

SEPARAZIONE: TRA ABBANDONO E CRESCITA

Floriana De Michele

11 Marzo 2007

Parlare della separazione significa occuparsi di un processo in cui può verificarsi una rottura dei legami naturali, stabiliti tra, almeno, due poli di una relazione umana. Questo processo è vissuto, normalmente, con molto dolore, in quanto provoca una perdita e lascia un profondo senso di abbandono o solitudine.

La paura di perdere l'oggetto libidico è la principale forma d'ansia nel primo anno di vita del bambino e può riguardare anche la separazione da persone che hanno stabilito con lui rapporti sociali interattivi e alle quali egli è legato affettivamente. Anche nelle persone adulte l'essere solo suscita sensazioni sgradevoli e dolorose, perché rappresenta un forte rischio, sia fisico che psicologico, e la solitudine 'emotiva' è ben più penosa di quella 'sociale', ossia dell'isolamento conseguente l'allontanamento dalla comunità. E' la condizione che vivono attualmente tante persone anziane, ma anche le persone che si allontanano dalla famiglia per es. con una separazione coniugale o un divorzio.

L'etimologia della parola solitudine (3) Dizionario Etimologico di G. Devoto ci indica che essa è un astratto di "solo", parola derivante da una latina: "solus" che a sua volta è un ampliamento di un tema "sé", il quale da origine a una particella che indica "separazione", e, genera molti termini. "Separazione", a sua volta, è composta dalla particella "se" e da "parare", che significa "preparare, apparecchiare, procurare"; ma la radice di "parare" è "per", che da origine anche a un gruppo di parole come: partorire, parto, parente.

Per riassumere: Solitudine, solo, separato, preparato, partorito. La sequenza sembra suggerire che solo è colui che è stato partorito, separato dalla madre. E, in effetti, come insegna la pratica terapeutica, l'emozione della solitudine fa parte di quei vissuti di separazione che si attivano quando la situazione riporta, attraverso le associazioni ad immagini di perdita.

Le emozioni connesse alla perdita e alla separazione, allora, si situano storicamente nella vita del bambino piccolo quando la relazione simbiotica che egli ha con la madre, poco a poco, lascia spazio per una dimensione di individuazione.

La teoria dell'attaccamento di John Bowlby (1969, 1973, 1980), fondata su concetti psiconalitici ed etologici e legata alla teoria sistemica e alla psicologia cognitiva (Holmes, 1993), ha assimilato le prospettive della psicologia dello sviluppo (Ainsworth e Witting, 1969; Ainsworth, Blehar, Waters e Wall, 1978) e dato inizio a interessanti esperienze di studio sul processo di attaccamento.

A differenza degli approcci psicodinamici tradizionali, fondati su ricostruzioni retrospettive dei processi di sviluppo, la teoria dell'attaccamento ha studiato lo sviluppo sociale ed emotivo del bambino secondo un'ottica evolutiva e ha dato molta importanza all'osservazione diretta e naturalistica, considerando l'attaccamento come "un insieme di comportamenti del bambino, un sistema di motivazioni, una relazione fra madre-bambino, un costrutto teorico e un'esperienza soggettiva del bambino sotto forma di 'modelli operativi' "

(Stern, 1985;trad. it. 1987, p.41).

In origine, l'attaccamento è stato considerato un evento evolutivo specifico di una particolare fase della vita (Bowlby, 1958, 1960a;Ainsworth, 1969), successivamente si è dimostrato che la qualità della relazione di attaccamento non si limita solo al legame iniziale fra madre-bambino, ma si ritrova anche nelle relazioni che il bambino instaura durante la seconda infanzia, e influenza di fatto tutto l'arco della vita (Stern, 1985).

Mary Ainsworth , collaboratrice di Bowlby, infine, ha messo in evidenza l'importanza delle differenze individuali nella qualità dell'attaccamento. Ogni bambino possiede un determinato stile di attaccamento, che riflette il modo in cui ciascun soggetto ha vissuto il rapporto con i caregivers, che possono avere soddisfatto il bisogno di protezione e di sicurezza, oppure possono essere stati poco responsivi . Nel 1978, con l'ideazione della Strange Situation , (Ainsworth, Bleahr, Waters, Wall, 1978), si individuano 4 tipi di attaccamento nel bambino :

Configurazioni di tipo B (sicuri/autonomi)

I soggetti sicuri/autonomi hanno vissuto nell'infanzia esperienze di protezione, conforto, condivisione emotiva che gli hanno permesso di costruire una base sicura. Essi riconoscono il proprio bisogno degli altri e la propria autonomia. Di fronte alla separazione sono in grado di gestire le emozioni negative, e hanno la fiducia di trovare nuovi rapporti gratificanti.

