

Adomagazine



FOCUS Il corpo

N. 3/maggio 2020

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



DIRETTORE

Fabio Vanni

REDAZIONE

Annalucia Borrelli

Savina Cordiale

Piergiorgio Tagliani

Francesca Tonucci

Rita Verzari

SEGRETARIA DI REDAZIONE

Alida Zugaro

AGIPPSA

Sede Via Lucca 19/21, 00161 Roma.

Website www.agippsa.it



Indice

EDITORIALE

La direzione e la redazione

FOCUS

"Il corpo"

5 **Il corpo come sé**
di Valentina Miot

10 **L'allegro chirurgo fai da te**
di Giuseppe Preziosi

16 **Con la mente tra i capelli**
di Giulio Artizzu, Michela Onali Santoni

22 **Non sto più nella pelle, posso farti vedere il mio avatar?**
Corpo reale e corpo virtuale nella prima adolescenza
di Maddalena Camoirano, Jenifer Virone

27 **Quando la parola prende corpo.**
Viaggio tra le condotte autolesive giovanili
di Giuseppe Martorana

35 **Il corpo per dirlo: le obesità in adolescenza**
di Marialaura Ippolito con il contributo di Gaia Figini

DALLE NOSTRE LETTURE

42 **Pennac, mon amour**
Alla ricerca del corpo perduto
Di Paola Carbone

FORME ESPRESSIVE

47 **Promesse a domicilio**
di Domenico Maisto

UNA PAROLA PER VOLTA

49 **"Relazione"**
di Fabio Vanni

Editoriale

Il terzo numero di Adomagazine esce in un momento molto doloroso e difficile in cui tutto ciò che ci era familiare e conosciuto ha subito una forte scossa e ha fatto vacillare le nostre convinzioni. Nonostante il clima di incertezza, di paura, talvolta di annichilimento, la redazione tutta ha voluto mantenere la promessa di un numero interamente dedicato al focus sul **corpo in adolescenza**, tema che era stato deciso mesi prima del Covid-19. Abbiamo rispettato l'appuntamento con i lettori perché è quanto mai necessario che il silenzio da cui siamo avvolti sia un silenzio vitale e denso di saperi.

Il tema del corpo d'altronde, in questo momento, in cui i corpi di tutti noi sono costretti a vivere una condizione unica, anomala, di isolamento nelle proprie case, di distanza dagli altri e di timore del contatto, assume un carattere nuovo. Corpo di cui avvertiamo al tempo stesso la fragilità e il valore inalienabile. È proprio il corpo infatti a prendere il sopravvento in questa contingenza, nella necessità che tutti abbiamo di non ammalarci. Nell'emergenza del rischio di morte il corpo è in primo piano e senza di lui non c'è nient'altro, senza di lui non possiamo pensare i pensieri, ricordare i ricordi, sentire le emozioni, toccarci e toccare, conoscerci e conoscere. Ciò che stiamo vivendo diventa una cornice esperienziale molto particolare dalla quale fare pensieri anche su come, nella nostra pratica clinica ed educativa, ci troviamo a lavorare con le problematiche che incontrano gli adolescenti nel compito evolutivo di riappropriarsi di un corpo e una mente in trasformazione.

Siamo in un "tempo di mezzo" tra un prima e un dopo pandemia (dal greco *pan*dēmīa, *tutto il popolo*), in cui l'esposizione del corpo a intense angosce di vulnerabilità è in primo piano, siamo particolarmente convocati a una specifica attenzione e ascolto empatico del funzionamento mentale dell'adolescente, così fortemente sottoposto alle attuali pressioni del mondo esterno, che rischiano di allagare il già difficile compito che l'adolescente vive nell'articolazione del mondo esterno con il mondo interno. È importante quindi poter creare un'apertura su un "terzo registro" (Cahn) nel quale realtà interna e realtà esterna dell'adolescente possano continuare a intrecciarsi e a mescolarsi fino a costituire uno spazio specifico. Il campo della transizionalità può esprimere le diverse soluzioni psichiche trovate dall'adolescente nel qui e ora del suo percorso di soggettivazione; esso implica infatti una dimensione creativa, cioè la scoperta di sé che emerge attraverso la co-costruzione dello spazio stesso da parte di sé e dell'altro.

Certamente Adomagazine si promuove come contenitore del tempo nuovo che ci accingeremo a vivere e delle nuove forme che questo vivere prenderà, speriamo presto e con nuovo vigore.

La redazione desidera ringraziare gli Autori di questo numero per la loro generosità. In un momento come questo i pensieri possono essere faticosi, la scrittura può rivelarsi impresa ardua, ma anche liberante, per una comunità di pratiche e di saperi, ed è grazie a loro se siamo riusciti a essere qui ancora una volta.

La direzione e la redazione

Fabio Vanni, Annalucia Borrelli, Savina Cordiale, Piergiorgio Tagliani, Francesca Tonucci, Rita Verzari.



A top-down view of a person swimming in clear blue water. The person is wearing a wetsuit with a yellow and white checkered pattern. Their arms are extended forward, and their legs are also extended, creating a streamlined shape. The water surface shows ripples and reflections of light.

FOCUS

Il corpo

Il corpo come sé

di Valentina Miot

La conseguenza di questo coesistere di impotenza corporea e mobilità psichica è la dicotomia dell'essere umano. L'uomo è per metà prigioniero, per metà alato: ognuna delle due parti in cui è lacerato il suo essere, accorgendosi dell'altra, prende coscienza della sua tragica incompiutezza
(Paul Klee, 1925)¹

Il titolo di questo contributo prende le radici dal convegno organizzato da Area G *Il corpo come se, il corpo come sé. Attacco al corpo in adolescenza e trasformazioni della società*, che si era tenuto a Milano nel 2006.

Continuità e trasformazione sembrano bisogni antinomici, ma la loro dialettica e il modo in cui si embricano nell'individuo caratterizzano il percorso identitario di ognuno di noi (Albero, Freddi, Pelanda, 2008). *Il corpo è sempre il fulcro dell'adolescenza*: in adolescenza il corpo diventa protagonista indiscusso delle trasformazioni fisiche e mentali che i ragazzi devono attraversare per appropriarsi della propria identità; il cambiamento che si impone avvia un processo di trasformazione complesso che coinvolge tutte le aree del funzionamento mentale.

Esso introduce la discontinuità pur garantendo la continuità: «è lo stesso corpo ma è un altro corpo, sconosciuto, di cui riappropriarsi» (*ibid.*). Il presentarsi di nuove possibilità, anche cognitive di astrazione e riflessione su di sé, pone l'adolescente di fronte all'individuazione, alla consapevolezza di sé, delle proprie possibilità e dei propri limiti. È un processo che mette in discussione le basi narcisistiche della personalità, cioè il senso di identità e di continuità con la propria storia, la fiducia e il senso di sicurezza. È un processo lungo e



¹ Cit. in R. Lombardi (2016).

complesso che porta con sé tanti interrogativi relativi al chi sono, dove andrò, cosa farò ... e una costante oscillazione tra momenti di euforia ed entusiasmo e momenti di incertezza, insicurezza.

Il corpo è anche ciò attraverso il quale comunichiamo con gli altri, ciò che gli altri vedono.

Le trasformazioni biologiche e morfologiche della pubertà danno l'avvio al processo adolescenziale che è un processo essenzialmente psichico, e relazionale, ma in stretta interdipendenza con le caratteristiche sociali-economiche-culturali della realtà ambientale nella quale esso si svolge. E in questo difficilissimo momento storico non possiamo che tenerne ben conto dell'impatto fortemente emotivo che la realtà esterna ha e avrà sulla realtà psichica interna e sulla possibilità di avere una fiducia nel futuro.

L'uomo per tollerare i mutamenti del suo mondo interno, del suo corpo, e il flusso imprevedibile degli eventi, ha bisogno di un ancoraggio, di un ambiente che lo contenga.

Il "corpo come sé" evoca la realtà di un corpo "assunto in proprio", "incarnato", vissuto e riconosciuto come facente parte di un sé integrato, frutto di un complesso percorso costituito da movimenti progressivi e regressivi, che porta il soggetto ad appropriarsi del proprio corpo, a fare propri i limiti fisici, dandosi un'identità abbastanza definita che gli consente di sentirsi unico, di «sentirsi un soggetto che resta se stesso anche mescolandosi con gli altri» (ibid.), che prova a rispondere alla questione su «Come nutrirsi degli altri rimanendo se stessi?» (Jeammet, 2006).

Questo può avvenire quando il processo, pur nei suoi tormenti, si svolge in modo "sufficientemente buono" e quando le emozioni, che partono dal corpo come sensazioni, possono essere riconosciute, identificate, contenute e anche poi comunicate.

Il corpo può essere concepito come contenitore dell'esperienza soggettiva.

Winnicott (1989) poneva le basi del sé nel corpo.

13 anni, 1 mese, 9 giorni//Ripensando a tutte le mie paure, ho fatto un elenco di sensazioni: la paura del vuoto mi fa strizzare le palle, la paura delle botte mi paralizza, la paura di avere paura mi angoscia per tutto il giorno, l'angoscia mi provoca le coliche, l'emozione (anche piacevolissima) mi fa venire la pelle d'oca,

la nostalgia (per esempio pensare a papà) mi inumidisce gli occhi, la sorpresa mi fa sobbalzare (anche una porta *che* sbatte!), il panico può farmi scappare la pipì, il benché minimo dispiacere mi fa piangere, la rabbia mi soffoca, la vergogna mi rattrappisce. Il mio corpo reagisce a tutto. Ma non so mai in che modo reagirà.

13 anni, 1 mese, 10 giorni//Ci ho riflettuto. Se descrivo esattamente tutto quello che provo, il mio diario sarà un ambasciatore tra la mente e il corpo. Sarà il traduttore delle mie sensazioni (Pennac, 2012).

L'inesauribile oscillazione che dal corpo porta alla mente e dalla mente porta al corpo è fondante rispetto alla possibilità di realizzare operazioni pensanti: l'esperienza si costruisce attraverso una continua interazione tra corpo e mente, emozione e pensiero, nell'intimo scambio tra le ondate sensoriali e le risorse percettive e sensoriali del soggetto (Lombardi, 2016).

Il corpo come sé evoca, invece, la rappresentazione di un corpo non soggettivato, separato dalla propria identità, che l'adolescente "porta con sé", di cui fatica a sentirsi padrone e che quindi può attaccare con agiti distruttivi. *Sono gli adolescenti che si fanno del male* con comportamenti quali i tentativi di suicidio, i gravi disturbi alimentari, le scarificazioni, l'abuso di alcol o droghe, i ripetuti incidenti e le ripetute interruzioni di gravidanza. L'agito prende il posto del pensato. Le condizioni di elaborazione interna che trovano le loro radici nel corpo sono compromesse.

Tali comportamenti, al di là della specificità di ciascun soggetto e della necessità di una valutazione accurata – in quanto dietro a sintomi che appaiono uguali a se stessi si celano funzionamenti mentali diversi fra loro – sono manifestazioni di un profondo disagio che hanno come denominatore comune l'attacco al sé corporeo e spesso possono essere utilizzati dall'adolescente come unica via di uscita da una situazione psichicamente insostenibile. Sembrano avere in comune il fallimento di un apparato psichico che funge da contenitore e involucro delle emozioni. A volte anche troppe pressioni, il dover essere, il dover apparire visibili e adeguati secondo criteri di uno standard altrui ma fatto proprio, il percepire lo scarto dello sguardo tra l'ideale e quello che si è, diviene una fonte di tensione non contenibile e non comunicabile. Questi agiti possono anche essere collegati

alla rottura del sentimento di continuità del proprio sé.

Ma nello stesso tempo questi comportamenti agiti possono anche essere visti come preservatori di vita, come "risorsa narcisistica contro un sentimento di impotenza", come mezzo per ritrovare un ruolo attivo, per riappropriarsi di sé e controllare la dipendenza dagli altri significativi (Jeammet, 2006).

Dalle parole di una ragazza:

Perché mai cercare un qualcuno che ci possa rimanere accanto e al quale poter aggrapparci quando possiamo fare affidamento su noi stessi, senza metterci in gioco, dare dimostrazioni, distorglierci dai nostri obiettivi che ci condurranno alla nostra realizzazione, concreta e tangibile. In questo mondo coloro che mostrano le proprie sensazioni, le proprie insicurezze sono definiti crudelmente inferiori, a differenza di chi persegue razionalmente, senza distrazioni né incidenti di percorso i propri scopi...». «Le ossa sono quelle che resistono»

...E' un mondo bizzarro, «particolare», dove gli oggetti, le persone, i pensieri sembrano ruotare, irrefrenabili, attorno a un unico perno, il quale coinvolge la continua pressione verso il peso, la forza, quasi il dovere, di essere impegnata e occupata in ogni singolo movimento, il controllo completo di me stessa, dei rapporti, delle relazioni, delle azioni, l'ambizione di raggiungere la perfezione, il meglio .. Questo è l'unico modo per ottenere soddisfazioni... un mondo che non si arresta, gira, gira, gira e gira ancora sino a quando, sfinito, si impone la notte, per poi riprendere il suo corso obbligatorio all'alba di un nuovo giorno... un giorno uguale al precedente,

almeno per quanto riguarda le camminate da fare, il numero di scale da salire, le quantità da ingerire...

Non possono esserci cambiamenti, nemmeno «fuori-pista»; tutto deve essere freddamente calcolato. Un mondo che ha giornate troppo brevi e non ha tempo per attimi di assoluto riposo, di tranquillità, di svago...Non considera la benché minima emozione, per lui non ha un'importanza perché essa non ha consistenza, può svanire tanto velocemente come si manifesta, e appare come una debolezza...

Da un film:

«...Se solo potessi io me ne andrei.» «Dove vorresti andare?» «Via dal mio corpo.» «E perché?» «Uno degli aspetti negativi del mio corpo è che non è mai soddisfatto, ha troppe esigenze.» «Certe sue esigenze io non le sottovaluterei, voglio dire, soddisfarle è piacevole.» «Cerchi di rinunciare alle soddisfazioni, vedrà quale sicurezza le darà.» «Ma è quello che avviene comunemente, voglio dire, quanti desideri insoddisfatti rimangono alla fine della giornata?» «Io ho paura della vita, ho paura della vita che fate voi. «Vuol dire che non te la godi. Tu cosa vuoi dalla vita?» «Niente.» «Ma come, la vita è tutto quello che abbiamo, che siamo sicuri che esiste...Qui siamo vivi.» «Non mi tratti così, mi fa sentire una donna. Io vorrei essere un uomo, un uomo forte.» *(Al di là delle nuvole*, Michelangelo Antonioni)

E ancora, dal testo di un'altra ragazza:

Sono spesso confusa, le mie emozioni tendono a essere altalenanti. Sentirmi confusa mi spaventa, mi butta giù, divento triste, nervosa, tanto nervosa, mi agito. Diventa tutto un mix molto confuso e mescolato. Quando sono sommersa dai vari impegni sono infossata, lì proprio non



capisco più niente, e l'umore diventa nero e più che tristezza è proprio desolazione, nel senso che mi sento in fondo a un buco nero e niente può tirarmi fuori...

Ora mi succede di meno perché quando sono lì lì per venirmi in mente evito... perché se l'immagine mi sfugge mi fa diventare fuori di testa, mi sento solo scoppiare la testa o di tirare pugni al muro, ma spesso non capisco cosa mi succede dentro, non lo capisco perché non capisco da dove vengono ecco, e viene fuori che avevo mangiato come un maiale tutti i giorni prima quindi ero gonfia e grassa e mi vedevo così grassa... Spesso mi mangio le mani, cioè le pellicine ma fino ad arrivare fino alla carne, oppure fumo se sono all'aperto, o se sono da sola mi abbuffo però solo se sono da sola, non se sono con gli altri...

Il sintomo è espressione di un malessere, ma è anche la miglior soluzione possibile trovata in quel momento, una specie di "auto-cura", ed è importante tenerlo a mente e rispettarlo.

Si tratta di comportamenti che sono portatori di un malessere che coinvolge tanto i giovani quanto gli adulti che ruotano attorno al suo mondo. C'è *un comune senso di disorientamento, di impotenza e di indefinitezza* in cui gli interrogativi e le incertezze identitarie che attraversano gli adulti spesso rispecchiano gli stessi interrogativi e incertezze che caratterizzano il processo adolescenziale e fanno loro da cassa di risonanza. I comportamenti autodistruttivi sono espressione a volte di un imponente blocco del processo evolutivo (e del senso di fiducia) sul quale vi è una qualche possibilità di intervento costruttivo solo se si tiene presente che il ragazzo spesso non può comunicare altrimenti un proprio disagio. Egli può, tuttavia, mobilitare l'ambiente attraverso i comportamenti, nella speranza che sia l'altro, l'adulto, a riconoscere ciò che ci sta dietro e a capire che può essere al momento espresso solo in questo modo. Come poter fare?

"Limite", dal latino *limes*, significa propriamente una linea condotta trasversalmente attraverso una qualsiasi superficie, quindi soprattutto attraverso il terreno. Essa delimita due campi, distinguendo ciò che è autorizzato o vietato varcare. Ma può essere molto più di una linea di demarcazione, perché può definire lo spazio che separa due territori, è un "tra-

due", che non appartiene all'uno o all'altro, ma una fascia di terreno in cui i vicini vedono riconoscersi le reciproche frontiere. Infatti se da un estremo si costruiscono muri, finirà che non si potrà più parlare; se, dall'altro, si elimina la fascia e i terreni sono adiacenti, uno spingerà la propria frontiera più in là invadendo il territorio altrui (Pommereau, 2017). Il limite ha uno spessore. Se i due terreni sono uno i genitori o gli adulti e l'altro l'adolescente, il limite – terreno auspicabile – sarà una co-costruzione tra i due, e lo spessore si muoverà tra essere più sottile o più ampio.

