle sedute rappresentino, da tantissimo tempo ormai, l'unico mondo che frequenterà al di fuori della scuola.

Le lettere sono in stampatello maiuscolo, spesse, di colore nero. Denotano l'urgenza di arrivare allo sguardo dell'altro, ma veicolano anche qualcosa di estremamente greve e mortifero.

La seconda seduta scorre nel racconto di tutto ciò di cui è costituita la sua attuale vita, la DAD, i videogiochi come unico modo di rimanere in contatto con amici reali e virtuali e in una triste disamina su quanto il mondo gli sembri essere cambiato, su come ancora cambierà, sul timore di non appartenere più a qualcosa sentito ormai come profondamente estraneo e minaccioso. Mi tornano in mente le parole di Gianna Polacco Williams (1999) e rifletto su come in questo tempo non sia solo il corpo ad essere estraneo, ma così anche il mondo esterno con cui viene meno il legame che dona nutrimento ed appartenenza, ma che al contrario alimenta terrore e diffidenza.

Solo in terza ed ultima seduta di consultazione, Ryan mi dice di sapere di avere un problema con il cibo. La disamina emotiva, prima che essere riferita agli aspetti corporei, racconta un riconoscimento consapevole della radice della propria sofferenza e delle origini della condotta alimentare. La scissione di un corpo tanto ingombrante ed allo stesso tempo reso invisibile, non percepito, richiama l'ingombro psichico presente in lui e la difficoltà nel dover gestire interrogativi inquietanti e senza risposta e lo stravolgimento della realtà che non percepisce più sua. Nonostante il senso di alterità e l'estraneazione che Ryan racconta di percepire verso se stesso, gli altri ed il mondo, riesce ad evidenziare come nucleo del suo disagio e della sua sofferenza la sensazione di ottundimento e spegnimento che lo ha assalito da ormai diversi mesi.

Decidiamo così di intraprendere insieme un viaggio ne *“Il mondo di Ryan”*, desiderosi di esplorare paesaggi interni, ricercare reperti affettivi e scoprire nuove abitabilità grazie al percorso di psicoterapia con frequenza settimanale che entrambi non vediamo l'ora di iniziare.

Terapia di Ryan

Una delle tematiche centrali della psicoterapia è quella legata all'identità: Ryan mi dice di essersi perso a poco a poco. Tutto è iniziato con il primo lockdown, quando i mesi passavano senza più avere speranza di poter tornare a vivere nel proprio mondo, nei propri contesti. Ricorda benissimo quando gli avevano comunicato che l'anno sarebbe finito in DAD, senza più vedere né professori, né compagni e il senso di assoluta disfatta che questo aveva generato in lui. Commenta che iniziava a farsi spazio dentro di lui la sensazione di non essere più vivo per nulla, niente di ciò che viveva riusciva a generare in lui calore ed emozioni positive, quasi come se la sua identità non avesse più nulla di cui nutrirsi, esperienze di cui cibarsi, relazioni attraverso cui esplorarsi e conoscersi. Tutto fermo, tutto sospeso.

Il cibo si trasforma così nell'unico compagno in grado di generare scosse piacevoli e vivificanti nel suo corpo e nel suo mondo emotivo. Il piacere nel mangiare attiva la percezione dei cinque sensi in Ryan che però diviene una percezione fine a se stessa, che non apre a possibilità di crescita e di evoluzione, che non si trasforma in energia creativa, ma che anzi lo spinge verso il vicolo cieco del pensare che questo basti per consolare e lenire la mancanza, il vuoto e l'isolamento da lui sperimentato.

L'unico momento interessante delle giornate è quello in cui si mangia e sempre più spesso Ryan si accorge di cibarsi in momenti in cui anche il tempo si perde. Mangia a qualsiasi ora del giorno e della notte e non saprebbe raccontarmi quanto durino le abbuffate, per quanto tempo abbia deciso di fondersi con il cibo in un incontro in cui ci si fonde, perdendo il proprio confine, che a poco a poco si deforma, non rendendo possibile a Ryan nemmeno il ritrovarsi nella sua immagine riflessa allo specchio.