Configurazioni di tipo C (invischiate/preoccupate)

Dalla storia personale dei soggetti invischiati/preoccupati emerge l'imprevedibilità e l'incostanza delle figure di riferimento. Intrappolati nelle loro esperienze infantili, essi possono manifestare forte ansia nelle relazioni intime, con paura di essere abbandonati e forti spinte al controllo e alla gelosia, oppure sviluppano atteggiamenti di dipendenza e compiacenza. Cercano di controllare l'altro con la rabbia, di mantenere viva l'attenzione anche quando non ne hanno bisogno, alternando comportamenti aggressivi e comportamenti di richiesta di contatto e consolazione. Vi è una difficoltà a creare un'identità autonoma, a separare il passato dal presente, ad integrare sentimenti negativi e positivi. Queste persone hanno bisogno dell'altro per regolare le proprie emozioni e mantenere un senso di sé stabile, per questo vivono la separazione con ansia estrema

Configurazioni di tipo A (distanzianti)

Il modello interno di queste persone si costruisce intorno una figura genitoriale rifiutante rispetto alle loro richieste di conforto. Il genitore non è in grado di fornire empatia ma accudisce il bambino solo nei bisogni pratici. Questo bambino interiorizza il disagio del genitore di fronte all'intimità e al contatto emotivo e percepisce la distanza come l'unica modalità che sente efficace per relazionarsi all'altro. Le persone distanzianti affermano la propria indipendenza e la loro forza. Sono orientati al compito e cercano di fare tutto da soli, con difficoltà a chiedere aiuto. Si caratterizzano per un buono sviluppo cognitivo e una rabbia congelata. Mostrano un atteggiamento di distanza dalle relazioni intime delle quali cercano di minimizzare l'importanza, possono sviluppare forti difficoltà a comunicare sul piano dei sentimenti, difficilmente tollerano la vicinanza emotiva. La difficoltà a riconoscere ed esprimere le emozioni fa sì che esse vengano spesso somatizzate dando luogo a disturbi fisici.

Configurazioni irrisolte/disorganizzate(D):

Questa categoria comprende soggetti classificabili nelle precedenti tre categorie, differenziabili solo sulla base della presenza di lutti o traumi non risolti, legati al maltrattamento infantile, o a lutti non risolti nella vita del genitore (depressione della madre).La tendenza ad avvicinarsi e quella ad allontanarsi inibiscono l'un l'altra e il soggetto sperimenta emozioni che travolgono la sua capacità di organizzare un comportamento coerente. Le separazioni possono rievocare gli stati emotivi legati al lutto non risolto.

Il tipo di attaccamento tende ad essere piuttosto stabile, può comunque modificarsi in seguito ad esperienze particolarmente significative. La psicoterapia può costituire un'esperienza emozionale correttiva in grado di modificare i vecchi schemi e interrompere i circoli viziosi che rinnovano le esperienze traumatiche del passato.

Secondo la teoria evoluzionista la psiche umana è epigenesi del funzionamento cerebrale, organo quest'ultimo che si è evoluto attraverso un percorso che ci vede filogeneticamente collegati ai vertebrati, ai mammiferi ed in modo particolare alle specie dei primati.

In una impostazione bio-psico-sociale della sofferenza psichica, come quella poc'anzi descritta, è allora necessario pensare alla dimensione biologica come un bagaglio genetico che ha la sua espressione anche in quelli che gli etologi chiamano sistemi comportamentali o motivazionali. I sistemi comportamentali vengono attualmente definiti come sistemi organizzatori su base innata delle interazioni tra con-specifici. Come abbiamo visto Bowlby individuò uno di questi sistemi comportamentali, l'attaccamento/accudimento. Le cause attivanti il sistema di attaccamento sono costituite da segnali percettivi quali: essere in

una situazione di stanchezza, dolore fisico o emozionale, pericolo. La meta di tale sistema è la ricerca di un con-specifico in grado di espletare una funzione di accudimento, sostegno, difesa. Per i cuccioli ed i bambini questa funzione è espletata fundamentalmente dalle figure di accudimento primarie. Nelle età successive tale funzione sarà espletata, soprattutto nel genere umano, in modo particolare dalla relazione di coppia coniugale (Carli, 1995).

Vediamo cosa succede .

Il bambino nasce con un cervello e delle capacità innate, predeterminate dai geni, ma la natura dell'ambiente in cui cresce produce un impatto considerevole e continuo, determinando, attraverso l'esperienza, effetti importanti sulla crescita dei processi neuronali e sulla formazione delle sinapsi nel cervello, soprattutto nelle prime fasi di sviluppo.. Dalla nascita e fino a dieci anni, il cervello subisce modificazioni particolarmente notevoli nella corteccia cerebrale; il cervello cresce enormemente in volume, aumentando il suo peso di sei o sette volte.