Un *assetto mentale* in grado di salvaguardare quindi una separazione protettiva tra il dentro e il fuori, una giusta distanza relazionale che consenta di sperimentare la propria autonomia in presenza dell'altro, una "zona di rispetto" tra l'interno e l'esterno, la "porta" – interfaccia con l'altro – che può essere aperta o chiusa, alternativa umana, di cui parla Pellizzari (2015), al muro o all'invasione da cui non ci si può sottrarre.

L'adolescente ha bisogno di distinguersi per farsi riconoscere (lo scarto dalla linea è obbligatorio), ed è importante permettergli di vivere questo desiderio senza rifiutarlo. Ma è importante nello stesso tempo capire quale sia l'entità dello scarto che l'adolescente usa per distinguersi e come si ripercuote nel modo di vivere con i pari e nella realtà esterna. *Quanto cioè si mette in pericolo.*

A volte si deve *chiedere un aiuto esterno*, in équipe multidisciplinare, un intervento terapeutico articolato su più livelli, risultato della reale ed efficace integrazione tra differenti funzioni che prendano in considerazione sia la dimensione della cura fisica che quella della sofferenza psichica, emotiva e ambientale, coinvolgendo sia il ragazzo che i genitori e le figure significative.

Il riuscire a rispondere, da parte dell'ambiente, in modo tempestivo ma sempre più adeguato ai bisogni specifici, faciliterebbe il percorso evolutivo dal "corpo come se" al "corpo come sé", sia per l'adolescente che per l'ambiente, intendendo anche questo come un "corpo" che può rifiutare – espellere – oppure accogliere e contenere bisogni, richieste, sofferenze in un'ottica trasformativa e integrativa (Albero, Freddi, Pelanda, 2008).

PER APPROFONDIRE

ALBERO D., FREDDI C., PELANDA E. (a cura di) (2008), *Il corpo come se. Il corpo come sé. Trasformazione della società e agiti autolesivi in adolescenza*, FrancoAngeli, Milano.

JEAMMET P. (2006), *Anoressia bulimia*, Le Comete, FrancoAngeli, Milano.

LOMBARDI R. (2016), *Metà prigioniero, metà alato. La dissociazione corpo-mente in psicoanalisi*, Bollati Boringhieri, Torino.

PELLIZZARI G. (2015), *La costruzione del setting come luogo del pensiero*, Seminario Area G di Milano (21 febbraio 2015).

PENNAC D. (2012), *Storia di un corpo*, Feltrinelli Editore, Milano.

POMMEREAU X. (2017), *L'adolescente e i rischi: come aiutarlo a correrli senza spingersi troppo lontano*, Seminario Area G di Milano (8 aprile 2017).

WINNICOTT D.W. (1989), *Sulle basi del sé nel corpo*, in Id., *Esplorazioni psicoanalitiche*, Raffaello Cortina, Milano, 1995.

SULL'AUTRICE

Valentina Miot, Referente Scientifico Area G Associazione Onlus, Milano. Psicologa psicoterapeuta, consulente in libera professione presso il Servizio per i Disturbi del Comportamento Alimentare, U.O. Psichiatria, D.S.M. Ospedale S. Gerardo ASST Monza. E-mail: v.miot@libero.it



L'allegro chirurgo fai da te

di Giuseppe Preziosi

*You are terrified of your own children,
since they are natives in a world where
you will always be immigrants. Because
you fear them, you entrust your
bureaucracies with the parental
responsibilities you are too cowardly to
confront yourselves.*

John Perry Barlow, *A Declaration of the
Independence of Cyberspace*

Questo scritto trova origine nella lettura di un libro, *Essere una macchina* di Mark O'Connell, un reportage giornalistico che descrive un percorso di ricerca all'interno della Galassia del Transumanesimo². In un

capitolo del libro l'autore racconta di aver accompagnato il candidato alle elezioni presidenziali USA, Zoltan Itsvan, nel suo *tour* elettorale; i punti qualificanti della sua campagna elettorale riguardavano la richiesta al Congresso di maggiori investimenti per il conseguimento dell'immortalità per la razza umana. O'Connell descrive una terza persona in questo strano viaggio: un ragazzo straordinariamente magro con occhi da asceta e i capelli neri, lunghi, divisi da una riga, di nome Roan. Si tratta di un volontario per la campagna di Zoltan che «non vuole



² Il Transumanesimo è un movimento di pensiero/ideologia/comunità eterogeneo e

variegato che si basa sul presupposto comune dell'evidente obsolescenza del corpo umano.

assolutamente morire» come riferisce all'autore, quindi si impegna con tutte le sue forze e le sue risorse a finanziare le ricerche per raggiungere non semplicemente il prolungamento della vita ma l'immortalità. Per lui «la scienza è il nuovo dio, la scienza è la nuova speranza». Roan racconta di aver avuto, da bambino, un incidente in bicicletta e una successiva perforazione della milza potenzialmente letale. Ristabilitosi, l'aver scalfito la patina sottile della realtà e averne rivelato l'orrore sottostante, lo immobilizza in un pensiero: la possibilità della morte, la possibilità di morire nel sonno, condannato nel suo corpo, inerme e insensibile. Roan segue una dieta ipocalorica, senza alcool, né carne, né droghe, per raggiungere la massima longevità possibile. È una questione di anni dice, «i 10 anni che guadagno astenendomi potrebbero farmi avere accesso a qualche importante scoperta scientifica che permetterà di sconfiggere la morte... e allora si me la godrò». E nel futuro Roan immagina i *sexbot*, robot dotati di intelligenza artificiale programmata per il sesso. Roan non ha mai avuto rapporti sessuali e aggiunge che le ragazze vere sono pericolose, potrebbero tradirti, o mischiarti una malattia venerea.

Che dire di Roan?

Non è certo di un caso, per di più clinico, che voglio parlare; sarebbe arrogante e presuntuoso, ma dichiaro almeno la fantasia che Roan abbia potuto varcare la porta del mio studio, portato lì magari da qualche inciampo nelle sue certezze, forse un sogno oppure lo sguardo di qualche ragazza. È forse solo un esercizio ozioso il mio, ma posso avere la pazienza di assecondarlo per un po' per vedere dove mi porta.

Un giovane ragazzo concentrato su l'obiettivo dell'immortalità, che rinuncia a ogni forma di piacere, alla possibilità di un desiderio, per un godimento infinito spostato in un aldilà di tempo; uno spostamento non indefinito, ma solo una questione di anni, data per scontata la possibilità di allungare di decenni la durata della vita media per poi arrivare a una piena immortalità. Certo la vita e l'esistenza di Roan possiedono infinite sfumature che non posso neanche immaginare ma, se continuiamo a giocare a questo gioco, possiamo subito evidenziare che le conseguenze delle convinzioni di Roan precipitano sul suo corpo. Su ciò che lo nutre, su ciò che ha la possibilità di attraversarlo come corpo carne, su ciò che può avvelenarlo, infettarlo. Ciò che può eccitarlo. Ma anche questo corpo in sé

sembra essere rifiutato, così limitato e limitante; quella di Roan sembra una attesa per potersene sbarazzare, poterne fare a meno.

Una sentenza di obsolescenza sembra sempre più diffusa e pervasiva riguardo il corpo che abitiamo. E il tempo di questo passaggio mi appare come un movimento a spirale all'interno della quale non è chiaro se sia un processo già avvenuto, in atto o ancora a venire.

A questo proposito mi sembra efficace la riflessione di Giovanni De Renzis, analista della Società Psicoanalitica Italia (SPI), sul termine post-umano, in particolare il prefisso *post*:

C'è infatti un "pre-fisso" posto □ come gli compete □ prima di tutto, che ha però in questa occasione una valenza alquanto particolare, trattandosi di un "post". Inoltre "post" qui, come ogni volta che è messo in posizione anticipante, non concerne affatto un "futuro posteriore". Esso non può che proiettare un "futuro anteriore" [...]. Il "post" insomma non si libera di quel presente che vorrebbe esorcizzare come superato, come passato, che invece continua a sussistere come condizione della sua stessa esistenza prospettica. Una esistenza che non si è (ancora?) emancipata dalla propria provenienza, che ha bisogno per essere "nominata" di rincorrere a un "patronimico", non avendo (ancora?) un nome proprio. Anche se □ o proprio perché □ ne ha sancito la perdita, il lutto attraverso la dis-continuazione imposta dal "post" [...]. Il tempo del "post" è dunque un tempo "apprensivo", nostalgico in anticipo, per così dire. Non sa davvero emanciparci e perciò si sente già sospinto verso un'ulteriorità che non è un vero futuro, ma appunto soltanto un "post" (2018, pp. 102-3).

Un tempo futuro impossibile ad accadere in cui si posiziona Roan, un tempo che cancella il presente e che inchioda a una paradossale nostalgia per il ciò che dovrà avvenire.

L'orizzonte del superamento dei corpi è più groviglio di fantasie contraddittorie, scoperte tecnologiche, obiettivi visionari ma anche timori, pregiudizi e ingenuità, che una evoluzione lineare o una rivoluzione incipiente. Corpi criogenati che aspettano la possibilità dell'immortalità, supporti robotici per coscienze digitali, la possibilità di tradurre in dati replicabili l'intero universo di

una mente umana, intelligenza artificiale. Ma tutto ciò non è più solo il campo di letteratura fantascientifica o cinematografia hollywoodiana, bensì di investimenti multimilionari di organizzazioni quali Google o Amazon.

Più semplicemente, è il racconto del quotidiano di ognuno di noi, con, ad esempio, le nostre protesi sensoriali digitali perennemente in tasca o in borsa, è lo spazio della proliferazione delle immagini in cui siamo immersi. La costruzione di un alter ego o più alter ego che presenzino i nostri spazi di vita non è certo ormai un progetto illusorio, deviante, “fuori dalla società”, disfunzionale; *avatar* senza smagliature e senza buchi, senza imperfezioni e impurità, desessualizzati e non implicati in una mancanza. Si stanno costruendo, è già ne esistono, solidi e prosperosi imperi commerciali su immagini che non rimandano a niente se non a loro stesse; immagini che si tengono in piedi sulla forza del consenso che riescono a convogliare. Non veicolano nulla, nessun messaggio, nessuna ideologia, nessun contenuto artistico che possa più o meno piacere, possa essere più o meno criticabile, propagandano soltanto la possibilità di una vita senza aloni, filtrata, senza ombre, senza noia, senza limite. Tutto questo passa attraverso la costruzione di un corpo che sia protagonista e palcoscenico di questa messa in scena, e che però deve scomparire nella sua imperfezione, nella sua finitudine, nei suoi odori, nei suoi gorgoglii, nei suoi scarti. E se la psicoanalisi si ostina a porre la questione del limite, che proprio il possedere un corpo implica, buona parte del resto del mondo va da tutt'altra parte. Penso allo sviluppo tecnologico che sempre di più ci offre l'opportunità di filtrare il nostro aspetto, di accedere a una realtà aumentata. È sostanzialmente infinito il numero di possibilità in cui possiamo offrirci allo sguardo del mondo che è in attesa nella nostra ennesima messa in mostra. E se in fondo può essere solo un semplice gioco tra adolescenti che si scambiano immagini dei loro volti con le orecchie e il naso da panda, è sempre più difficile capire chi sia in realtà la persona dall'altra parte dello schermo che



attira il mio sguardo; se la sua immagine corrisponde alla realtà e se esiste oltre i filtri che la costruiscono. E in più, una volta che si è costruita una immagine funzionante ma fittizia, cosa si fa dei propri connotati reali di carne³?

Se tutto è virtuale, se il “delitto perfetto è stato commesso: la realtà è stata uccisa”, se ciò che esiste è puro scambio di segni, se nessuna metanarrazione è possibile ma solo narrazioni, se i fondamenti stessi del sistema rappresentazionale sono in discussione, che ne è della distinzione tra identità e imitazione? Che ne è dei processi del lutto (crocevia di ogni introiezione, assunzione di identità e accettazione di differenze)? Ci avviamo, nella mediaticità totale, verso una società non solo senza

³ Le ultime modifiche a questo articolo cadono nel tempo dell'isolamento e della quarantena da Covid-19. Come tanti altri colleghi mi sto confrontando con l'esperienza della terapia tramite piattaforme di comunicazione via

internet. L'incidenza improvvisa della realtà sembra quasi rendere superate alcune riflessioni sul corpo in presenza. Credo però che sia giusto prendersi il tempo della riflessione e del pensiero prima di esprimere giudizi in un senso o nell'altro.

padre ma anche senza lutto? (Barale, 2003, p. 25)

L'eco di questo vociferare globale arriva naturalmente anche a bussare allo studio dello psicoanalista. Ho immaginato in questo scritto che potesse essere Roan con il suo desiderio di immortalità. Quali interrogativi potrebbe porermi l'incontro con questo giovane uomo? Come peserebbe in me il precipitato del "sapere" psicoanalitico?

Se di questo ingombro chiamato corpo, nell'attesa di poterne fare a meno, qualcosa siamo costretti a farne, perché allora non colonizzarlo fino a ogni sua remota porzione? Perché non impegnarsi nell'addomesticazione e nella possibilità di costruirlo a mia immagine e somiglianza? Quale è il confine che la psicoanalisi dovrebbe presiedere, quale limite è invalicabile?

Nel primo numero del 2003 della rivista "Psiche" ci si chiedeva

La psicoanalisi ha a disposizione un apparato teorico ancora in grado di comprendere e raccogliere i mutamenti in corso, "le nuove geometrie della mente"? Oppure i sommovimenti in corso, lo scomporsi degli apparati simbolici e degli assetti collettivi che facevano da tessuto di fondo e da scenario alla particolare nicchia ecologica in cui Freud aveva ambientato la sua particolare versione della allegoria edipica (la famiglia coniugale con la sua repressione della sessualità e la forte erotizzazione dei legami intrafamiliari) costringono a revisioni radicali? [...] è certamente il passaggio da un soggetto che si interroga su se stesso (Edipo), sulla propria identità, magari riconoscendo la propria sostanziale eterogeneità ed eterocronia, la propria incompiutezza e apertura, il reticolo conflittuale di spinte, rapporti, differenze, desideri ed eredità, conscie e inconscie, grandi e piccole, che lo costituiscono in una circolazione dialettica mai finita, ma che può comunque avventurarsi in questa ricerca proprio perché sorretto

da potenti organizzatori psicosociali, a un soggetto caratterizzato da un nomadismo ben più radicale, dal disperdersi delle soggettività nei flussi mutevoli che le attraversano, non più organizzati da strutture simboliche forti (Barale 2003, pp. 20-1).

Il mercato e lo sviluppo tecnologico, aggiungerei il progredire delle capacità bio-mediche-chirurgiche, costruiscono nuovi spazi e nuovi orizzonti di identità e consumo. Più volte nella storia delle mode e dei consumi fonte di ispirazione sono state culture giovanili marginali, movimenti sotterranei portati alla luce del mercato e trasformati in merce. Accendiamo quindi un faro sui *grinders*, una sottocultura nata alla fine degli anni novanta nella quale confluiscono elementi del *ciberpunk*, della cultura *hacker* e del Transumanesimo catalizzate dai nuovi orizzonti della biotecnologia. Per i *grinders* lo sviluppo tecnologico non è più solo qualcosa da possedere, acquistare, abitare, ma qualcosa da essere, incarnare. È l'idea di *cyborg DIY (Do It Yourself)*, uno stato di esistenza ibrida tra uomo e tecnologia non mediato da nessun intermediario se non dalla propria volontà di trasformazione. I *grinders* non vanno da un chirurgo plastico per sottoporsi a operazioni estetiche, né si rivolgono a tatuatori *et similia*, ma procedono alla loro ibridazione *facendo da soli*, in garage e sala operatorie improvvisate. O'Connell, che dedica a loro alcune pagine del suo libro, scrive «c'è roba dappertutto, buttata alla rinfusa e non pulitissima: dischi rigidi sbudellati, monitor smontati, bottiglie di birra vuote, scatoloni di cartone, attrezzi da ginnastica inutilizzati da tempo e rivestiti da una patina vellutata di polvere» (2017, p. 150). Abbiamo a che fare con magneti sotto pelle che individuano campi magnetici, luci a led sottocutanee, microchip impiantati nella carne che comunicano con i cellulari o sono in grado di aprire un'automobile, dispositivi capaci di registrare dati biometrici e di condividerli via internet. O'Connell fa un accenno anche al movimento *Quantified Self*, una comunità

⁴ Il "fallo da solo" è uno slogan di ispirazione anticonsumista e autonomista diffuso nelle sottoculture giovanili a descriverne la decisa volontà di indipendenza e autonomia.

⁵ *Quantified Self (QS) is the term that embodies self-knowledge through self-tracking. The list of things that we can measure about ourselves is endless: among others our heart rate, respiration,*

hours slept, or even the number of sneezes and coughs during a day. However, not all important things in life can be measured and not everything that can be measured is important. QS really revolves around finding personal meaning in your personal data (www.qsinstitute.com) [Quantified Self è un termine che include autoconoscenza di sé tramite auto-tracciamento. Le lista delle cose

internazionale di soggetti che condividono l'interesse e lo sviluppo di strumenti per la registrazione e la condivisione di dati biometrici. Il loro motto è “*self-knowledge through numbers*” (autoconoscenza tramite i numeri). Corpi hardware ridotti a interminabili misurazioni e cicli di stimoli e risposte, corpi conoscibili in ogni loro manifestazione, corpi orientati da statistiche e tabelle. Il trionfo del controllo, dell'analisi dei dati, della riduzione dell'umano a un insieme di informazioni.

Senza doversi sottoporre a operazioni chirurgiche o a grossolani interventi in uno scantinato, la tecnologia “indossabile” ci fornisce innumerevoli possibilità di registrazione, controllo, gestione, verifica del nostro stato di corpi. Possiamo monitorare il ritmo cardiaco, la pressione sanguigna, la velocità della corsa, rilevare l'apnea notturna, il livello di glucosio nel sangue. Il designer Anouk Wipprecht ha relaizzato *Agent Unicorn*, un dispositivo che monitora l'attività cerebrale di bambini affetti da Disturbo da deficit dell'attenzione e iperattività (ADHD), naturalmente ispirandosi nelle forme alla fisionomia degli unicorni. La sua funzione è di rilevare gli stimoli ambientali che provocano i sintomi del disturbo. Lo scambio di informazioni tra elettrodi, fotocamera e *software* collegato tramite *wi-fi*, permette di registrare in video ciò di cui il soggetto fa esperienza e di associarlo con eventuali alterazioni dell'attività cerebrale. È in via di realizzazione anche un ciuccio capace di misurare il livello di glucosio e in generale di fornire diversi dati biometrici dall'analisi della saliva.