Il cibo diviene inoltre il ponte verso un mondo idealizzato: Ryan sembra raccogliere il testimone lasciategli dai genitori rispetto al sogno del poter vivere all'estero e inizia a cucinare e cibarsi di cibo americano. Gli sembra infatti che questo sia il cibo migliore del mondo, così come negli Stati Uniti la vita scorre più semplice rispetto a qui, i grattacieli sono altissimi ed hanno tutti delle case bellissime. Mentre ascolto Ryan mi figurano nella mente una serie di immagini che parlano di incuria e deprivazione rispetto alla vita negli Stati Uniti e percepisco quanto sia forte in questo momento la sua necessità di fuggire in un mondo scisso ed idealizzato, mentre il suo corpo appare sempre più immobile e bloccato, proprio come il fluire delle sue attività e della sua vita. Cerco di ricomporre con delicatezza questa scissione e Ryan mi segue sorpreso nelle sedute fino a quando dopo alcuni mesi mi dirà che forse tanto vale che allora cerchi di stare bene qui dov'è, magari andando a mangiare da Mc Donald's una volta a settimana per tuffarsi ed immergersi nel suo "American dream".

Mi colpisce come quando tocchiamo momenti intensi emotivamente o è in ascolto dei miei commenti, Ryan si appoggia alla scrivania con i gomiti, sporgendosi in avanti con il viso, tralasciando per brevissimi istanti, l'attenzione alla distanza del metro e forse più che invece contraddistingue le relazioni in cui è immerso in questo momento ed anche la nostra ad inizio della terapia. I suoi occhi sembrano seguire ogni mia parola ed ogni mia espressione dandomi l'impressione che si stia cibando di ciò che nasce dal nostro incontro. In questi momenti lo sento desideroso di captare ogni mia minima comunicazione, curioso e interessato come un bambino che vive un'esperienza nuova e forse risveglia memorie ormai percepite come

antiche di quando parlare con l'altro gli permetteva di vedere il suo sorriso, di sentirlo vicino fisicamente ed anche emotivamente. Mi racconta infatti che ha temuto di non riconoscere nemmeno più i suoi compagni a forza di vederli con la mascherina in un momento in cui i loro corpi cambiano così velocemente. E che invece sicuramente riconoscerebbe me, perché si ricorda perfettamente il tono della mia voce. Mi intenerisce e penso a come stia cercando di alimentare comunque la nostra relazione, il nostro contatto, nonostante non possa vedere il mio viso, e penso invece a quanto abbia rinunciato e smesso di investire nel mondo esterno, riponendo ogni sua gratificazione nel cibo che mi dirà *"è diventato il mio mondo"*.

Ryan ad oggi continua il suo percorso ed è finalmente tornato a frequentare in presenza ogni giorno dalla ripresa scolastica a Settembre. Nonostante abbia appreso questa notizia con preoccupazione e sgomento è certo che sia una condizione che gli farà bene, lo nutrirà. La sua condizione fisica e psichica è in miglioramento; durante l'estate ha avuto modo di vivere con i suoi amici, occuparsi delle sue passioni e ridurre il tempo trascorso davanti ai videogiochi oppure in compagnia del suo amico cibo.

La configurazione della realtà è tornata più viva, complessa ed in grado di richiamare Ryan che è riuscito a sentire il suo richiamo e seguirlo nella sua quotidianità.

Gabriella

Con l'atto di ispirare consapevolmente entri in te. Il tuo corpo sta respirando, e il tuo corpo è la tua casa. In ogni respiro puoi tornare a te stesso.