Al momento della nascita, il "programma" genetico è quasi completato; la corteccia cerebrale, struttura delicatissima e raffinatissima, esce praticamente "bianca, pura" dall'ambiente intrauterino, pronta per svolgere le sue funzioni vitali. Ci sono aree specifiche della corteccia specializzate a svolgere le funzioni sensoriali e motorie, mentre il resto della corteccia è disponibile per elaborare ed integrare una vasta gamma di informazioni. Tale processo è attivo per tutto l'arco di vita dell'individuo e dipende dalla plasticità dei neuroni.

L'educazione dovrebbe favorire tale processo fisiologico stimolando lo sviluppo delle potenzialità di ogni individuo. Spesso, però, l'individuo subisce condizionamenti dall'ambiente familiare e sociale che vanno a condizionare lo sviluppo della sua personalità.

Le esperienze e le stimolazioni ambientali contribuiranno, attraverso gli organi di senso e le energie ad essi correlate, a creare i primi "programmi" cognitivi su cui si costruirà tutta la struttura portante della personalità. Sono proprio gli stimoli, infatti, che stabiliscono sia la qualità che la quantità delle connessioni tra le cellule nervose, perciò, la stimolazione sensoriale da parte della madre, in questo periodo, dovrebbe essere intensa e dinamica affinché tutte le aree cerebrali possano svilupparsi ampiamente ed in modo integrato.

La madre, quindi, nell'interagire con il bambino, dovrà utilizzare la modulazione della voce, l'espressione del volto e del movimento, che dovrebbero essere, il più possibile, armonici ed integrati ai bisogni del piccolo. In questo periodo, infatti è molto più importante la modulazione, la prosodia, piuttosto che le parole.

Il bambino acquisisce le capacità percettive, cognitive e motorie, esplorando l'ambiente sotto la guida di adulti in grado di cogliere i suoi bisogni evolutivi man mano che essi si manifestano. Fino ai tre anni il canale preferenziale di comunicazione è prevalentemente quello del linguaggio emozionale, quindi la comunicazione non verbale, in quanto, da un punto di vista neuropsicofisiologico, è presente la dominanza dell'emisfero destro del cervello, specializzato per l'analisi visuo-spaziale e per l'espressione e

comprensione del linguaggio emozionale.

La propensione a stringere e mantenere relazioni emotive intime, dunque, è scritta nel nostro patrimonio genetico ed è presente dal primo giorno di vita, all'inizio sotto forma di riflessi innati (pianto, suzione, prensione, orientamento, sorriso) che, successivamente diventeranno, in base alle risposte dell'ambiente, schemi di comportamento sempre più sofisticati. (1) Trimarchi M. , Lo sviluppo neuropsicofisiologico del bambino, C.I.S. , Il cervello e l'integrazione delle scienze, n.42, 2° sem., Ed. A.D.E.-C.E.U. (2) Fonzi A., Manuale di psicologia dello sviluppo, Gruppo Editoriale Giunti, Fi.

Tutto questo processo produce un feedback stimolativo, circolare tra la madre e il suo piccolo, che riconferma, così, il legame simbiotico, generatosi nella fase intrauterina, in cui il piccolo è solo una parte del corpo della madre ,e da ciò dipende la sua totale dipendenza alla sua genitrice.

L'angoscia di abbandono compare nel bambino piccolissimo non appena si rende conto di non essere un tutt'uno con la madre.

Freud, per primo, riprendendo il concetto di O.Rank di "trauma della nascita" , sottolinea il significato psicologico dello shock subito dal bambino nel momento in cui questi viene separato dalla madre, a seguito del pericolo derivante dall'afflusso massiccio di eccitazioni provenienti dal mondo esterno. Il bambino, data l'im maturità della sua struttura psicofisica, non può fronteggiare un simile bombardamento di stimoli, che percepisce come un "attacco" doloroso al suo corpo, per cui ha una prima sensazione di Sè; egli non ha a disposizione difese per potersi proteggere. Egli è in balia della madre e questa separazione biologica da lei diventa il prototipo di ogni tipo di angoscia futura, poiché, durante il corso della vita, si manifesterà in maniera più psicologica e simbolica.

La vita inizia da un atto aggressivo, che consiste nel movimento dell'essere vivente che si spinge fuori dall'altro. Per dirlo con le parole di H.Hesse:

" L'uccello si sforza di uscire dall'uovo. L'uovo è il mondo. Chi vuole nascere deve distruggere un mondo." (4) ,Hermann Hesse in Demian .