Anche il “sapere” della *cura* quindi si trasforma via via in un insieme di tabelle, misurazioni, grafici, grandezze, travasando il soggetto, compreso il suo corpo, su di uno schermo, in una registrazione.

J.A. Miller parla di un'*auterotica del sapere*. Con questa definizione descrive una trasformazione radicale del soggetto adolescente rispetto al rapporto con l'Altro e il sapere. Se, classicamente, l'adolescente doveva fare i conti con l'adulto/genitore/educatore per avere un accesso al “sapere”, attraverso l'obbedienza, la seduzione, la richiesta violenta, questo

passaggio è ormai disintermediato grazie alla presenza infinita e sempre disponibile delle nuove tecnologie dell'informazione. Oltre a essere prosciugato da ogni autorità e autorevolezza, l'Altro adulto, si ritrova detentore di nessun sapere.

Cosa può dire di questi corpi adolescenti la psicoanalisi? Ogni sapere organico, biologico è misurato e misurabile e spesso si associa a sistemi di cura specifici e peculiari; il campo delle trasformazioni e delle mutazioni possibili sembra illimitata, e varia a seconda del gusto, della disponibilità economica e delle mode. Il tempo in cui siamo immersi è quello dell'accelerazione se non dell'istante del click.

In un articolo di alcuni anni fa, ma ancora molto attuale, Donata Miglietta, mette in antitesi il lavoro della psicoanalisi, della psicoterapia (e dello psicodramma) alla “erosione della dimensione temporale” propria dei nostri giorni. L'autrice individua due tensioni che si innestano nelle dimensioni di tempo e spazio. Da una parte appunto il tempo dell'accelerazione, del soddisfacimento immediato («Il lavoro che facciamo in analisi o in psicoterapia si oppone all'erosione della dimensione temporale, capire e cambiare richiede tempo, il pensiero si costruisce solo nell'attesa e non offre il benessere immediato» Miglietta, 2007, p. 116) e dall'altro quelli che definisce i “rifugi della mente”, i luoghi dove l'adolescente nel tempo “catastrofico” del cambiamento, delle trasformazioni biologiche, della ricerca dell'identità, in una ridda di tristezza, angoscia, rabbia, timidezza, paura, può trovare un luogo in cui “migrare” «I rifugi della mente si prestano a neutralizzare e a controllare l'angoscia di morte e l'aggressività di tipo primitivo [...] il rifugio può diventare [...] un'attitudine così regolare da non essere più un involucro transitorio, ma da assomigliare piuttosto a uno stile di vita segnato dalla dipendenza e il soggetto può anche giungere ad abitare in un mondo onirico o fantastico che trova preferibile al mondo reale» *ivi*, p. 113).

La psicoanalisi quindi come “guardiano del pensiero in una società del fare”, un compito inattuale e quindi assolutamente contemporaneo⁶ ma anche insidioso nelle

che possiamo misurare riguardo noi stessi è senza fine: tra le altre il nostro battito cardiaco, la respirazione, le ore di sonno, o gli starnuti e i colpi di tosse. Ma, non tutte le cose importanti della vita possono essere misurate e non tutto quello

che può essere misurato è importante. Il QS ruota intorno alla ricerca di significati personali rispetto ai propri dati].

⁶ «Appartiene veramente al suo tempo, è veramente contemporaneo colui che non coincide perfettamente con

sue derive possibili, nostalgiche, reazionarie e onnipotenti.

Post scriptum

A chi fosse in apprensione per Roan Horn, questo ragazzo che ho descritto un po'

smarrito, posso dire che è facile trovarlo in rete, c'è un sito a suo nome. Vende online. Ha creato una sua linea di prodotti che favoriscono la longevità, una via più prosaica nell'attesa di raggiungere l'immortalità.

PER APPROFONDIRE

AGAMBEN G (2008), *Che cos'è il contemporaneo?*, Nottetempo, Milano.

BARALE F. (2003), *Normale caos dell'amore: corpo, Edipo e Sexualtheorie all'epoca della modernità liquida*, in "Psiche, corpi e controcorpi", 1/2003, Il Saggiatore, Milano.

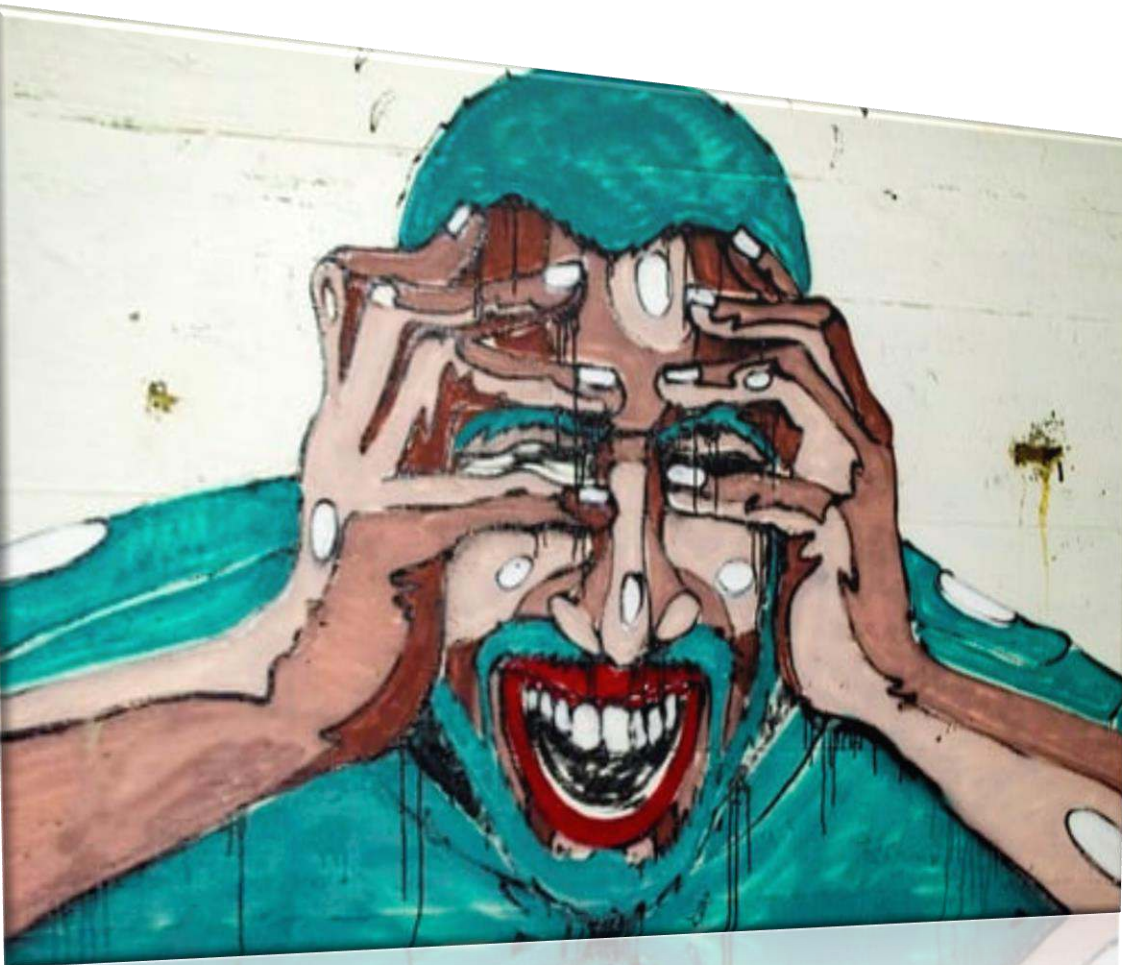
DE RENZIS G. (2018), *Immagina puoi*, in "La Psicoanalisi", Postumano, 63/64, Astrolabio, Roma.

MIGLIETTA D. (2007), *Il mondo degli adolescenti tra realtà e surrogati virtuali del gioco*, in "Nuovi Quaderni di Psicanalisi e Psicodramma Analitico", Dipendenza, parte seconda, IV, 1-2/2007, Edimond, Città del Castello (PG).

O'CONNELL M. (2017), *Essere una macchina*, Adelphi, Milano 2018.

SULL'AUTORE

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



esso né si adegua alle sue pretese ed è perciò, in questo senso inattuale; ma proprio per questo, proprio attraverso questo scarto e questo anacronismo, egli è capace più degli

altri di percepire e afferrare il suo tempo» (Agamben, 2008, p. 9).

Con la mente tra i capelli

di Giulio Artizzu, Michela Onali Santoni



In adolescenza il corpo cambia, diventa sessuato, inevitabilmente si trasforma, diventa altro da sé. Ciò che spesso segnala questa estraneità perturbante al soggetto adolescente è lo sguardo dell'altro, genitoriale e sociale, ma anche il proprio sguardo, allo specchio. È perturbante perché a un certo punto quello sguardo, da sempre familiare, rimanda qualcosa di nuovo, di inaspettato, dunque estraneo - il corpo estraneo, corpo in trasformazione - divenendo, così, uno sguardo non-familiare, *unheimliche* (Freud, 1919).

Sarà certamente capitato, a chi ha esperienza di lavoro con adolescenti, di ascoltare genitori pronunciare, straniti, frasi come: «non lo/la riconosco più!» (Pelanda, 2003). Nel riferirsi al solo cambiamento di

carattere o di atteggiamento, in realtà, inconsapevolmente, ci si riferisce anche al corpo in trasformazione: la voce, i peli, le curve, il modo di portare i capelli. Altrimenti, può capitare di ascoltare dei genitori continuare a chiamare “bambino” o “bambina” il loro figlio adolescente, che con tutta probabilità è già entrato nella pubertà, e, nel chiedergli conto di questo termine, ottenere risposte di questo tipo - come se fossero stati colpiti e anche storditi da una verità incontrovertibile fino a quel momento invisibili: «Eh sì, in effetti non è più una bambina, si è già sviluppata ed è quasi più alta di me». In quel preciso momento, anche per il genitore, è il perturbante, è lo spaesamento. Talvolta capita che, dopo scambi come questo, alcuni genitori

aggiungano che non è facile accorgersi che il loro figlio non è più bambino e anche pensare che è passato tutto questo tempo; dunque la constatazione di una crescita del figlio, non più bambino, e del suo corpo adolescente ormai sessuato, ma anche di un invecchiamento del proprio corpo che, con il tempo, si consuma.

Allo stesso tempo, è perturbante per ciascun adolescente guardarsi un giorno allo specchio e non riconoscersi più, ascoltare la propria voce e, tutto d'un tratto, accorgersi che non è più la stessa.

Uno dei compiti dell'adolescente sarà proprio quello di *fare il lutto della propria infanzia*, dell'immagine del proprio corpo infantile. In un certo senso i ragazzi, oggi più che in passato, si trovano di fronte a una "emorragia di identità". In passato si poteva contare su percorsi rigidi, su scelte obbligate, su valori imprescindibili, su riti di passaggio; in sintesi anche su una minore libertà di scelta. Questo non vuol dire che si stesse meglio, ma semplicemente che oggi alcuni elementi sono venuti meno, sono venuti a mancare e dobbiamo dunque fare inevitabilmente i conti con delle differenze radicali nel modo in cui si struttura o, se usassimo esclusivamente le lenti del passato, non si struttura, oggi, la soggettività.

Se un tempo la nevrosi poteva in qualche modo essere legata a una mancanza di libertà, a un eccesso di costrizione (da qui anche la *trasgressione* adolescenziale, etimologicamente "andare oltre il limite", anche del linguaggio, per rifondarlo), oggi, nell'epoca della post-educazione, la nevrosi - sempre che si possa ancora definire semplicisticamente nevrosi - sembra legata più che altro all'opposto: a un eccesso di libertà, che può anche voler dire essere alla deriva, soli, in balia di se stessi e delle proprie scelte presenti e future (Freud, 1929).

L'adolescente si trova di fronte al compito di imparare le parole dell'amore, di reinventare il linguaggio, per affrontare domande alle quali nessuno può rispondere: né l'altro genitoriale, né l'altro della rete o del web. Insomma, deve trovare una chiave di accesso, a partire dal proprio essere e avere un corpo, alla scena sociale.

Attorno a questa complessa tematica, ci siamo soffermati su un particolare aspetto corporeo, da sempre tenuto poco in considerazione nella letteratura ma, in realtà, estremamente significativo delle nostre radici psichiche: i *capelli*, il modo in cui sono

fatti e in cui vengono portati, il significato che assumono nell'età dell'adolescenza, quando un ragazzo o una ragazza cercano, spesso maldestramente, di pensare ed essere il proprio corpo, anche in virtù del futuro incontro con l'altro sessuale. Abbiamo preso spunto dalle nostre esperienze cliniche nei vari contesti in cui lavoriamo, per poter esplorare i diversi significati che questa parte così particolare del nostro corpo può assumere.

Pensiamo a quando, in adolescenza, alcune ragazze curano la perdita della propria immagine infantile con l'immagine stessa, ad esempio stando molto tempo davanti allo specchio a truccarsi, pettinarsi, acconciarsi, facendo dei propri capelli un vessillo ma anche un rifugio protettivo o, ancora, vivendoli come mezzo di connessione con il corpo materno, da cui per alcune è così difficile separarsi.

Alle volte, l'attività di guardarsi allo specchio è talmente assorbente che preclude lo scambio con chiunque altro, lasciandole sole davanti a questa parete riflettente che diviene l'unico modo per loro di sentirsi viste e pensate; paiono cucite al loro riflesso come Peter Pan è cucito alla sua ombra.

Può darsi che, provando a intromettersi in questo dialogo-monologo tra una giovane e il suo specchio, si ottengano perlopiù risposte irritate e ostili, sperimentando la sensazione che non ci sia posto per un terzo che "triangoli" e quindi approfondisca lo spazio, poiché tutto non può che rimanere appiattito in una dimensione duale e speculare. Se non c'è lo specchio, c'è la fotocamera del cellulare orientata verso di sé, anch'essa volta a non far mancare questo aggancio con l'immagine del proprio corpo.

È possibile, inoltre, osservare le ragazze compiere ripetutamente il gesto di passare le mani tra i propri capelli, pettinandoli, e che ciò abbia per alcune giovani il senso di una coccola, che sia un modo per "tenersi assieme". Come osservato da Lemma (2018) «I capelli possono essere utilizzati per soddisfare un bisogno di sensazioni tattili ed epidermiche, come una sorta di oggetto transizionale. La nostra relazione con i capelli è intimamente connessa alla primissima relazione con il corpo materno e all'esperienza della separazione da esso» (p. 174). Le esperienze sensoriali legate all'udito, alla vista, all'odorato, al tatto, all'essere toccati, alla temperatura corporea, necessitano delle cure materne per essere

integrate e per giungere, a poco a poco, alla distinzione dell'io dal non-io e alla delimitazione del confine di sé.

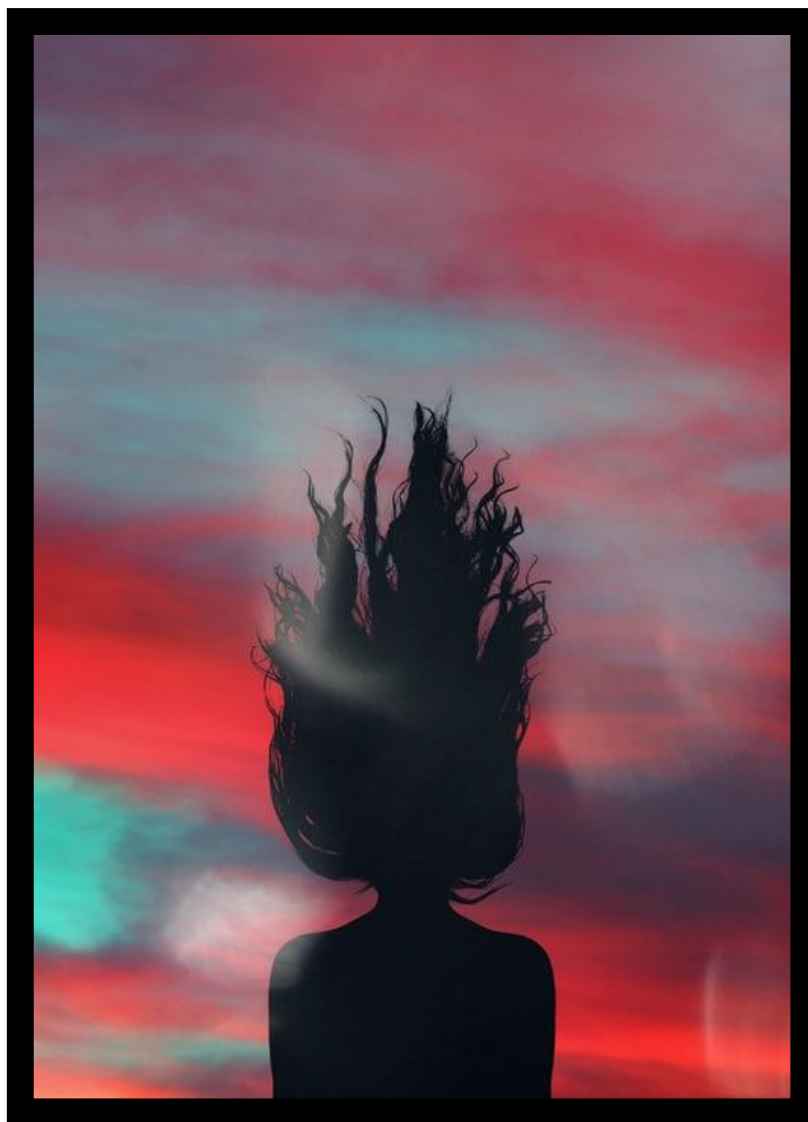
Osservando in particolare una ragazza in seduta mentre si pettina con le dita i capelli, è immediato visualizzare una situazione di non-separazione quando, attaccata al seno, era un tutt'uno con la madre e molto vicina ai suoi capelli, o, più avanti, a quanto sarà stata importante l'esperienza di essere accarezzata sulla testa, tra i capelli. Così importante e, allo stesso tempo, in un ambiente così depauperante, che questa giovane sembra non aver mai potuto prendere le distanze da lì, da quei momenti, da quelle sensazioni di contenimento.