Thích Nhất Hạnh, Il dono del silenzio, 2015

Gabriella, 13 anni, arriva in consultazione su consiglio della scuola nella primavera del 2021: gli insegnanti, preoccupati delle numerose assenze in DAD e del progressivo abbassamento del tono dell'umore della ragazza, hanno avvisato i genitori, i quali mi contattano con urgenza nell'arco di pochi giorni.

I genitori di Gabriella sono separati ed hanno mantenuto un rapporto distaccato tra loro nel corso degli anni. Accettano di venire insieme ai colloqui e già dalla postura e dai primi scambi percepisco un enorme vuoto fisico, comunicativo e di relazione tra loro: anche nel quotidiano si parlano poco e le comunicazioni vengono tutte veicolate da Gabriella che, nel tempo, si è caricata il peso di tenere insieme e viva la coppia genitoriale.

Nel primo colloquio con loro la signora ha riempito lo spazio di parole frenetiche e rumorose, parole che sono sembrate avere più una funzione evacuativa che comunicativa, mentre il signore si è silenziosamente tirato indietro ed è stato necessario più volte chiedere espressamente il suo pensiero per presentificarlo lì, in quel momento, con noi.

La signora tende a far confusione con i ricordi e con i fatti, più volte nel colloquio si è corretta e contraddetta, agitandosi, incolpandosi, per poi scoppiare in lacrime facendo scivolare tutti noi in un duro silenzio. Il padre di Gabriella, dal canto suo, ha risposto rimanendo immobile

con lo sguardo fisso su di me come se accanto a lui, nella stanza, non stesse accadendo nulla, attivando una dinamica che, come nei successivi incontri avrò modo di approfondire, ha a lungo caratterizzato la loro relazione.

Vuoti e distanze, freddi silenzi ed improvvise piene hanno connotato i primi incontri con loro attivando in me a livello controtransferale la sensazione di una continua sollecitazione tra il dover creare degli argini ed il dover abbattere dei muri. Immersa in queste opere edili non sono riuscita subito a trovare Gabriella che, per il primo colloquio, mi è sembrata una figura sfocata in lontananza sulla quale era difficile portare l'attenzione, di tutti, anche la mia. Non la sentivo, non riuscivo a delinearla nella mia mente, le loro parole non rimanevano impresse su di me quanto il vuoto, il distacco e questa continua oscillazione tra vuoto e pieno, silenzio e rumore che respiravo quando ero con loro.

Rispetto a Gabriella sono riuscita a raccogliere la loro preoccupazione per i comportamenti che la figlia ha avuto durante la DAD: le assenze, le giustificazioni falsificate con i professori, le bugie nei loro confronti, i compiti non consegnati, i voti bassi. Non sanno spiegarsi nulla di tutto questo, non riescono ad attivare pensieri rispetto a Gabriella, tra passato e presente, tra loro e lei. Come direbbe Bion, la funzione di reverie è bloccata, la mente non riesce a farsi contenitore.

A questo aggiungono anche problemi con il cibo: da piccola ha sempre mangiato pochi e selezionati cibi mentre, dallo scorso lockdown, ha iniziato a mangiare di nascosto.

Sempre dal lockdown dello scorso anno, ha iniziato a mostrare un interesse sempre più ristretto per le attività sociali e per il mondo esterno, la sua camera è diventata il suo mondo ed il suo rifugio, così come i social network sui quali sembra trascorrere tutto il suo tempo e creare amicizie.

Gabriella sembra priva di interessi e di entusiasmi, poco sensibile a ciò che accade attorno a lei e passiva, mentre da bambina viene descritta come affabile, come una bambina che non ha creato loro alcun pensiero.

Sedute di consultazione con Gabriella

Il giorno della prima seduta di consultazione mi accorgo di aspettare Gabriella con curiosità, sono impaziente di *vederla* e di dare un volto a questa ragazza.

Gabriella arriva puntuale, mi fa un sorriso gentile dietro la mascherina che riesco ad intravedere dagli occhi e si accomoda in stanza con passo lieve. È vestita di nero con un maglione largo che copre per buona parte il suo corpo senza darle forma, gli occhi sono vigili e preoccupati e in un attimo scannerizzano tutta la stanza e me.

Rimane seduta immobile sulla punta della sedia con le spalle strette, mi sembra farsi piccola piccola e quasi non respirare per occupare meno spazio. Aspetto qualche istante e decido di presentarmi lasciando poi a Gabriella la parola. Gabriella però non sembra raccogliere il mio invito, almeno in apparenza, e non inizia a parlare. Noto che, silenziosamente, inizia a respirare profondamente: riempie bene i polmoni, trattiene per un po' l'aria e poi senza fare rumore la lascia uscire dal naso. Commento, con un tono di voce più basso e con un ritmo più lento rispetto al mio primo intervento, che il fatto trovarsi in un luogo che non si conosce con

una persona nuova forse non è un'esperienza molto semplice, le parole possono far fatica ad uscire... Gabriella per un istante incrocia il mio sguardo, ma poi lo sposta altrove.

Vorrei dirle molte cose per aiutarla ad aprirsi, ma sento che invece è importante che io mi fermi e che la aspetti, che stia in silenzio con lei. Mi ritrovo così a fare attenzione al mio respiro, ad ascoltarlo e ad accorgermi che anche lei sta facendo lo stesso con il suo. Respiriamo insieme in silenzio per diversi istanti.

Poi, ad un tratto, in un modo per me inaspettato, Gabriella inizia a parlare.

Si esprime con un tono di voce molto basso, ma delicato, soppesando le sue parole e facendo intercorrere diversi secondi tra la fine di un enunciato e l'altro. Sono in realtà delle lunghissime pause che, sulle prime, interpreto erroneamente come delle conclusioni. Mi sono accorta che ogni volta in cui sono intervenuta interpretando la pausa come una fine, ho come prodotto una rottura nella sua narrazione interna determinando un suo arresto ed un tempo poi ancora più lungo di ripresa narrativa.

Nella sua narrazione Gabriella è riuscita a dirmi di aver atteso molto questo incontro, voleva da tanto parlare con qualcuno, ma non lo ha mai detto a nessuno. *"Mi sento sola"*. I suoi genitori – mi dice - pensano che ci siano problemi con la scuola, ma i problemi non sono lì, sono dentro di lei e mi fa capire che avrà bisogno di molto tempo per spiegarmi quello che si muove al suo interno.

Provo una forte spinta ad intervenire, a colmare con un mio intervento la tristezza ed il profondo senso di vuoto e abbandono che mi trasmette, ma mi trattengo e la aspetto.

Penso sia stata molto brava in questa nostra prima seduta nel portarci al cuore del problema: oltre alle parole, attraverso i profondi respiri ed i lunghi silenzi, mi sembra abbia raccontato del suo bisogno di una sintonizzazione primitiva, di qualcuno che sappia aspettarla e sostare con lei qui ed ora, nel momento in cui si è, senza chiederle di essere diversa imponendole altri ritmi ed intrudendo nel suo mondo interno. Vi è forse un contenitore, pensando in termini bioniani, che per essere nutrito, deve prima essere svuotato.

Nella seconda seduta di consultazione Gabriella arriva con un ampio maglione che si confonde con il suo incarnato e che, come quello della settimana precedente, non le restituisce una forma. Oggi il ritmo della seduta è di poco più rapido, Gabriella parla lentamente, ma essendo io maggiormente sintonizzata su questo ritmo, la lascio proseguire anche quando all'apparenza mi sembra che il pensiero sia concluso.

Gabriella mi racconta del rapporto con i genitori, di come nessuno si accorga di come stia lei veramente. Mi racconta di fare delle abbuffate di pomeriggio, quando è in casa da sola e di sentirsi appagata solo in quei momenti, si sente viva, felice. Un po' come se il cibo e la sua incorporazione la attivasse dandole sul momento emozioni piacevoli. La sensazione di benessere dura però poco perché poi subentra il senso di colpa per l'aumento del peso e la sensazione di poco valore.