Abbiamo pensato poi ad altre difficoltà emancipative che un ragazzo può incontrare e a che significato possa avere il fatto che si presenti di fronte al proprio terapeuta avendo apportato un cambio radicale ai propri capelli: una tinta diversa, un taglio decisivo, un'acconciatura nuova e stravagante. È importante che ci si chieda come mai ciò sta accadendo nel qui e ora della seduta, quale significato assume il corpo dell'adolescente quando ha una presenza così dirompente, insolita, se non addirittura inquietante?

A volte, sostenere un adolescente nei propri movimenti di separazione e individuazione, significa anche dare voce, spazio, parole alle sue trasgressioni o ai suoi cambiamenti

talvolta azzardati, maldestri, ma pur sempre soggettivanti.

Come osservato da Lemma (2018) «i capelli travalicano il confine tra interno ed esterno, tra ciò che è nascosto e ciò che è condiviso. Forse proprio perché essi hanno inizio dentro di noi, con radici invisibili, per poi crescere verso l'esterno, una parte di noi si sente esposta dal loro viaggio, come se dall'interno portassero con sé verità segrete e le rivelassero all'esterno, fin dalla cima della nostra testa» (p. 170).



Ci hanno molto commosso alcune riflessioni condivise riguardo ragazzi in età adolescenziale che possono presentare un problema di alopecia.

Con il termine alopecia si definisce il processo di diminuzione della qualità (colore, spessore) e della quantità di capelli o la loro scomparsa. Il termine deriva dal greco *alopez*, volpe, e vuole indicare un tipo di perdita di capelli a chiazze, come quella della volpe in primavera.

Lemma (2018) osserva: «Ci sono alcune

espressioni di uso comune nella lingua inglese come *Washing someone out of one's hair* (escludere, eliminare, dimenticare qualcuno) o *Keep out of one's hair* (togliersi dai piedi): in entrambe ci si riferisce ai capelli come luogo di connessione o di separazione con l'altro» (p. 174). Pensiamo che un problema di perdita o diminuzione della qualità e quantità dei propri capelli possa avere molto a che vedere con la necessità di "far fuori" qualcuno che è divenuto troppo ingombrante, di liberarsi di una presenza

genitoriale che occupa troppo spazio, di dimenticarsi, almeno per un attimo, dell'altro genitoriale, per reinvestire narcisisticamente il proprio corpo, riappropriarsene simbolicamente (Ruggiero, 2011). Pensiamo, inoltre, che la mancanza dei capelli sia riconducibile alla mancanza di pensieri, come se fosse difficile o addirittura impossibile "pensare con la propria testa"; si rivela allora indispensabile riorganizzare «la speranza che parlare possa servire a qualcosa, che la stanza delle parole esiste davvero» (Pietropolli Charmet, 1999, p. 135).

La qualità dell'investimento materno sul corpo dell'infante influenza profondamente il modo in cui l'adolescente accoglierà, o non potrà accogliere, le trasformazioni puberali e la nuova sensorialità proveniente dal corpo genitale. L'integrazione della psiche nel corpo non è un'acquisizione scontata: il corpo può essere rimosso, denegato, scisso e la mente può smarrire tracce e senso del proprio ancoraggio somatico. Come osservato da Ruggiero (2016), «attraverso il corpo e le sue patologie l'adolescente "parla", mostra ciò che non sa e non può dire con le parole, permettendo a chi sappia ascoltarlo di accedere ai segni inconsci che esso comunica. Il corpo mostra in sé i "precipitati" corporei delle relazioni successive e testimonia una storia personale che richiede di essere decifrata e arrata» (p. 47). In questo caso, "i precipitati" sono proprio i capelli, inesistenti, segno di qualcosa che non può essere né pensato né espresso.

È fondamentale offrire a un ragazzo alle prese con questo tipo di vissuti, che riguardano il proprio mondo interno e il proprio mondo corporeo, uno spazio dove possa dare voce a ciò che manca, a ciò che non cresce; talvolta, la possibilità di "mettere in parole", assieme a un altro, tale mancanza, costituisce un atto molto più terapeutico di una cura farmacologica, che spesso rappresenta il primo canale scelto, soprattutto dai genitori.

Ci è capitato di approcciare a una situazione simile e di riscontrare che solo quando il ragazzo ha detto, con la propria voce, di "no" alle cure mediche che gli venivano costantemente proposte dai genitori, il suo corpo è stato libero di crescere e maturare e, con esso, i suoi capelli.

In altri termini, «l'accanimento terapeutico era diventato la metafora dell'accanimento materno, che non voleva mollare la presa su questo bambino... sino al momento in cui dire

no a questa "cura della crescita" gli ha consentito di "crescere senza cura"» (Senzolo, 2017, p. 43).

Abbiamo infine pensato al significato dei capelli e delle acconciature con *extension* delle adolescenti che provengono dalla Nigeria e che vengono accolte in strutture educative, famiglie o si trovano a vivere in Italia con parte del proprio nucleo familiare. Ci ha suggestionato in particolare l'incontro con una ragazza che approda alcuni anni fa, all'età di quindici anni, sulle coste italiane, con delle treccine corte, fatte con i suoi capelli naturali e avvolte attorno a fili di lana colorati; il significato che la cura dei capelli assumerà nella sua permanenza in Italia sarà molto più profondo del dato estetico legato all'acconciarsi e all'apparire in un certo modo, nonchè qualcosa che va molto oltre un'appartenenza culturale differente.

Questa combinazione di capelli naturali e fili di lana colorati fa subito pensare al tentativo di questa adolescente di mescolare e tenere assieme due aspetti molto diversi, tanto quanto sono diverse e distanti Nigeria e Italia. La lana attorno al capello sembra anche rappresentare l'esigenza di tenere al caldo e al rifugio il proprio Sé, così frastornato da tante vicissitudini dolorose e laceranti.

Osserva Melanie Klein nel suo lavoro del 1940 *Il lutto e la sua connessione con gli stati maniaco-depressivi* «il dolore che si soffre, nel lento processo dell'esame di realtà, nel lavoro del lutto, pare dunque doversi attribuire in una certa misura alla necessità non solo di riannodare i legami con il mondo esterno e, nel farlo, a riavvertire ogni volta la perdita, ma anche al fatto che nel riallacciare tali legami si deve soffrire lo spasimo di ricostruire un mondo interiore che si sente in pericolo di disfacimento e di crollo» (pp. 336-7).

Così, travolta da una migrazione che ha disfatto i suoi legami familiari, sociali e culturali, questa giovane si trova alle prese con la necessità di annodare, riannodare, riallacciare e ricostruire il proprio mondo interno.

Molte di queste ragazze nigeriane trascorrono la maggior parte del proprio tempo davanti allo specchio del bagno con le mani tra i capelli e, circa una volta al mese, cambiano tipo di acconciatura, applicandosi *extension* di diversa lunghezza o fattura, annodandole ai propri capelli naturali in modi sempre nuovi, con minuzia, fatica e dedizione. Possono arrivare a trascorrere

davanti allo specchio anche sette ore consecutive. Se le si osserva durante questa attività, difficilmente le si percepisce preda della propria vanità, piuttosto è facile venire soverchiati da un senso profondo di perdita, di mancanza, di nostalgia, come se per queste ragazze staccare gli occhi dalla propria immagine riflessa potesse significare perdere parti di sé nell'oblio, essere mutilate in maniera irreparabile.

Risulta molto difficile, se non addirittura rischioso, provare a distoglierle da questa attività e a coinvolgerle in qualcosa che le allontani dal contatto con la propria immagine, perché ciò sembra avere a che fare con la loro sensazione di esistere e di tenersi in piedi, a fronte di una separazione traumatica e, forse, ancora povera di significato. Impressiona, oltretutto, il peso che questo tipo di capigliature le costringono a sostenere (talvolta le stesse trecchie di trecchine ricordano le ceste che le donne africane trasportano sul capo), come se davvero qualcosa di molto doloroso gravasse sulla loro mente: pensieri e separazioni pesanti.

Allo stesso tempo, queste giovani osservano allo specchio il loro cambiamento, autoprodotta: disfano le vecchie trecchine e si tolgono le *extension*, che cadono a terra formando un letto di fili di plastica scuri, senza vita, e se ne aggiungono di nuove, studiando innovativi modi di apparire, prima di tutto a se stesse, e vitalizzando così la propria testa e il contenuto di alcuni pacchetti commerciali. Forse questo fa sperimentare loro di poter controllare, in

qualche maniera, i momenti di separazione, ciò che perdono, e anche ciò che possono guadagnare: un'immagine nuova e dei nuovi prolungamenti della loro testa e dei loro pensieri.

Pensando allo specchio, è interessante ricordare ciò che osserva Winnicott, in un interessante lavoro del 1967 dal titolo *La funzione di specchio della madre e della famiglia nello sviluppo infantile*, ispirato dal lavoro di Lacan, in cui sottolinea l'importanza dello sguardo dell'altro, soprattutto della madre, nella costituzione del soggetto e afferma che il precursore dello specchio è lo sguardo della madre, proponendo questo tipo di formula: «quando guardo sono visto, quindi esisto» (p. 157). Di fronte all'angoscia derivante dalla perdita delle rappresentazioni di sé, queste adolescenti si rifugiano nel proprio mondo interiore per cercare di ricostruirlo e, allo stesso tempo, ricorrono a oggetti esterni che utilizzano, come specchi o *extension*, per aiutarsi a ricostruire la propria immagine.

I capelli ci hanno fatto molto pensare ed essi stessi ci sono sembrati pensieri: stravaganti, annodati, unti, maltrattati, ornati, scaldati, mancanti.

Così come pensare a questo tema ha fatto crescere in noi nuovi pensieri, o "allungare" i pensieri che già stavano nella nostra mente, speriamo che possa accadere lo stesso ai lettori: di rivedere i pazienti attraverso le loro teste o di trovare affascinante la possibilità di trascorrere un po' di tempo "con la mente tra i capelli".

PER APPROFONDIRE

FREUD S. (1919), *Il perturbante*, vol. IX: *Opere di Sigmund Freud*, Bollati Boringhieri, Torino.

ID. (1929), *Il disagio della civiltà*, X, *Opere di Sigmund Freud*, Bollati Boringhieri, Torino.

KLEIN M. (1940), *Il lutto e la sua connessione con gli stati maniaco-depressivi*, in Id., *Scritti (1921-58)*, Bollati Boringhieri, Torino 1971.

LEMMA A. (2018), *Pensare il corpo*, Giovanni Fioriti Editore, Roma.

PELANDA E. (2003), *Non lo riconosco più*, FrancoAngeli, Milano.

PIETROPOLLI CHARMET G. (1999), *Adolescente e psicologo. La consultazione durante la crisi*, FrancoAngeli, Milano.

RUGGIERO I. (2011), *Corpo strano, corpo estraneo, corpo nemico: itinerari adolescenziali tra corpo, psiche e relazione*, in "Rivista di Psicoanalisi", 4, LVII, pp. 823-47.

ID (2016), *Il corpo ripudiato*, in A. M. Nicolò, I. Ruggiero (a cura di), *La mente adolescente e il corpo ripudiato*, FrancoAngeli, Milano.

SENZOLO G. (2017), *Lacan e la psicosomatica*, Edizioni ETS, Pisa.

WINNICOTT D.W. (1967), *La funzione di specchio della madre e della famiglia nello sviluppo infantile*, in Id., *Gioco e realtà*, Armando, Roma, 1971.



SUGLI AUTORI

Giulio Artizzu, APC Genova. Psicologo psicoterapeuta, Consulente presso Servizio NPIA ASL4 Liguria, socio membro FLai (Forum Lacaniano in Italia) e membre EPFCL (École de Psychanalyse des Forums du Champ Lacanien). E.mail: g.artizzu@yahoo.it

Michela Onali Santoni, APC Genova, Psicologa psicoterapeuta, Socia AreaG (Milano). E.mail: michela.onali.santoni@gmail.com

Non sto più nella pelle, posso farti vedere il mio avatar?

Corpo reale e corpo virtuale nella prima adolescenza

di Maddalena Camoirano, Jennifer Virone

Dal sanscrito “incarnazione”, assunzione di un corpo fisico da parte di un dio, il termine avatar identifica, nell'attualità virtuale, una figura utilizzata come creatura immaginaria sostitutiva volta a rappresentare se stessi all'interno di giochi in rete. Nel mondo del web è il rappresentante di un soggetto reale, attraverso il quale l'individuo può connettersi con altri utenti.

Difficile oggi trovare un adolescente che non possieda un avatar, protagonista dei videogiochi con cui entra in contatto con i coetanei. A quali esigenze pubertarie risponde l'utilizzo di un avatar? Che funzione occupa nella prima adolescenza? Sappiamo che tale fase ha un significato specifico rispetto al processo di sviluppo, un tempo inevitabile entro cui si giocano diverse partite: il rimaneggiamento dell'immagine corporea, la riorganizzazione dell'onnipotenza del pensiero.



Il preadolescente deve fare i conti con qualcosa che ha perso e qualcosa che non ha ancora acquisito. Non è più totalmente dipendente dai genitori, ma non è ancora autonomo, non più identificato con loro e non ancora separato, non più bambino non ancora adolescente (Sapio, 2008). Le modificazioni corporee vengono inizialmente vissute dal ragazzo come qualcosa di estraneo, che si impone a un certo stadio dello sviluppo come un evento inaspettato, ma comunque biologicamente determinato. L'imposizione della nascita puberale, così definita da Gutton (Gutton, Bourcet *et al.*, 2003), riattiva quella condizione di passività tipica dell'epoca neonatale, prima vissuta nella relazione con la madre e ora riattualizzata nel rapporto con il proprio corpo. La crescita presuppone un passaggio, un movimento

trasformativo da passività ad attività: compito dell'adolescente è appropriarsi di quel corpo, conquistarne la giurisdizione, percepirlo come un corpo attivo che vede, sente, ascolta in modo nuovo e non solo, è visto, sentito, udito. Un cambiamento importante che modifica il modo di relazionarsi con la realtà. Il corpo, come filtro dell'esperienza vissuta e come interfaccia tra dentro e fuori, orienta la rappresentazione del mondo esterno. La sfida riguarda il passaggio da un'organizzazione psichica infantile in cui l'onnipotenza del pensiero si accompagna all'impotenza del corpo, a un nuovo funzionamento ove l'impotenza del corpo diventa potenza e l'onnipotenza del pensiero inizia a fare i conti con il riconoscimento del limite (Perret-Catipovic, Ladame, 1997). È proprio entro questo doppio binario che si giocano i primi movimenti evolutivi dell'adolescenza. Nel corso della trasformazione occorre rinunciare all'onnipotenza narcisisticamente indispensabile dell'infanzia ed elaborarne la perdita. Si tratta certamente di un compito difficile che molto spesso richiede la mediazione di uno spazio altro, in cui sentire di avere la padronanza di ciò che avviene. Non può forse questo spazio essere l'ambiente di un videogioco? Esso consente all'adolescente di conservare una quota di onnipotenza grazie alla possibilità di controllare ambienti e personaggi dalla propria postazione, senza dover attribuire al corpo fisico un ruolo attivo.

Il mondo virtuale rappresenta un sostegno per l'appropriazione delle esperienze soggettive, permette agli adolescenti di proiettarsi in un futuro che li angoschia. Qui la figura dell'*avatar* fornisce la possibilità di essere al contempo spettatore e attore dei propri movimenti, mettere in scena una possibilità reale non attualizzata nella vita concreta, la cui realizzazione appare ancora come molto lontana (Tisseron, 2014). Consente, in altri termini, di iniziare a occuparsi di sé. Un'ulteriore funzione dell'*avatar* è quella di dare la possibilità al giocatore di esprimersi senza doversi mostrare e, come quelle larghe felpe *oversize* che tanto amano i ragazzi, tenere nascosto un corpo che in adolescenza è spesso oggetto di vergogna e imbarazzo. L'identità virtuale offre dunque preziose soluzioni: celare i dettagli della propria fisicità che potrebbero essere oggetto di derisione e permettere di fare i conti con il nuovo

funzionamento del corpo, senza che questo sia oggetto dello sguardo diretto dell'altro. Non solo, sembra anche che la figura dell'*avatar* garantisca l'utilizzo del pensiero e della mente in uno spazio senza confini e sempre presente, come quello del web: un modo per mantenere ancora l'illusione di quell'onnipotenza tipica del pensiero infantile. Si tratta di una realtà virtuale fatta di "come se" che consente di creare ambienti simili alla realtà naturale, ma anche ridimensionare e controllare il *Sé grandioso* che caratterizza il funzionamento adolescente. L'*avatar*, con le sue infinite possibilità d'azione, lascia libera espressione ai propri desideri all'interno di mondi di fantasia creati *ad hoc*. Sono mondi surreali che, dovendo rispettare comunque le regole imposte dalla rete, si configurano come mediatori tra l'onnipotenza narcisistica e la realtà concreta (Lancini, 2015).