Tale dinamica, che a suo dire le porta sollievo, mi rimanda una sensazione di vuoto interiore e di abbandono. Il cibo sembra un antidoto self-made alla solitudine e alla fame di sguardi e di relazione, così come una modalità per riprovare, quelle emozioni, per risintonizzarsi con se stessa e sentirsi viva, capace di provarle ancora.

Nella terza seduta Gabriella si presenta sorridente, vestita come durante il nostro primo incontro, ma con un paio di scarpe da ginnastica con colori sgargianti che mi colpiscono subito. Mi fanno pensare ad un tocco di colore che, forse, è riuscito a farsi strada nei nostri incontri.

Nell'incontro di restituzione con i genitori, insieme agli elementi che ho raccolto su Gabriella, spiego loro la necessità di un lavoro di sostegno alla genitorialità, un lavoro indispensabile ed imprescindibile rispetto a quello psicoterapico per Gabriella. Mentre entrambi accolgono anche con sollievo la mia proposta di uno spazio di terapia per la figlia, l'idea di uno spazio di lavoro per loro come genitori riceve, invece, meno entusiasmi. Le resistenze maggiori riguardano la non disponibilità nel trascorrere del tempo con l'altro genitore, il non sopportare l'altrui presenza e la difficoltà di sospendere questa sottile guerra tra loro, come se ella stessa fosse per loro nutrimento di aspetti narcisistici irrisolti.

Terapia di Gabriella

Nella stanza di terapia, Gabriella esprime da subito il piacere per quello spazio tutto per sé e, gradualmente al trascorrere delle sedute e alla conclusione del lockdown, osservo una sua progressiva apertura sia nelle sedute (il ritmo del suo discorso diventa più vivace) sia rispetto al mondo esterno: iniziano a comparire racconti della sua quotidianità che vedono coinvolti dei compagni di classe e un suo timido interesse, verso la fine della scuola, nell'uscire di casa.

Il mio ruolo, con il passare delle sedute diventa maggiormente attivo, sento di essere passata dall'oggetto che deve sostare e che è tenuto sotto controllo poiché potenzialmente pericoloso - in quanto potrebbe intrudere e riempire di agiti e proiezioni, giudicare, rispondere in modo superficiale - all'oggetto che fa meno paura e con il quale ci si può confrontare. E questo nuovo assetto ci permette di scendere verso nuove profondità e di esplorare insieme alcune dinamiche che, nel corso del tempo, lei ha interiorizzato e che ora sente come dolorose. Mi racconta di non essere sicura di se stessa, di quello che prova e sente. Non sa quali pensieri siano veramente i suoi e quali invece provengono da ciò che lei sa che gli altri vorrebbero da lei, non sa quali siano i suoi gusti e cosa nasca da lei o sia frutto della sua compiacenza verso gli altri.

Parliamo di questa sua fame che si attiva di pomeriggio, quando non c'è il controllo dei genitori, e che chiede immediatamente ascolto. È vorace e pretenziosa, la distoglie dallo studio e prende il sopravvento, come una bambina che richiama attenzioni e che ne ha un grande bisogno accumulato. Parliamo del sentimento di vuoto che avverte, della rabbia e della tristezza che non esprime, ma che prova ad addolcire con il cibo, come se i dolci e le merendine la ristorassero illusoriamente nutrendo qualcosa che però solo nelle relazioni può essere alimentato.

E, in tutto questo, la pandemia con la sospensione della routine scolastica, la perdita di controllo rispetto alla propria vita, il progressivo distanziamento dal mondo esterno, sembra aver fatto risuonare il suo senso di vuoto e di lontananza dalle figure a lei più vicine

portandola a fare i conti con una serie di fantasmi inesplorati del suo passato e del suo presente.

Il lavoro con Gabriella è solo all'inizio: vi è una Gabriella che è stata lasciata più indietro, oltre lo sguardo, che si è fatta contenitore dei bisogni e delle sofferenze dei genitori e che la pandemia, con la sua interruzione della quotidianità, il maggior tempo trascorso tra le mura domestiche, sembra aver portato alla luce. In questa cornice, l'assunzione frenetica di cibo, con la sua componente autoconsolatoria, sembra rappresentare una modalità, in contrapposizione al momento storico di pandemia e lockdown in cui è insorta, di percepirsi attiva e agente, di sentirsi viva nel momento presente.

CONCLUSIONI

I due percorsi di terapia, avviati rispettivamente dopo il primo lockdown del 2020 e durante la DAD di quest'anno, a quasi un anno di distanza l'uno dall'altro, portano entrambi in corpo l'esperienza del ritiro sociale e dello stravolgimento di ogni forma di quotidianità.

In questa cornice esterna, Ryan e Gabriella hanno sentito venire alla luce i sentimenti di vuoto e di isolamento interni, come in un gioco di specchi in cui l'esterno ha dato voce ai contenuti interni sopiti e silenti.

Le condotte alimentari di entrambi sembrano qui controbilanciare le misure di restrizione imposte e l'alimentazione divenire antidoto al dolore psichico e al senso di impotenza e frammentazione. Percepirsi vivi, tentare di procurarsi emozioni tacitandone altre, sembrano gli strumenti di contrasto ad un mondo esterno che ha imposto la distanza tra i corpi e gli affetti e l'impossibilità, attraverso la presenza dell'Altro e del sentirsi vivi e attivi, di lenire tali vuoti.

Non sappiamo cosa sarebbe successo nei mondi interni di Ryan e Gabriella senza la pandemia, se, quando e attraverso quali strade avrebbero portato alla luce i loro vuoti. Sappiamo però che è attraverso l'alimentazione e l'agire sul corpo che questi vuoti si sono espressi e tali meccanismi aprono in noi ulteriori riflessioni sull'importanza dell'integrazione mente-corpo nel lavoro psicoanalitico, in particolare, con gli adolescenti ed in epoca COVID-19.

Il corpo, l'interazione, la relazione, il contatto: da elementi dimenticati e reclusi sono diventati, in questa cornice, elementi che chiedono a gran voce attenzione, portandoci ad interrogarci rispetto alle nuove sintomatologie, all'onda lunga dell'attuale emergenza sanitaria su bambini e adolescenti ed al nostro delicato ruolo di terapeuti.

Ed è su questi interrogativi che concludiamo la nostra presentazione, con la speranza che la condivisione apra riflessioni sempre più ampie e nuove per avvicinarci il più possibile a comprendere e ad accompagnare la variegata e mutevole esperienza che i nostri pazienti generosamente ci portano in seduta.

BIBLIOGRAFIA

BION W.R. (1962). *Apprendere dall'esperienza*, Armando, Roma 1972.

CAHN R. (1998). *L'adolescente nella psicoanalisi*, 2000, Borla, Roma.

FREUD S. (1914). *Ricordare, ripetere, rielaborare*, trad it. 1990, Bollati Boringhieri, Torino.

JEAMMET P. (1992). *Psicopatologia dell'adolescenza*, Borla, Roma.

JOSEPH B. (1978). "Diversi tipi di angoscia e loro trattamento nella situazione analitica", in Joseph B. (1989), *Equilibrio e cambiamento psichico*, trad.it.1991, R. Cortina ed., Milano

STEINER J. (1996). *Una teoria dei rifugi della mente*, Borla, Roma.

WINNICOTT D.W. (1951). *Oggetti transizionali e fenomeni transizionali*. In *Dalla pediatria alla psicoanalisi* (1958). Trad. it., Firenze: Martinelli, 1975.