Una creatura immaginaria sostitutiva può funzionare anche come un doppio di se stessi con cui identificarsi e attraverso cui vivere un'esperienza: io soggetto posso provare e sentire ciò che immagino che l'*avatar* stia provando e sentendo. Il rapporto tra il soggetto e il suo *avatar* potrebbe essere associato alla relazione che il bambino ha con la madre: essa, fin dai primi istanti di vita del figlio, prova infatti delle emozioni "per" e "con" lui (Tisseron, 2014). Questa analogia tra i due tipi di rapporto è tanto più plausibile se pensiamo che con l'affacciarsi dell'adolescenza si ripresenti anche la possibilità di fare i conti con la rappresentazione interna dell'oggetto genitoriale. La spinta pubertaria lascia emergere al contempo un bisogno di separazione e autonomia e richiede la necessità di sottoporre a nuova verifica la capacità di restare solo. Così come il bambino durante l'infanzia diventa capace di rinunciare alla presenza reale della madre quando istituisce dentro di sé un "ambiente interno" (Winnicott, 1970), l'adolescente può cercare di darsi una nuova possibilità per adempiere a questo processo attraverso l'utilizzo del suo rapporto con l'*avatar*. Potremmo ipotizzare che quest'ultimo rappresenti un surrogato della figura materna grazie alla continua presenza e alla capacità di muoversi in funzione di ciò che sceglie il giocatore, alimentando l'illusione infantile di essere un oggetto creato per rispondere ai propri bisogni. È bene tenere a mente che questa opportunità nasconde una deriva



potenzialmente pericolosa: poiché l'*avatar* in sé non ha una vita indipendente da colui che lo muove, non vi è alcuna possibilità di scarto tra ciò che il soggetto decide e ciò che l'oggetto in effetti compie. In una totale assenza di frustrazione data dal vedere perennemente e immediatamente realizzati i propri bisogni, la relazione digitale con l'*avatar* rischia di configurarsi più come un rapporto fusionale di dipendenza che come un'opportunità soggettivante. Allora chi dipende da chi? Nell'illusione che quella figura dipenda unicamente dalle mosse del giocatore, non è il giocatore stesso a trovarsi nella condizione di dipendere dalla realtà del videogioco? È forse questo che lo mette sotto scacco: convinto della propria autonomia e capacità di gestione, egli, nella realtà, può divenire incapace di separarsi dall'*avatar*, dunque dal videogioco. Quando nel corso dell'infanzia non è stato possibile fare esperienza di una relazione primaria sufficientemente buona, il rapporto con l'*avatar* rischia ancor più di configurarsi come una relazione basata sulla completa dipendenza.

L'idea di poter controllare il comportamento e gli spostamenti della propria immagine virtuale offre un'ulteriore opportunità: allontanare da sé la minaccia della pulsionalità del corpo neopubere, tramite la padronanza degli stimoli sensoriali connessi

al gioco. Significa anche contenere l'eccitazione proveniente dal proprio corpo perché lo spazio virtuale permette di esporsi e sperimentarsi tramite interposto *avatar*. Il giocatore non rischia niente, è l'*avatar* a essere in prima linea e a tutelare il suo narcisismo. Possibili fallimenti e delusioni sono più tollerabili perché delegati a quella figura digitale che rappresenta se stessi ma anche l'altro da sé, in una continua dialettica

tra investimento narcisistico e oggettuale. Tale esperienza sostiene la capacità di appropriarsi delle proprie esperienze soggettive, offrendo rappresentazioni che l'adolescente può gradualmente integrare nel suo mondo interno.

L'adolescenza implica certamente una serie di vissuti angosciosi legati alla sessualità, dai quali spesso si tenta di fuggire; l'idea di poterli proiettare su una figura esterna concede forse l'illusione di poterli altresì controllare. In altre parole, l'ambiente del videogioco potrebbe rappresentare quel palcoscenico sul quale eseguire le prove generali antecedenti la messa in scena vera e propria. Si possono effettuare incontri con altri *avatar*, scoprire luoghi inesplorati, instaurare relazioni intime, anche sessuali, tutto questo con la garanzia che il corpo reale non venga direttamente implicato. O meglio, non è implicato nel suo agire ma lo è nel suo reagire. Gli aspetti angoscianti della sessualità sono allontanati e delegati al corpo visibile, che in quanto tale non deve temere il contatto diretto con l'altro, tipico del corpo tangibile (Tisseron, 2014). Di fatto qui il corpo pubere non ha ancora un ruolo attivo nell'incontro, bensì è oggetto della scoperta eccitatoria che quest'ultimo produce. Non è un caso se cercando sul web alcuni video riguardanti videogiochi di ruolo troviamo, tra

i risultati con un maggior numero di visualizzazioni, scene relative a incontri sessuali, baci appassionati, *flirt* tra *avatar*. Il giocatore si può muovere liberamente tra decine di impostazioni potendo svolgere diverse attività, inclusa la possibilità di interagire con altre persone provenienti da tutto il mondo. È sufficiente dare forma alla propria identità virtuale per poter passare da una spiaggia paradisiaca a una discoteca di tendenza, chattare con i propri amici e personalizzare sia la propria immagine che i mobili del proprio appartamento. L'adolescente può creare un'immagine su misura per sé e scegliere l'abbigliamento con cui mostrarsi: il menù delle impostazioni attraverso cui accede al guardaroba diventa la valigetta degli attrezzi che gli permette di affrontare nuovi incontri. Una ragazza che mostra i primi indizi della pubertà può ad esempio scegliere come avatar una figura femminile formosa, con un trucco evidente e un tipo di abbigliamento provocante: non il corpo di una preadolescente ma quello di una donna che può muoversi con disinvoltura nell'ambiente digitale.

Il virtuale diventa utile dunque nel suo essere un futuro "in potenza", un banco di prova in cui allenare la propria capacità di rappresentarsi come soggetto adulto. Vestire e abbellire il proprio avatar per incontrare altri sguardi virtuali sembra permettere due tipi di movimento psichico: un rimaneggiamento dell'investimento narcisistico sul corpo virtuale e un secondo investimento di tipo oggettuale, entrambi alleggeriti dal peso e dall'ingombro dei rapidi

cambiamenti del corpo reale. Attraverso il videogioco ci si può muovere come se il proprio corpo pubere e in divenire fosse già quello di un adulto capace di appropriarsene. Questo spazio transizionale diviene utile per compiere un graduale passaggio dal "come se" alla realtà, servendosi della potenzialità simbolica offerta dall'*avatar*. Se da un lato l'opportunità del virtuale risponde al bisogno di sperimentare, dall'altro occorre tenere a mente che può favorire un tentativo di fuga e di ritiro dal mondo esterno. In una fase molto delicata di disorientamento, in cui il preadolescente si trova a dover affrontare una serie di trasformazioni, la paura di mettersi in gioco può superare il desiderio. Nel considerare le insidie e la potenzialità patologica di tale realtà, non possiamo evitare di valutarne l'ampia diffusione nel mondo adolescente attuale e dunque aprire riflessioni su come la funzione dell'*avatar* possa essere messa a servizio del processo evolutivo. All'interno dei giochi di ruolo sul web, infatti, l'incontro con l'altro è mediato da una presenza digitale che ne attenua l'intensità: un avvicinarsi tra corpi virtuali che prepara, accompagna e gradualmente incoraggia quello tra corpi reali.

PER APPROFONDIRE

- GUTTON, P., BOURCET, S. *et al.* (2003), *La naissance pubertaire. L'archaïque génital et son devenir*, Dunod, Paris.
- LANCINI, M. (2015), *Identità reali e virtuali in adolescenza*, in "Scuola Ticinese", 2/2015, Salvioni Arti Grafiche, Bellinzona.
- PERRET-CATIPOVIC M., LADAME F. (1997), *Adolescence et psychanalyse: une histoire*, Delachaux et Niestlé, Lausanne.
- SAPIO M. (2008), *Non più bambino, non ancora adolescente. Riflessioni su una metamorfosi*, in "AeP. Adolescenza e Psicoanalisi", 2/2008, Magi, Roma.
- TISSERON, S. (2014), *Prova a prendermi. La mediazione dei mondi digitali nella terapia degli adolescenti*, in G. Monniello (a cura di), *L'adolescente e il suo psicoanalista. I nuovi apporti della psicoanalisi dell'adolescenza*, Astrolabio, Roma.
- WINNICOTT, D. W. (1970), *La capacità di essere solo*, in Id., *Sviluppo affettivo e ambiente*, Armando, Roma.

SULLE AUTRICI

Maddalena Camoirano, allieva IV anno Scuola di Specializzazione ARPAd. Psicologa. E-mail: maddalena.camoirano@gmail.com.

Jennifer Virone, allieva IV anno Scuola di Specializzazione ARPAd. Psicologa. E-mail: jennifer.virone@gmail.com



Quando la parola prende corpo

Viaggio tra le condotte autolesive giovanili

di Giuseppe Martorana

Eccomi qua.... a parlare su un forum dove non c'è quasi nessuno.... mentre ci dovrebbero essere tantissime persone... tantissime come me.... come me... cioè un'autolesionista ormai da più di un anno... ho quasi 17 anni, e penso che la vita ce l'abbia sempre avuta con me... vado da uno psicologo da parecchio... ma non risolve nulla... spesso penso di poterla fare finita... con un semplice taglio.... ma poi penso che sia un atto egoista e anche il più facile... la via più breve.... e quindi mi tiro indietro... i miei genitori non fanno nulla di quello che faccio... solo il mio ragazzo e una mia amica lo fanno... lei fa di tutto per fermarmi ma è più forte di me.... ogni giorno... in certe situazioni... l'angoscia... l'ansia... e la voglia di farmi del male.... crescono.... e alla fine mi trovo sempre lì... con la mia lametta... e con il mio dolore... spero che le persone come me che leggeranno questa mia "confessione"... dicano la loro... perché so che come me ci sono mille altre persone che ogni giorno affrontano non questa malattia perché non è una malattia... ma questo problema...

(Tratto dal forum di www.SIBRIC.it)

Ricorro a questa breve testimonianza affidata al web per introdurre un fenomeno che sta interessando negli ultimi anni sempre più giovani. Questo breve scorcio dell'esperienza di una giovane ragazza, che ricorre alle condotte autolesive per gestire, dice – l'angoscia...l'ansia –, ci apre una finestra sull'espressione di un malessere giovanile dei nostri tempi e racchiude in sé gran parte dei vissuti di questi giovani: il senso di solitudine, di incomprendimento, d'impotenza, la disperazione, la

sofferenza e infine il dolore, che dà forma, senso e significato a tutto quel sentire.

Nella società dell'immagine e dei legami liquidi, sempre più spesso il disagio giovanile sembra trovare una via privilegiata di espressione nel corpo, come fosse divenuto il mezzo più adeguato a comunicare quelli che sono i propri vissuti. Il corpo, oggi, sembra esser divenuto uno strumento di comunicazione, a volte di disagio, a volte di protesta, cui non solo i più giovani ricorrono per esprimersi, basti pensare a tutte le forme di *body art*, *body building*, *piercing*, chirurgia estetica piuttosto diffuse tra giovani e meno giovani. Anche la rete si è trasformata, e oggi i social sono tutti imperniati attorno all'immagine che viene data in pasto al mondo dei *followers*, una sorta di *reality* continuo dove il proprio valore è affidato ai *like* ottenuti nel proprio profilo.

In questa pleora di relazioni reali e virtuali, di legami fluidi, dove l'immagine conta quasi più della sostanza, anche il disagio psicologico si è andato via via trasformando, specie in adolescenza, trovando una significativa via di espressione nel corpo: il corpo smagrito delle giovani anoressiche, il corpo scolpito dei vigoressici, il corpo nascosto degli *hikikomori*, il corpo marchiato nella *body art*, o perfezionato con la chirurgia estetica, fino ad arrivare alle vere e proprie aggressioni come le condotte



In questi anni diversi nomi sono stati dati a tali condotte: "*self harm*", "*deliberate self harm*", "*parasuicidal behavior*", "*self-damaging behavior*", "*self-destructive behavior*", "*self-inflicted violence*", "*self-mutilation*", "*self-wounding*", "*parasuicide*", "*self-injurious behaviors*", "*self-injury*", "*self-mutilative behaviors*", evidenziando quanto complesso fosse il fenomeno. Complessità ed eterogeneità che hanno provocato non pochi problemi ai clinici e ai ricercatori che hanno lavorato nel tentativo di definirlo, convergendo solo negli ultimi anni verso un unico termine, quello di "*Non Suicidal Self Injury*" (NSSI).

Il NSSI (tr. it. autolesività non suicidaria) è definito come il danno volontario autoinflitto al tessuto corporeo senza intenti suicidi e per scopi non sanzionati socialmente o culturalmente (*International Society for the Study of Self Injury - ISSI*, 2020). Per essere definito tale, il danno derivante dal ferimento deve essere una conseguenza intenzionale o prevista dell'atto, e non condotte o comportamenti rischiosi che potrebbero

autolesive, o a episodi ben più gravi come il suicidio

Come ci suggerisce Alessandra Lemma (2005), sembra che il corpo sia diventato nella società postmoderna la tela su cui la sofferenza psichica viene esteriorizzata e lavorata; la storia che non possiamo evitare di raccontare è quella che narra inevitabilmente il nostro corpo.

In Italia si parla di condotte autolesive da alcuni anni, sebbene il fenomeno ribollisse già in rete dall'inizio del millennio: corpi feriti e nascosti tra i meandri della rete che si esprimono ed entrano in relazione all'interno di forum, gruppi di auto aiuto, *blog* creati spesso dagli stessi giovani che si autoferiscono.

causare danni, come andare in moto senza casco o praticare rapporti promiscui non protetti, o danni accidentali che possono verificarsi durante la pratica di sport estremi. Non rientrano nella definizione di NSSI neanche i comportamenti che potrebbero causare danni fisici ma che sono socialmente accettati, come le forme di modificazione corporea, il *piercing* o il tatuaggio.

Punto fondamentale, e spesso controverso, per comprendere affondo il fenomeno, è il rapporto che intercorre tra questo tipo di condotte e i comportamenti suicidari. Le condotte autolesive, infatti, hanno uno scopo

diametralmente opposto rispetto alle seconde, perché la finalità perseguita è di rimanere in vita e gestire uno stato affettivo negativo. Tuttavia, i due fenomeni hanno una relazione molto più complessa. Innanzitutto, a volte le persone si feriscono più seriamente di quanto intendano, e questo di per sé mette a rischio la loro vita. Inoltre, pare che i giovani che si autoferiscono abbiano un rischio più elevato di tentare il suicidio in futuro, rispetto a quelli che non si autoferiscono (Jacobson, Gould, 2007). Questo dato ovviamente non implica una relazione diretta, non significa che tenteranno il suicidio in futuro, ma ci dice semplicemente che chi ha praticato atti autolesivi corre un rischio maggiore, rispetto alla popolazione generica, di tentare il suicidio. Forse questo breve testo potrà chiarire meglio:

Capita molto spesso di pensarci... delle volte tagliarsi è proprio un modo per sentirsi "tra la vita e la morte". Compare come un senso di paura nel continuare a vivere ma anche una forte paura di morire. E l'autolesionismo ti dà l'illusione di stare nel mezzo. Comunque non ho mai tentato seriamente il suicidio perché ho davvero troppa paura...
Nadia*, 17 anni.

Nadia, nelle sue poche righe, evidenzia quanto questo comportamento sia finalizzato al sostare al confine tra la vita e la morte, un gioco al limite, un gioco che implica il riuscire a dominare quella zona di mezzo, a esorcizzarla forse per non averne più paura. Non è sua intenzione giungere alla fine della propria vita, ma presumibilmente questo gioco al limite potrebbe sfuggirle di mano. La condotta autolesiva sembra essere un modo di gestire propri vissuti attraverso l'esperienza del dolore e del limite, il limite tra corpo e ambiente, tra vita e morte, tra piacere e dolore, una specie di rito di passaggio utile a dominare tutto quello che ci sovrasta. Un'esperienza dei propri limiti, di sopportazione del dolore, una prova di forza che porta il soggetto a far i conti, piuttosto che con qualcosa di interiore, oscuro e ingestibile, con un

dolore fai da te, conosciuto e più facile da fronteggiare.

Si può cominciare a notare tutta la complessità di questo fenomeno, presente già a partire dalla definizione e dal rapporto con i comportamenti suicidari, e che si evince anche dalla storia del suo inquadramento diagnostico. Difatti, fino alla quarta edizione del Manuale Diagnostico e Statistico Dei Disturbi Mentali (DSM-IV-TR) l'atto autolesionistico era presente solo come uno dei possibili sintomi del Disturbo Borderline di Personalità (BPD). Ciò è cambiato con la quinta edizione (DSM-5), con l'inclusione del NSSI nella sezione *Condition for further Study del DSM 5*, ovvero tra le "condizioni" non sufficientemente conosciute (i criteri proposti non sono da considerarsi per uso clinico) che necessitano di maggior approfondimento attraverso la ricerca. Maggior uniformità è presente per quanto riguarda i dati sugli aspetti epidemiologici, sebbene anche qui vi siano alcune discordanze.

Il NSSI interessa prevalentemente adolescenti e giovani adulti. Nella letteratura internazionale emerge una incidenza media del 17,2% degli adolescenti a scuola che almeno una volta nella vita hanno avuto episodio di NSSI (range 8,0 - 26,3%), percentuali che si abbassano nei giovani adulti (13,4%) e negli adulti (5,5%) (Swannell *et al.*, 2014). L'esordio avviene in genere tra i 14 e i 24 anni, con dei picchi durante la prima adolescenza, verso gli 11-15 anni e la tarda adolescenza attorno ai 17-18 anni (Muehlenkamp, Claes, Havertapel e Plener, 2012). Generalmente iniziano in seguito a un evento vissuto come stressante, come un litigio, un fallimento, la separazione dei genitori o un lutto, come accaduto ad esempio ad Antonio* (25 anni):

È stato durante gli ultimi anni di liceo...in quel periodo, il rapporto con i miei genitori era peggiore di quello attuale e la convivenza forzata non faceva che peggiorare le cose... un giorno, dopo l'ennesimo litigio, mi sono chiuso in camera e con una

lametta ho provato a tagliarmi le vene...per fortuna non avevo idea di quanto bisognasse andare a fondo per raggiungerne una e quindi dopo qualche tentativo, ho rinunciato: quel giorno però scoprii il modo per sfogare la mia rabbia...

Comunemente il NSSI è ritenuto essere più comune nelle donne, sebbene diversi studi sulla popolazione generale abbiano riscontrato tassi equivalenti tra uomini e donne (Whitlock, Eckenrode e Silverman, 2006). Alcuni studiosi sostengono che le donne, essendo più inclini a parlarne, potrebbero avere maggiori probabilità di finire nelle statistiche nazionali. Sicuramente tra i due sessi vi è una differenza riguardo ai metodi autolesivi utilizzati, le donne tendono più facilmente a ricorrere al taglio o ai graffi, mentre gli uomini spesso si colpiscono o si bruciano. In Italia, secondo una recente ricerca promossa dalla Società Italiana di Pediatria (SIP) e dal Ministero dell'Istruzione (MIUR), su 10.000 ragazzi e ragazze, di età compresa tra i 14 e i 18 anni, provenienti da tutte le regioni italiane, il 15% afferma di essersi autoferito almeno una volta (SIP, 2017).

Fattore da considerare quando si valutano le condotte autolesive sono la gravità e la frequenza delle ferite. Difatti, non

sempre le ferite necessitano di cure mediche, a volte sono dei graffi, e, inoltre, non tutti i giovani che si autoferiscono lo fanno costantemente, molti mettono in atto queste condotte solo occasionalmente. Molti giovani riferiscono periodi "caldi" nei quali il comportamento di autoferimento viene praticato frequentemente e periodi in cui non lo è affatto, rimandando alle forti difficoltà vissute la ragione di tale alternanza. Probabilmente, la frequenza delle lesioni è molto soggettiva, e dipende dalla presenza di fattori stressanti nonché dalla capacità individuale di tollerarli.

Mi taglio con un taglierino, la frequenza dipende dal periodo. Nel periodo peggiore mi ferivo quasi ogni giorno, ora raramente e i tagli sono meno profondi (Alice*, 17 anni)

Alle superiori mi ubriacavo e fumavo canne ogni fine settimana con il preciso scopo di sfogarmi e farmi del male, ricorrendo a lamette o coltelli circa una volta al mese... ora che vivo lontano dalla mia famiglia ho smesso sia di bere che di drogarmi; quotidianamente, però urlo e mi sgrido (se sono in casa da solo...), stringo i denti, mi graffio (quando riesco a non mangiarmi le unghie...)



irrigidisco i muscoli della faccia in smorfie mostruose, a volte comincio a prendermi a pugni (lontano da sguardi indiscreti) per zittire i sensi di colpa per azioni che non avrei dovuto fare o per il ricordo di situazioni imbarazzanti accadute in giornata o risalenti anche a molti anni prima! (Bruno*, 22 anni).

Tra i comportamenti tipici messi in atto per ferirsi vi sono tagliarsi o incidersi la pelle, scavarsi o grattarsi le ferite, colpisci, mordersi, inserirsi oggetti nella pelle e sotto le unghie, tatuarsi da soli, bruciarsi la pelle e raschiarsi la pelle fino al sangue (Martorana, 2015). Alcuni giovani ricorrono anche a più metodi.

Gli strumenti utilizzati sono svariati, coloro che si procurano dei tagli spesso lo fanno attraverso dei *cutter*, da qui la denominazione di "*cutting*", spesso usata per riferirsi alle condotte autolesive. Altri strumenti sono rasoi, forbici, coltelli, temperini, pezzi di vetro, oppure sigarette, oggetti arroventati e accendini per bruciarsi, e, infine, unghia, graffette, aghi e altri oggetti appuntiti per graffiarsi. Alcuni giovani stabiliscono con il proprio strumento (perlopiù con il *cutter*) una sorta di legame, portandolo sempre con sé, in qualche caso arrivando a dargli anche un nomignolo.

Le parti del corpo colpite più frequentemente sono i polsi, le braccia, gli avambracci, le gambe, il torace ed altre aree sulla parte frontale del corpo, secondo alcuni studiosi perché queste parti sono anche le più facilmente accessibili, e anche facili da nascondere con abbigliamento e accessori vari. Sebbene meno frequentemente a volte vengono colpite anche altre parti, come la pancia, l'interno coscia, i seni, le mani, la schiena, e più raramente il viso. Spesso, le zone colpite dalla stessa persona sono diverse ma, come nel caso del metodo usato, pare esserci una tendenza verso un'"area preferita", mentre le altre sono considerate più che altro come alternative. Sebbene non mi risultino studi che analizzano la relazione tra ferita e area colpita, mi son fatto l'idea che l'area colpita possa rivestire qualche significato per la persona che si

ferisce. Se pensiamo alla parte più colpita, ovvero braccia e avambraccia, è vero che sono parti facilmente accessibili, ma è anche vero che sono piuttosto visibili all'altro. Ci sono ben altri posti dove ferirsi se si vogliono nascondere le ferite.

Le braccia hanno una notevole importanza per l'essere umano, a livello relazionale e per il contatto con gli altri; sono un prolungamento del nostro corpo che ci permette di esperire e conoscere l'ambiente attorno a noi, ci permette di stabilire un contatto con le persone, basti pensare agli abbracci, alle strette di mano. Lo stesso Winnicott, con il concetto di *handling*, sottolineava come la manipolazione del corpo, il contatto corporeo, gli abbracci siano importanti nello sviluppo dell'integrità psicofisica del bambino. Chissà dunque se le braccia non si siano macchiate di qualche colpa, forse sono state colpevoli di non essere state sufficientemente presenti, non li hanno abbracciati abbastanza, o forse non li hanno protetti? Forse, chi si ferisce mette in scena un proprio vissuto, una propria sofferenza. Ad esempio, vi sono giovani che feriscono le parti intime, e ciò potrebbe essere collegato ad esperienze pregresse di abuso o difficoltà con l'accettazione del proprio sesso. Una parte del corpo invece raramente colpita è il viso. Di rado questi ragazzi aggrediscono il proprio viso, e quando accade ciò implica una diagnosi più severa perché viene intaccato il rapporto con l'altro, con il sociale (Le Breton, 2003). Il viso è sentito, sostiene Le Breton (2003), come il principio di identità, luogo supremo della sacralità personale e sociale. Personalmente credo, come proposto da Lemma (2005), che l'uso patologico che questi ragazzi fanno del loro corpo in alcuni casi è al servizio della relazione con l'altro, mentre in altri casi, nelle situazioni più compromesse, è volto alla distruzione dell'altro. Vediamo alcune testimonianze:

In genere ferisco il viso e le spalle, ma in tempi diversi anche le braccia, le gambe, il petto. Il perché... non lo so... sicuramente, almeno per il viso, ha a

che fare con il mantenimento di una "distanza" (Maddalena*, 27 anni).

All'inizio mi ferivo ai polsi, sulla parte superiore ma da quando mia madre l'ha notato, ho cominciato a graffiarmi sulle cosce o su delle parti del corpo che gli altri non possono vedere (i piedi, le caviglie) (Claudio*, 16 anni).

Ora le braccia, le mani e in parte la testa (pugni ecc.). In passato, anche le gambe. Per quanto riguarda braccia e gambe, credo sia perché sono le parti con cui ho un rapporto migliore: non mi procurano disagio perché non c'è carne (sono molto magra). Per quanto riguarda le mani, le "punisco" quando non ottengo i risultati che vorrei col pianoforte (Dalila*, 18 anni).

Altro aspetto degno di essere approfondito è relativo alle circostanze in cui si feriscono per la prima volta, aspetto che spesso influenza l'intero decorso e sviluppo del fenomeno. Come già accennato, il primo episodio autolesivo avviene generalmente in condizioni di forte stress, conflitti interpersonali con figure significative quali familiari, partner o amici, a vissuti di profonda solitudine, per sentimenti di inadeguatezza e bassa autostima, o eventi traumatici (maltrattamenti, lutti ecc.). Durante tali episodi riferiscono una sorta di difficoltà a modulare le proprie emozioni che li spinge a ferirsi, come si evince da queste brevi storie:

Si una sera avevo appena litigato con i miei genitori, i miei occhi piangevano ma io dentro non provavo alcun tipo di dolore, così è stato un po' come se fossi stata "morta" allora al quel punto un po' per sfogarmi un po' per sentirmi viva mi sono chiusa in bagno, ho preso una lametta e mi sono tagliata sulle braccia. (Sara*, 16 anni). Ho iniziato quando è morta mia nonna, ultimamente lo faccio di più perché mi sono da poco lasciata col ragazzo...era ed è un punto di riferimento per me (Tiziana*, 18 anni). Mi è caduto un bicchiere e mia madre mi disse che non ero in grado di fare niente. Mi innervosii a tal punto che strinsi un pezzo di vetro tra le mani e mi procurai la mia prima ferita (avevo 14 anni) (Teresa*, 22 anni).

Il ferirsi, dunque, inizierebbe istintivamente, in modo impulsivo, ma

dopo la prima volta sembra che apprendano che quel gesto, per quanto sconsiderato e dannoso, funziona, perché li aiuta a gestire quel che sentono dentro e non riescono in altro modo a esprimere. Ciò avvalorava l'ipotesi secondo cui le condotte autolesive svolgano una funzione di "regolatore emotivo", una valvola di sfogo (così come viene chiamata anche da alcuni di loro), usate per "far fuoriuscire" le sensazioni negative e riportare uno stato di calma. A causa di questo meccanismo, assumerebbero una connotazione piuttosto impulsiva, automatica, messa in atto nel momento di emergenza per placare vissuti fortemente negativi.

Desidero concludere questo breve lavoro con alcune impressioni maturate nella mia esperienza professionale con i giovani che si autoferiscono. Una cosa che mi è sempre rimasta dei racconti di questi giovani è l'impatto della loro sofferenza, e non mi riferisco a quella fisica, che loro riportano sempre come secondaria. Mi riferisco al dolore di cui spesso si fanno portavoce, a quella sofferenza densa ma allo stesso tempo indecifrabile e incomunicabile che tentano di esprimere. Quello che riferiscono è una sorta di "protoemozioni", un misto di emozioni negative quali rabbia, tristezza, delusione, frustrazione, senso di colpa, impossibili da esprimere, che rimane confinato in loro e che tenta in tutti i modi di emergere, facendosi breccia attraverso la pelle. Un groviglio di sensazioni, emozioni a cui non si riesce a dar voce, a sciogliere, a significare. Un groviglio senza senso che riempie ma allo stesso tempo lascia la sensazione di un vuoto, o forse un vuoto di senso. Il corpo e il dolore fisico sembrano le uniche vie per riuscire ad aprire un varco, un modo per riuscire a rompere gli argini e far fuoriuscire quelle emozioni, dandogli così un senso nel dolore. L'esperienza del dolore permette di sedare momentaneamente queste protoemozioni. Credo che accada qualcosa di simile alle persone che in preda al panico vengono prese a schiaffi

per tornare in sé, come se fossero fuori di sé o da sé per un attimo. Purtroppo però, l'esperienza del dolore solo momentaneamente ristabilisce la pace, finché qualcos'altro non mobilita nuovamente quella calca di protoemozioni.

Diceva Marcel Proust nel suo libro *Alla ricerca del tempo perduto* «Si guarisce da una sofferenza solo a condizione di sperimentarla pienamente», un pensiero che i giovani che si autoferiscono hanno fatto proprio.

I giovani che si autoferiscono esprimono sul loro corpo una sofferenza di cui sono portatori ignari, è solo attraverso il dolore che si procurano che riescono a significare quanto sentono dentro, a ricollegare corpo e mente. La presenza delle cicatrici racconta una storia, la loro, come se il loro corpo, attraverso quelle cicatrici, parlasse di un dolore che li ha arricchiti, un'esperienza che ha lasciato dei segni ma ne ha aumentato il valore.

Non è raro infatti sentir parlare alcuni giovani delle loro ferite come fossero delle medaglie al valore, delle ferite di guerra da esporre per mostrare cosa sono stati in grado di superare. Come accade con la tecnica giapponese del *kintsugi*, quelle ferite rappresentano qualcosa di prezioso, un segno di come dall'imperfezione e da una ferita possa nascere una forma ancora maggiore di perfezione estetica e interiore. Come dice Le Breton, sacrificando una piccola parte di sé nel dolore, nel sangue, l'individuo si sforza di salvare l'essenziale; infliggendosi un dolore controllato, lotta contro una sofferenza infinitamente più intensa. Per salvare la foresta bisogna sacrificarne una parte (Le Breton, 2003).

* I nomi riportati sono deliberatamente stati modificati, utilizzando nomi di fantasia, per evitare qualsiasi possibilità di riconoscimento e per proteggere la riservatezza e la privacy delle persone.

PER APPROFONDIRE

JACOBSON C., GOULD M. (2007), *The Epidemiology and Phenomenology of Non-Suicidal Self-Injurious Behavior Among Adolescents: A Critical Review of the Literature*, in "Archives of suicide research: official journal of the International Academy for Suicide Research", 11, pp. 129-47.

LE BRETON D. (2003), *La pelle e la traccia. Le ferite del sé*, Meltemi Editore, Milano 2016.

LEMMA A. (2005), *Sotto la pelle. Psicoanalisi delle modificazioni corporee*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2011.

MARTORANA G. (2015), *Characteristics and associated factors of non-suicidal self-injury among Italian young people: A survey through a thematic website*, in "Journal of Behavioral Addictions", 4(2), pp. 93-100.

MUEHLENKAMP J.J., CLAES L., HAVERTAPE L. *et al.* (2012), *International prevalence of adolescent non-suicidal self-injury and deliberate self-harm*, in "Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health", 2012, 30; 6, 10.

SWANNELL S. V., MARTIN G. E., PAGE A. *et al.* (2014), *Prevalence of nonsuicidal self-injury in nonclinical samples: systematic review, meta-analysis and meta-regression*, in "Suicide and Life-Threatening Behaviors", 2014; 44, pp. 273-303.

WHITLOCK, J. L., POWERS, J. P., ECKENRODE, J. E. (2006), *The virtual cutting edge: Adolescent self-injury and the Internet* [Special issue], in "Developmental Psychology", 42, pp. 407-17.

SULL'AUTORE

Giuseppe Martorana, SIPRE Parma. Psicologo psicoterapeuta, socio, membro dell'International society for the study of self injury (ISSS -<https://itriples.org/>). E-mail: giuseppe.martorana@sibric.it, Sito:<http://www.drmartorana.sibric.it/>

LINK UTILI

<https://www.sibric.it>

<https://itriples.org>

<https://www.sip.it/>



Il corpo per dirlo: le obesità in adolescenza

di Marialaura Ippolito, con il contributo di Gaia Figini

In adolescenza il corpo occupa il centro della vita psichica di ragazzi e ragazze. Il corpo parla del soggetto sia in senso creativo, poiché lo individua e differenzia rispetto agli altri per come è e per come viene agghindato, tatuato o decorato, sia nel senso di essere il luogo nel quale si può rendere manifesto un conflitto o un disagio profondo.

Alessandra Lemma (2011) scrive: «Tutti abbiamo una storia da raccontare ma non sempre scegliamo di farlo. La storia che non possiamo evitare di raccontare è quella che narra il nostro corpo».

Il nostro proposito è quello di dare voce e “corpo” alla tematica dell’obesità in adolescenza, a quei corpi che raccontano una storia che spesso non viene vista e accolta. Anche in ambito psicologico e psicodinamico, l’obesità non suscita grande interesse e pertanto resta confinata a condizione di pertinenza medica. La cura in questo caso si limita al “mettere a posto il corpo” per renderlo più vicino alla normalità, senza accedere al significato soggettivo del sintomo alimentare, come a relegare il soggetto obeso al solo corpo senza cogliere altro, che è invece ciò a cui il suo corpo rimanda.

Che storia racconta il corpo di un adolescente obeso? Come sta un adolescente obeso nel e con il proprio corpo nella società dell’immagine? Perché psicologi e psichiatri studiano, scrivono e dibattono poco di questo tema mentre moltissimo si dice del corpo dell’adolescente anoressica, che colpisce e quasi affascina?

Il corpo si configura come un elemento trasversale ai compiti di sviluppo dell’adolescente: è il corpo che da infantile diventa adulto e sessuato, che lo “spinge

fuori di casa”, lontano dai genitori, alla ricerca di autoaffermazione e nuove relazioni interpersonali scelte senza passare dal consenso della famiglia.

Proprio perché il corpo sotto la spinta biologica si modifica e l’adolescente non può che subirne il cambiamento, il confronto con l’esperienza del limite e della dipendenza gli viene imposto –il corpo è dato e limitato: né l’auto-creazione né l’immortalità gli sono possibili. In tal senso, l’innamoramento e l’incontro con la sessualità conducono alla scoperta della mancanza e del bisogno dell’Altro; in adolescenza si tratta di una scoperta tanto travolgente quanto traumatica che non di rado scatena l’avvio di soluzioni sintomatiche.

La complessità di tali processi richiede un difficile lavoro di mentalizzazione per integrare il corpo nell’esperienza soggettiva di chi siamo.

Il/la ragazzo/a obeso/a attraversa questi passaggi evolutivi vivendo il forte disagio di un corpo debordante, troppo pesante, difficile da portare appresso perché impresentabile allo sguardo degli altri.

Nella realtà mediatica attuale, l’immagine del corpo è posta al di sopra di tutte le altre caratteristiche psicologiche e di personalità; essa diventa il mezzo attraverso il quale ci si presenta e ci si rende visibili agli altri. I social amplificano questo aspetto della visibilità corporea ponendo la fisicità sempre in primo piano.

Il messaggio imposto dalla società veicola un ideale, traducibile in magrezza irraggiungibile. Gustavo Pietropolli Charmet parla di un modello di bellezza “cruello”, che spinge gli adolescenti contemporanei a confrontarsi con la paura di essere brutti e

talmente inadeguati da sentirsi sopraffatti da un senso di vergogna pervasiva. Cultura e società *lipofobiche* legittimano la formula “grasso uguale brutto”, producendo uno stigma nei confronti dell’obesità: non è possibile essere grassi senza essere brutti. Di conseguenza, il corpo dell’adolescente obeso si presenta come un fallimento contrapposto alla perfezione del modello imperante, rappresentato dalla ragazza anoressica efebica e “pura”. Risulta pertanto sfumato il confine tra normalità, cura del corpo, salute, disordine alimentare e ossessione per un fisico atletico e magro.

Il corpo per dirlo

La “scelta” di dire, con il linguaggio del corpo, il proprio disagio emotivo, attraverso comportamenti autolesivi, quali tagli e ferite, restrizioni fino al digiuno o l’eccesso alimentare fino alla perdita di controllo, è diffusa tra gli adolescenti contemporanei.

Nel mondo occidentale i disturbi del comportamento alimentare e l’obesità hanno assunto le dimensioni di una vera e propria epidemia sociale. Nonostante l’obesità sia maggiormente presente rispetto agli altri disordini alimentari, resta come sospesa, mantenendo tutt’oggi uno statuto di inclassificabilità, configurandosi come un’assenza nel quadro descrittivo del DSM-5 (*Manuale Diagnostico e Statistico dei disturbi mentali*, 2014), in cui è presente esclusivamente nella forma del Disturbo da Alimentazione Incontrollata (DAI) (classificato tra i disturbi della nutrizione e dell’alimentazione).

Il DAI si caratterizza per ricorrenti episodi di abbuffate, un disagio conseguente a tali comportamenti e una sensazione di perdita di controllo definita compulsività riguardante circa il 30% dei quadri afferenti all’obesità.



Alcuni studi sostengono che l’obesità vada annoverata, al contrario, tra i disturbi del comportamento alimentare, in quanto considerata un disturbo da dipendenza patologica, una sorta di rapporto tossicomano con il cibo. Sulla base di tali assunzioni questi autori sono a favore di una sua inclusione nel DSM.

Al di là della questione nosografica dibattuta all’interno della comunità scientifica, riteniamo necessario, per accogliere e comprendere il disagio di tanti adolescenti, compiere alcuni passaggi preliminari alla lettura psicodinamica dell’obesità e proporre

quindi un percorso di cura che tenga insieme i diversi aspetti psichici, fisici, familiari e sociali di ciascuno, attraverso un approccio multidisciplinare integrato a un orientamento psicoanalitico come già avviene per i Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA).

Innanzitutto è importante individuare una pluralità di forme di obesità guardando alla condotta alimentare. L’obesità si può declinare, infatti, oltre che sul versante dell’alimentazione incontrollata (DAI), sul versante iperfagico. Per iperfagia si intende l’aumento della sensazione di fame che si manifesta non

con una perdita di controllo ma attraverso un alimentarsi eccessivo e/o continuo anche in assenza di fame: sono ragazzi che mangiano spesso in solitudine, che hanno il cibo come compagno, sempre a portata di bocca. Vi sono situazioni nelle quali si presentano entrambe le forme sintomatiche.

È evidente come sia pertanto indicato riferirci all’obesità come a un fenomeno al plurale: non limitandoci a parlare di obesità ma, più propriamente, “delle obesità”.

Un altro passaggio imprescindibile è quello di riconoscere diversi gradi di psicopatologia

negli adolescenti obesi. Una diagnosi differenziale ci permette di individuare i diversi livelli di funzionamento psichico: incontriamo ragazzi/e con una sofferenza soggettiva più grave e profonda di altri che si intreccia con la storia, unica, di ciascuno. Nel corso del lavoro psicoterapico con adolescenti obesi emergono storie differenti e singolari, accomunate dal vissuto di intenso malessere provocato dall'abitare il proprio corpo che si vorrebbe fortemente cambiare senza però rinunciare alle proprie modalità alimentari: la richiesta di una modificazione corporea totale e magica che venga dall'esterno. È una domanda paradossale: cambiare tutto senza cambiare niente.

Questo fondamentale lavoro preliminare riferito al sintomo e alla struttura di personalità, ci permette di avviare con l'adolescente in psicoterapia un lavoro per cogliere il significato e la funzione specifica che il sintomo alimentare esercita nella sua storia.

Il corpo nelle obesità: continuità e discontinuità rispetto alle anoressie

Hilde Bruch sosteneva che anoressia e obesità fossero strettamente legate e rappresentassero i due lati di una stessa medaglia; collocava l'anoressia sul versante narcisistico del controllo e l'obesità sul versante della compulsività, declinata come discontrollo della pulsione orale.

L'obesità, come l'anoressia, si presenta con il carattere dell'evidenza: il corpo del soggetto è il luogo in cui si manifesta una disfunzione. Entrambe le patologie mostrano l'assenza delle forme del corpo sessuato.

Dal punto di vista dell'immagine corporea l'obesità si configura come una vera e propria devastazione contrapposta all'ideale anoressico; se nell'anoressia si scompare, ci si rende invisibili per rendersi visibili, nell'obesità, al contrario, c'è un corpo molto evidente usato come corazza per nascondere il soggetto. Il corpo della ragazza anoressica è usato come strumento di potere, come un appello, mentre nell'obesità il corpo si fa armatura, scudo usato come difesa.

Il "troppo" del corpo magro dell'anoressica, ridotto all'osso, e il "troppo" del corpo obeso producono nell'altro angoscia, perché mettono a rischio la salute e perfino la vita. Nell'anoressia ci si sente "pieni con e di niente" mentre nell'obesità ci si sente "vuoti con e di tutto": la prima funziona attraverso

la sottrazione (si sottrae cibo per quantità e qualità così come si sottraggono i chili), l'altra attraverso l'addizione (si mangia sempre più e senza limite così come si aumenta di peso). Il parlare del proprio divorare quantità enormi di cibo compare dopo molti mesi in psicoterapia in quanto l'adolescente obeso tende a negare il problema e a tenere fuori dalle sedute, nelle fasi iniziali, il sintomo alimentare come per impedire e impedirsi di poterlo riconoscere per continuare a viverlo in solitudine.

Mentre l'adolescente obeso lamenta, rispetto al proprio corpo, l'impossibilità di raggiungere una condizione di normalità, il soggetto anoressico raggiunge un ideale corporeo che lo rende "narcisisticamente" speciale.

Psicopatologia delle obesità

La relazione tra il soggetto e il sintomo – la tipologia, la modalità e la gravità – è un importante indicatore per cogliere aspetti della psicopatologia sottostante. In adolescenti obesi con un funzionamento meno compromesso, il sintomo ha un significato relazionale e si esprime sia come una difesa che come domanda rivolta all'Altro: *Mi ami anche se sono così?* Sembra rispondere a un bisogno di essere accettati e amati anche se non si corrisponde all'ideale. Per esempio, una ragazza la cui obesità era esplosa in adolescenza sembrava utilizzare il corpo per "colpire" la madre, ex atleta fisicamente molto prestante.

Per altri soggetti il cibo ha una funzione di autocura, è impiegato per alleviare una tensione interna insopportabile, per coprire un senso di vuoto divorante, per tollerare le frustrazioni, la noia e la forte rabbia che li pervade. Talvolta si accompagna anche l'uso di altre sostanze come alcol e droga e il ricorso a comportamenti sessuali promiscui e autolesivi tesi a evitare l'incontro con l'intimità: ci riferiamo a pazienti con disturbo borderline di personalità.

Quando invece il sintomo è un tentativo di "trattare" un disturbo psicotico, il corpo obeso diventa una corazza protettiva che ha la funzione di tenere insieme il soggetto; in queste situazioni è importante non proporre interventi nutrizionali diretti a modificare il corpo, un calo ponderale improvviso potrebbe infatti determinare il rischio di uno scompenso psicotico slatentizzando, talvolta, aspetti deliranti.

La tematica della separazione offre una chiave di lettura importante alla comprensione del significato che il sintomo può ricoprire nella clinica dell'obesità in adolescenza. I disturbi alimentari infatti insorgono e/o esplodono proprio in adolescenza, quando ragazzi e ragazze devono ri-affrontare problematiche relative alla separazione-individuazione. Nell'obesità si incontra una difficoltà a effettuare una separazione psichica: vi è un'impossibilità a dire "no" che instaura una modalità di incorporazione-divorazione infinita che porta a dover rispondere sempre "sì" a tutto, a essere compiacenti, disponibili e perfino autoironici sulla propria condizione. Una giovane paziente affermava che "i grassi" sono obbligati a essere simpatici, altrimenti nessuno gli si avvicinerebbe.

Il mezzo-cibo è usato, inoltre, per mettere a tacere qualsiasi emozione: attraverso il continuo ricorso a esso, il soggetto pacifica momentaneamente l'aggressività, si chiude in un piacere solitario nel tentativo di sentirsi "sempre pieno" per evitare di fare l'esperienza della mancanza. Se l'atteggiamento oblativo da una parte risponde alle aspettative degli altri ed evita i conflitti, dall'altra non consente all'adolescente di interrogarsi su ciò che desidera. L'adolescente anoressica invece tenta, attraverso il "no", di separarsi e

rivendicare, opponendo il suo rifiuto del cibo, la propria individualità e differenza.

La clinica dell'obesità è attraversata dall'esperienza della depressione. Tra le due esiste una relazione circolare e complessa, per cui l'affetto depresso talvolta emerge in modo evidente quando la dimensione compensatoria del cibo diminuisce, ma è anche la stessa obesità a favorire uno stato depressivo a causa dello stigma sociale e dei sentimenti di inadeguatezza conseguenti. In seduta, quando si riesce a creare un'alleanza terapeutica, l'adolescente obeso mostra i suoi scenari depressivi: le giornate si ripetono sempre uguali e tutto appare piatto e inutile; i rapporti con i pari sono ridotti al minimo, si esce di casa per incontrarli proprio solo quando "si deve", perché terribilmente frustrante; "andare fuori" può essere un vero supplizio emotivo, non ci si sente come gli altri né ci si sente bene con gli altri, perché inadeguati. Il tempo è scandito dai momenti nei quali c'è il cibo, unico compagno e unico piacere solitario ricercato: impensabile lasciarlo.

Al pari dell'anoressia e della bulimia, l'obesità si configura come un tentativo di trovare una soluzione al proprio disagio profondo; anestetizzando le emozioni, il corpo non attraente diventa una corazza difensiva nei confronti delle relazioni, permettendo all'adolescente di mantenere una distanza



nei confronti degli altri e arginare il desiderio sessuale. Il corpo de-formato, rotondo, grasso, sembra annullare i segni della sessualità e della generatività adulte, rimandando a un'immagine più vicina all'infanzia.

Spesso è presente un'alterata percezione dell'immagine corporea, aspetto comune anche alla patologia anoressica: il soggetto non coglie la propria immagine come gli altri la vedono. Di frequente, anche la percezione del cibo è alterata. Il corpo viene percepito dal soggetto stesso come dissociato dal Sé, vissuto come se non gli appartenesse; è un corpo che non sente e non si sente sebbene gonfio, affaticato, ingombrante. Da un lato si impone allo sguardo, dall'altro è un corpo "assente", senza forme, de-erotizzato, evitante l'incontro con l'Altro.

In questo senso l'obesità appare come un paradosso: il tentativo illusorio di risolvere la fatica di vivere utilizzando il cibo come antidepressivo si ritorce sulla vita dell'adolescente aumentando la de-valorizzazione di sé, il sentimento di inadeguatezza e di distanza-diversità dagli altri. L'Altro irraggiungibile lo fa precipitare nella paura che la sua diversità determini una distanza insanabile, così come il suo corpo che gli sembra immodificabile.

Più setting integrati per la cura

Considerata la complessità di questi pazienti è importante pensare a un progetto di cura condiviso da un gruppo terapeutico multidisciplinare che rifletta una visione unitaria e integrata dell'adolescente obeso prendendo in carico i suoi diversi aspetti. Sono pazienti con i quali è difficile costruire un'alleanza terapeutica e che presentano un alto rischio di *drop out*. Il lavoro della psicoterapia psicoanalitica permette di esplorare la sofferenza che sta dietro e che sostiene il sintomo alimentare e di dare significato al disagio soggettivo in relazione alla storia personale; è importante proporre anche un percorso parallelo sulla genitorialità e, affinché anche il corpo sia presente nella cura, è fondamentale sia l'intervento medico-nutrizionale, per monitorare la salute, sia la proposta di laboratori espressivo-creativi che mettano in gioco le emozioni e il corpo.

A tale proposito, un interessante stimolo nella comprensione del mondo psicologico dei ragazzi e delle ragazze obesi giunge dalle

scienze cognitive, dalle neuroscienze e dalla fenomenologia, grazie alla messa a fuoco di alcuni concetti nati all'interno di questi ambiti. Abbiamo sottolineato, in precedenza, che fra i compiti di sviluppo degli e delle adolescenti vi è anche un lavoro di mentalizzazione necessario all'integrazione di aspetti corporei e mentali per poter fare un'esperienza piena della soggettività. Un concetto che è utile introdurre al fine di sottolineare l'importanza dell'integrazione mente-corpo nell'adolescente obeso è quello di *embodiment*, di "mente incarnata" o, più precisamente, di *embodied cognition*, "cognizione incarnata". Con questi termini si vuole indicare una condizione di base del nostro essere-nel-mondo (Della Gatta, 2017). Infatti, l'idea alla base dell'*embodied cognition* è che non solo la mente è connessa al corpo, ma anche che il corpo influenza la mente; la cognizione di un soggetto è fortemente condizionata da aspetti del corpo agente. Gli stessi processi percettivi si realizzano attraverso un'attiva interazione con il mondo che ha luogo grazie al moto fisico; «percepire significa contestualizzare l'esperienza attraverso il corpo» (Monda, 2016), perciò l'esperienza della percezione acquisisce contenuto grazie alla possibilità di "palpare" il mondo, grazie al possesso di abilità corporee. In altre parole, l'abilità nel percepire risulta positivamente correlata con il livello di conoscenze senso-motorie che il soggetto possiede. Il corpo e il movimento ci inviano segnali intelligenti al pari del pensiero riflessivo (Monda, 2016). È noto come il corpo dell'adolescente obeso sia statico e immobile, preda della sedentarietà: non si muove verso qualcosa o qualcuno, trascorre ore ed ore sul divano.

La scarsa attenzione dedicata all'obesità, di cui abbiamo scritto in precedenza, condiziona, in vari modi, le possibilità che l'adolescente ha di fare esperienza del proprio corpo e, di conseguenza, di un sé integrato nelle sue componenti psiche-soma. Nelle palestre della società *lipofobica*, tutta orientata al raggiungimento di un ideale di corpo magro e atletico, performante, non c'è spazio per l'adolescente obeso, a cui viene quindi preclusa la possibilità di fare esperienze di movimento in un ambiente sano e accogliente; la palestra è luogo ostile, luogo in cui non c'è tempo da perdere dietro a coloro che non ottengono risultati, che non rispecchiano i canoni estetici. L'attività fisica non è un mezzo attraverso il quale perseguire il benessere psicofisico, ma un tramite per

ottenere un corpo perfetto, magro, muscoloso, appetibile; questo sbilanciamento a favore del corpo, a discapito della salute mentale, gioca fortemente a sfavore dell'adolescente obeso, a cui viene limitato l'accesso a una piena conoscenza e consapevolezza corporea e che quindi, nell'ambiente della palestra, sotto gli sguardi di "malati di fitness", difficilmente potrà costruire la propria visione del mondo e di sé utilizzando corpo e mente in maniera integrata. In questa mancata integrazione si può cogliere uno dei meccanismi alla base dell'alterata percezione della propria immagine corporea che caratterizza il soggetto obeso cui accennavamo sopra e che favorisce la dissociazione del corpo, l'esperienza di un corpo non sentito come proprio.

Quale può essere una risposta in termini terapeutici a una problematica di questo tipo? Per lavorare su un problema relativo all'integrazione psicocorporea, l'approccio

non può che essere, a propria volta, di tipo integrato e multidisciplinare: pensare a programmi di movimento per i nostri pazienti obesi che non si limitino a un mero allenamento del corpo, ma che tengano in considerazione il mentale quanto il corporeo; ripensare il percorso psicoterapico nei termini di un itinerario che, oltre che alla parola, lasci spazio anche al corpo dell'adolescente (laboratori psicocorporei, ad esempio di danzamentoterapia), che comprenda il fare movimento non solo per bruciare calorie ma per digerire i vissuti emotivi, per acquisire maggiore consapevolezza della propria fisicità e di conseguenza della propria soggettività, per migliorare la dispercezione della propria immagine, per dare spazio a un processo creativo che possa rappresentare il tentativo di dare una nuova "forma" al proprio mondo corporeo, psichico e relazionale.

PER APPROFONDIRE

BOSELLO, O., CUZZOLARO, M. (2013), *Obesità*, Il Mulino, Bologna.

BRUCH, H. (1977), *Patologia del comportamento alimentare: obesità, anoressia mentale e personalità*, Feltrinelli Editore, Milano (ed. or. *Eating disorders; obesity, anorexia nervosa, and the person within*, Basic Books, New York 1973).

COSENZA D. (2018), *Il cibo e l'inconscio. Psicoanalisi e disturbi alimentari*, FrancoAngeli, Milano.

DELLA GATTA F. (2017), *Embodiment, sé corporeo e sviluppo della consapevolezza di sé*, Psicologia fenomenologica.it

(<https://www.psicologiafenomenologica.it/neuroscienze/embodiment-se-corporeo/>).

LEMMA A. (2011), *Sotto la pelle. Psicoanalisi delle modificazioni corporee*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

MONDA L. G. (2016), *Choreographic bodies. L'esperienza della Motion Bank nel progetto multidisciplinare di Forsythe*, Dino Audino editore, Roma.

PIETROPOLLI CHARMET G. (2013), *La paura di essere brutti. Gli adolescenti e il corpo*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

RIVA E. (2009), *Adolescenza e anoressia. Corpo, genere, soggetto*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

SULLE AUTRICI

Marialaura Ippolito, GAPP Alessandria. Psicologa, psicoterapeuta. E-mail: marialauraippolito@libero.it

Gaia Figini, Psicologa in formazione, Università degli Studi di Torino. Danzatrice in formazione, Centro di Alta Formazione per la danza ArteMente Milano. E-mail: figini.gaia@gmail.com

Dalle nostre letture



Pennac, mon amour

Alla ricerca del corpo perduto

di Paola Carbone

Premessa necessaria

Cari lettori,

questo scritto, al tempo stesso scherzoso e serio, è stato concepito “prima”: prima che tante persone morissero, che il tempo si fermasse, lo spazio si allargasse, in somma prima che tutto il nostro mondo subisse una metamorfosi di cui ancora non ci facciamo capaci.

Oggi non riuscirei a scrivere con la “felice leggerezza” che mi animava in quei giorni “passati”, tuttavia spero che quella leggerezza vi giunga come un messaggio di fiducia nel potere amoroso dell’intelligenza e della creatività.

Paola Carbone

Amo Pennac, e vi assicuro che – almeno in questo caso – il mio amore non è affatto cieco; lo amo in piena consapevolezza e con lucida lungimiranza perché Pennac è intelligente, creativo, onesto, ironico, sorprendente e – *dulcis in fundo* – mi aiuta a pensare “cose profonde” sorridendo.

I suoi libri, letti man mano che uscivano nel corso degli anni, mi hanno affascinato e insegnato, ma l’amore-amore è scoccato con *Storia di un corpo*, un libro assolutamente geniale, che mi ha confermato l’importanza creativa del nostro dialogo.

E ora andiamo in 3 passi, con Pennac, verso il corpo perduto:

1) Il corpo assente

Da quando una trentina di anni fa alcuni psicoanalisti hanno sfidato l’idea che gli adolescenti non fossero “analizzabili”, molte cose sono cambiate: l’irruzione dell’adolescenza “anima e corpo” nelle stanze della psicoanalisi ha amplificato in noi psicoanalisti la consapevolezza delle potenzialità dello strumento analitico; e anche se lo strumento fondamentale della

psicoanalisi resta la parola, siamo oggi più consapevoli del fatto che la parola che tocca e che trasforma è una parola incarnata. La “parola” può curare perché è voce oltre che codice linguistico, voce del paziente e voce dell’analista, è respiro, è diaframma, è lingua, è saliva, è – in sintesi – “corpo”.

Metto “corpo” tra virgolette perché, se da un lato sappiamo molto del corpo-oggetto della ricerca medico scientifica, cosa sia il corpo-soggetto, come direbbe Jonathan Swift (1704) «rimane alquanto incerto»⁷.

Nelle prime pagine di *Storia di un corpo* (Pennac, 2012), la voce narrante, un anziano padre che affida alla figlia i suoi diari, osserva:

Il corpo è un’invenzione della vostra generazione, almeno per l’uso che se ne fa e per lo spettacolo che ne viene dato. Ma sui rapporti che la mente stabilisce con esso in quanto scatola delle sorprese e distributore di deiezioni, oggi il silenzio è altrettanto fitto che ai miei tempi. A ben guardare non c’è nessuno più pudico degli attori porno più smutandati o degli artisti di body art (ivi, p.10).

⁷ Dalla *Favola della botte. Scritta per l’universale progresso dell’umanità* (1704).

Ed è proprio così: *silenzio fitto*; tant'è che l'editore Feltrinelli ci incoraggia all'acquisto del libro con un malizioso retro di copertina: «Un romanzo fortemente raccomandato a tutti quelli che hanno un corpo». È solo una battuta? Siamo sicuri di avere davvero il nostro corpo?

E poi, non è geniale evocare *il pudore degli attori porno più smutandati?*

Mi ha fatto tornare in mente un episodio recente, in cui mi son sentita chiamata in causa in veste di

“adolescentologa”:

una ragazzina di 11 anni, a richiesta di un coetaneo compagno di scuola, torna a casa, entra nella sua stanza, si toglie le mutandine, allarga le gambe, si fotografa la vulva e gli invia la foto. Scoppia un putiferio che scuote scuola e famiglie: È un sintomo grave? Ma quanto? Molto? Poco? O è un fatto normale? È colpa del compagno? È colpa della ragazzina? È colpa dei genitori? È colpa di internet? Ma poi, è proprio una colpa?

Non mi imbarco qui a narrare come ho cercato di rispondere a quelle domande (che poste così ovviamente non potevano trovar risposta) ma è certo che tutto il loro affollarsi contraddittorio e rumoroso parlava di un *silenzio fitto*, di una terra misteriosissima non solo per i due giovani *smutandati* esploratori, ma per tutto il vociferante mondo di “adulti competenti”.

2) Verso il corpo-che-non c'è: ci salveranno le “discipline sportive”?

Per cogliere il peso che ha oggi “il corpo-che-non-c'è” non dobbiamo necessariamente pensare ai grandi tradimenti del corpo

(l'anoressia, la tossicodipendenza, l'autolesionismo...) ma basta pensare alle infinite pratiche con cui la nostra cultura ci spinge a standardizzare, allisciare e decorare un corpo che è divenuto solo apparenza, solo superficie estetica, puro riflesso nello stagno narcisistico.

Mi soffermo su una pratica, tra tutte la più “innocente”: l'attività sportiva, universalmente considerata come il miglior tributo “al corpo”.

Le attività sportive, come vengono proposte

oggi ai ragazzi, sanciscono

il silenzio del corpo

tanto più che esse

rappresenterebbero

la sua “ora d'aria” in

un mondo in cui il

corpo non serve più,

dato che tutto è

gestibile dalla

meccanica e

dall'informatica.

Sulla necessità di

“un'ora d'aria” nulla

da eccepire, se non

ci si fossero

avventati sopra i

dictat del

narcisismo e del

mercato che

impongono, in

combutta, di fare

“bella figura”. E così

uno spazio di libertà

si è trasformato in

“disciplina

sportiva”, ovvero un

addestramento

specialistico gestito

da “scuole” che

definiscono

l'ortodossia del

gesto (la tecnica

“giusta” del salto, il

modo “giusto” di calciare

un pallone o tuffarsi in acqua...); impongono

un corredo altrettanto ben definito di

strumenti (certi scii per la discesa, certe

scarpette per la corsa, un certo tipo di

racchette per il trekking ecc.) e per finire ci

vendono l'abbigliamento “giusto”, sempre

ipertecnico e sempre in evoluzione.

E il corpo, nel frattempo? Che spazio ha, in

tutta questa rigida ortodossia, il corpo

adolescente per esprimere la propria

creatività, per inventare i propri modi e le



proprie soluzioni, per scoprire le proprie qualità e i propri limiti?

Al di là delle razionalizzazioni (per cui lo sport sarebbe finalizzato alla prestanza, al successo...) ciò che spinge il giovane verso la pratica atletica è la necessità biologica di ricodificare le strategie del movimento [...] creando le condizioni di un comportamento intrinsecamente armonico che garantisca un benessere concreto [...]. Invece quello a cui va incontro un adolescente nel corso del training sportivo è la sistematica restrizione delle sue potenzialità motorie alla catena cinetica istituzionalmente prevista per il gesto atletico di una qualche disciplina. Se molti adolescenti sfuggono ai danni di un simile training è perché, profondamente insoddisfatti, non restano a lungo in una pratica specifica ma passano da uno sport all'altro [...] (Brunelli, *Dalla parte del corpo*, cit. in Carbone, 2009, p. 294).

E ora, in perfetta sintonia con il brano citato, ecco dal diario del genio-Pennac:

18 anni, 9 mesi, 25 giorni.
Tennis: rifilato una batosta ai fratelli de G.
L'incontro è iniziato con un tentativo di umiliazione [...], non avevo né i pantaloncini né le scarpe di tela e non era "opportuno" che giocassi "così mal combinato". Mi hanno quindi prestato la tenuta richiesta: pantaloncini, maglietta, calzini, scarpe di tela che più bianche non si può. Ho stretto i pantaloncini (intenzionalmente troppo larghi?) con un pezzo di corda da bucato trovato nella "dépendance" e li ho castigati per tre volte di fila. I rampolli del duca di Montmorency giustiziati da un rampollo della plebe.
Sensazione esaltante, in queste partite, di avere solo il corpo da opporre alla loro arroganza. E neanche un corpo preparato, perché nessuno mi ha insegnato a giocare a tennis [...]. Colpire una pallina da tennis senza aver preso lezioni significa sentire il proprio corpo adattarsi alle circostanze senza l'aiuto del "movimento giusto". Il fatto che i miei movimenti non abbiano niente a che fare con il "saper giocare" mi procura un'intensa sensazione di libertà fisica, di continua novità [...]. Nessun colpo è

preparato, nessuno corrisponde alla gestualità accademica a cui si attengono i miei distinti avversari.
[.] Non è la vittoria a esaltarmi ma la faccia della loro sconfitta. Anche "gli straccioni di Valmy" nell'omonima battaglia mancavano di "stile" (e come loro, anche io sono "sansculotte").
Il mio giuramento: Vivere, in ogni situazione, come gioco a tennis!"
(*Storia di un corpo*, 2012, p. 85)

3) Al di là del cerebro-centrismo

La scomparsa del corpo non solo produce infiniti malesseri e i più disparati (e disperati) tentativi di recuperarlo attraverso iperstimolazioni di tutti i generi; è anche una scomparsa che suscita, in chi pensa, giuste preoccupazioni.

In ambito psicologico, le giuste preoccupazioni unite al vago sentimento di colpa che sia stata proprio la psicologia "a far fuori" il corpo, hanno spinto molti "psi" a cercare di recuperare "il corpo" grazie al dialogo con le neuroscienze. È un dialogo di grande interesse e di indiscusso valore, che però tocca solo tangenzialmente "la questione-corpo": perché, anche se il nostro encefalo fa ovviamente parte del corpo, tuttavia, come osserva Damasio (e chi meglio di lui?), non è «il corpo vero e proprio» (1994, p. 90).

Ma il cervello è per noi "psi" una potente calamita: anche se studi paleontologici oramai storici hanno chiaramente dimostrato che «la visione cerebrale dell'evoluzione è inesatta. [...] Il cervello non è il motore dello sviluppo cranico, ma piuttosto è al seguito [...]. Stazione eretta e mano libera dalla locomozione sono i criteri fondamentali dell'umanità» (Leroi-Gourhan, 1964, p. 42; p. 117; p. 33), resta tuttavia fortissima la tentazione di vedere nel corpo la "materia bruta" e nel cervello l'essenza più alta (forse divina?) della nostra umanità.

E così, nell'epoca in cui le tecniche di *neuroimaging* sembrano prossime a svelarci in diretta l'eterno mistero del pensiero, è benefica la capacità controcorrente di Pennac di tenere il corpo ben posato sui piedi e proprio con i piedi evocare memorie profonde, «rimembrare» esperienze, come direbbe Brunelli (2009, p. 296):

Sempre da *Storia di un corpo*:

44 anni, 10 mesi, 2 giorni
Sta mattina avanzo verso il mare dopo aver rifiutato gli orribili sandali di

plastica proposti da M., mi tengo il più dritto possibile sui sassi forse un pochino rigido, la schiena un filo inarcata [...]. La pianta dei piedi, d'accordo con le caviglie saggia ogni sasso, trasmette queste informazioni alle ginocchia che subito ragguagliano le anche e tutto procede, io procedo, finché un sasso inaspettato, più appuntito degli altri ordina di mandare le braccia alla ricerca dell'equilibrio. Ed è così, mentre mulino le braccia, che mi trovo reincarnato in Violette. Non penso a Violette, non evoco Violette, non mi ricordo di Violette, io sono il vecchio corpo barcollante di Violette che oscillava sui sassi quando andavamo a pescare [...] (Pennac, 2012, p.187).

E poi, per concludere questa mia "lettera d'amore", ecco a voi il nostro eroe Malaussène (Pennac, 1990, p. 195) in coma cerebrale mentre da tutte le cellule del suo corpo si innalza un coro grandioso (quasi il quarto movimento della *Nona* di Beethoven):

Coma profondo..., morte cerebrale... Questo tizio è morto! Clinicamente morto! Lesioni irreversibili del sistema nervoso centrale. Trotski e Kennedy stavano meglio di lui [...]. Ma allora, cosa resisteva in lui se era scientificamente morto? Da dove veniva quella vigilanza se il suo stesso cervello aveva definitivamente ceduto? [...].

Contro il cervello che accettava senza porre resistenza di recitare la terza persona recisa ("lui" è morto, "lui" ci mancherà molto...) si ergeva una prima persona decisa: "Io" sono qui ben vivo! "Esisto anch'io" e soprattutto "Voglio esistere!". Sembrava una voce che arringava dall'alto di una tribuna, al popolo innumerevole delle cellule non encefaliche. E tutte quelle cellule le sentiva attente fino ai confini più inconfessabili del corpo.

C'era l'atmosfera di consapevolezza infinitamente condivisa in cui esplodono le sentenze storiche, la frase che cambia l'uomo, la parola che fa epoca.

Tutte le cellule, ricettive fino all'oblio di se stesse formavano una cattedrale di silenzio dove la verità sarebbe esplosa e si sarebbe iscritta per l'eternità.

Finalmente esplose.

Esplose sotto forma di uno slogan subito mobilitante: TUTTE LE CELLULE VIVONO AUTONOMAMENTE! BASTA CON IL CEREBROCENTRISMO! - BASTA CON IL CEREBROCENTRISMO! ripresero le cellule in un solo urlo. - BASTA CON IL CEREBROCENTRISMO! sbraitava l'organismo unanime. - BASTA CON IL CEREBROCENTRISMO! gridava muta la sagoma di Benjamin Malaussène nella penombra di una stanza dove lampeggiava una luce

PER APPROFONDIRE

CARBONE P. (2009), *Le ali di Icaro. Capire e prevenire gli incidenti dei giovani*, Bollati Boringhieri, Torino, p. 294; p. 296.

DAMASIO A. R. (1994), *L'errore di Cartesio*, Adelphi, Milano 1995, p. 90.

LEROI-GOURHAN A. (1964), *Le geste et la parole*, Albin Michel, Paris, p.33, 42, 117.

PENNAC D. (1990), *La Prosivendola*, Feltrinelli, Milano, 1991.

ID. (2012), *Storia di un corpo*, Feltrinelli, Milano.

SWIFT J. (1704), *Favola della botte. Scritta per l'universale progresso dell'umanità*, Nuova Editrice Bert, Piacenza, 2012, p. 20.

SULL'AUTRICE

Paola Carbone, Presidente ARPAD e Direttore della Scuola di specializzazione ARPAD, già Professore associato Università La Sapienza di Roma. Psichiatra e psicoanalista SPI. E-mail: paola.carb@tiscali.it



**Forme
Espressive**

Promesse a domicilio

di Domenico Maisto

Uno dei primi giorni mi scrive un ragazzo, dalla mail capisco l'età: 22 anni. Mi dice che vorrebbe chiederci una cortesia un po' particolare, e vuole sapere se facciamo anche consegne regalo. Ovviamente la risposta è sì, e a quel punto mi spiega la particolarità della sua richiesta, e vuota il sacco. Pochi giorni prima della chiusura totale di tutto, era stato a cena con una ragazza – cena galeotta, a suo dire – in cui tra lui e la compagna di studi è scattata la famosa scintilla. La mannaia sociale che si è abbattuta successivamente su tutti noi avrebbe potuto stroncare sul nascere quello che per entrambi sembrava essere uno di quei momenti che ti possono cambiare (in meglio) la vita. Innamorarsi tre giorni prima della fine momentanea del mondo... Tra qualche tempo sarà materia da sceneggiatori.

Lui comunque non si è perso d'animo; legge sul sito del Comune che faccio consegne e mi scrive. Ha buone idee, ma chiede anche consigli. Io faccio il mio mestiere, mi metto nei suoi panni, ci scambiamo un paio di provocazioni, e infine conveniamo entrambi che il Cyrano, per quanto forse un po' inflazionato, potrebbe essere comunque il libro giusto per dimostrare che il "lock down" nulla puote contro un giovane romantico. Mi sobilla la dedica – perché devo scriverla di mio pugno. Io lo pungolo su qualche variazione di gusto, lui valorizza l'esperienza del vecchio libraio *viveur*, e il pacchetto regalo è pronto, guarnito con parole fuori moda ma sincere, e scritte con un'altra grafia! La consegna è ovviamente imbarazzata per lei, ma anche per me... Comunque è fatta. Da quel giorno in poi lui mi ha ordinato un libro a settimana, e ogni volta che vado a consegnare quel pacchetto con dedica, prima di andarmene vorrei che lui la potesse vedere in quel momento, vorrei che i miei occhi fossero i suoi, per fargli gustare quello che sta costruendo con quei remoti pensieri di carta. Capirebbe che forse, tenendo duro, questa pandemia potrebbe rendere la loro unione ancora più unica e salda, o magari no, ma non conta.



mail: mondadori.ghiaia@gmail.com

Domenico Maisto, libraio. E-

Una parola per volta



“ Relazione ”

Per *relazione* s'intende l'interazione fra un soggetto e il mondo circostante del quale è parte, vivente e non vivente. Viene solitamente messa in risalto, nelle scienze psicologiche, la relazionalità fra esseri umani in quanto specificamente significativa. Può essere poi utile distinguere:

a) la forma attraverso la quale il soggetto umano si sviluppa nel tempo organizzando la storia delle esperienze di relazione, a partire da quelle con le figure di accudimento e poi via via allargando la platea dei suoi interlocutori ai contesti educativi, fra pari ecc. e complessificando la qualità della sua soggettualità e delle relazioni con essi.

b) l'ambito nel quale, per la maggior parte dei modelli teorico-clinici, compreso quello psicoanalitico, si sviluppa la cura psicoterapeutica nelle sue diverse forme (duale, familiare, gruppale ecc.); ambiti interpersonali nei quali il soggetto tenderà a riprodurre la sua storia relazionale ma avrà l'opportunità di confrontarla con risposte e letture anche differenti e di apprendere di sé.

Il soggetto esperisce inoltre forme di dialogo e di conflitto fra aspetti di sé (istanze, orientamenti, emozioni, memorie) che possono non trovare, o trovare a fatica, coerenza e che sono spesso sollecitati da/sollecitanti nuove esperienze relazionali.

SULL'AUTORE

Fabio Vanni, SIPRe Parma, socio ordinario. Psicologo, psicoterapeuta, AUSL Parma, UNIPR. E-mail: fabio.vanni@alice.it



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