Questo aggredire vuole dire andare verso le esperienze della vita per viverla pienamente, è un agire costruttivo , che proviene da un'esplorazione attiva del mondo e di fiducia verso il mondo esterno, che può trasformarsi in un agire distruttivo, se il mondo esterno è fonte di malessere e di carenze. Una mia paziente, professionista affermata, mi dice nel corso di una seduta : " ho sempre sentito di dover prendere il mondo a calci per ottenere quello che ho ottenuto nel mio lavoro", ma è chiaro che non si possono prendere a calci le persone se si desidera stabilire una relazione amorosa! e lei ha proprio questa grande difficoltà, nonostante desideri moltissimo farsi una famiglia propria.

Il distacco biologico, la prima separazione, la realizzazione della solitudine, la cui sensazione ci accompagnerà per tutta la vita spingendoci continuamente verso l'altro, è il percorso continuo verso l'indipendenza, in definitiva , è la crescita.

Dice Jung : "ogni passo dentro il mondo significa un altro passo via dalla madre", il mondo nasce quando l'uomo lo scopre e lo scopre quando sacrifica la

madre entrando nella realtà trans-soggettiva (5) Jung C.G., La libido. Simboli e trasformazioni, Newton Compton, Roma.

CASO DI GILDA :

È una ragazzina di 11 anni che frequenta la prima media, ma dal mese di ottobre, rifiuta totalmente la scuola, a causa del forte malessere che prova: vomiti, mal di pancia, mal di testa, confusione, non dorme e non mangia. È arrivata da me con la diagnosi di "anoressia nervosa" comunicatami telefonicamente dalla sua pediatra. Effettivamente la minore ha l'aspetto fisico molto provato e presenta persino delle piaghe sulle mani e sul viso a causa dell'eccessiva magrezza. Stabilisce subito un buon rapporto con me ed è molto desiderosa di guarire. La Ragazzina racconta di non riuscire a staccarsi dalla madre da quando, un giorno, rientrando da scuola la trova svenuta attorniata dagli operatori del 118 che le prestavano soccorso. La madre è una signora originaria di un paese diverso da quello in cui abita la famiglia e sembra che non sia mai riuscita ad adattarsi completamente. Ella mantiene un rapporto strettissimo con la madre e le sorelle che va a trovare più volte durante la settimana. La bambina si lamenta durante le sedute dell'invadenza delle zie e del timore di ribellarsi a loro per paura di dispiacere la madre. La donna si sente molto sola quando il marito è lontano per lavoro e una volta l'uomo ha dovuto persino lasciare il lavoro per poter rientrare tutti i giorni a casa e generalmente è molto accondiscendente verso i desideri della moglie. Via via che Gilda racconta questi episodi di eccessivo attaccamento i suoi sintomi migliorano, ma tuttavia non riesce ancora ad andare a scuola.

L'adolescenza mette fine al primato del sistema motivazionale di attaccamento/accudimento, e determina l'ingresso nel sistema motivazionale agonistico, confronto con gli altri, e sessuale (DeVaal, 1996, Weisfeld, 1999, Liotti 2001).

Al momento della pubertà, la maturazione somatica ed i nuovi appuntamenti identificatori a cui il soggetto è stimolato dal gruppo sociale di appartenenza, inducono l'attivazione di quei processi di lutto descritti da Freud " Lutto e melanconia ". Il soggetto, si identifica fortemente con aspetti dell'oggetto scomparso, cioè tratti dell'oggetto precedentemente appresi diventano ora parti attive e costitutive della propria personalità. L'adolescente vive il proprio momento evolutivo come scomparsa degli oggetti di riferimento primari, e ciò induce, all'interno della sua organizzazione mentale, l'attivazione di quei "tratti" (Freud, 1921) appresi precedentemente dalle relazioni: scrive Freud: "l'ombra dell'oggetto cadde così sull'Io" (Freud, 1915). L'identificazione con il genitore dell'infanzia giunge a compimento: "...l'identificazione non è semplice imitazione, ma appropriazione" ; essa esprime un "come" e si riferisce a qualcosa di comune che rimane nell'inconscio" (Freud, 1900). È a questo punto dello sviluppo ,quindi, che c'è la verifica dello stile di attaccamento appreso, come abbiamo visto con **GILDA**.

La donna genitrice, o madre che dir si voglia, comincia a controllare, la sua creatura già dal momento in cui è incinta. Durante i primi anni di vita , quindi nella fase preedipica, il rapporto esclusivo che si stabilisce tra i due poli della

coppia (madre- bambino) dipende da come il bambino ha vissuto nella vita intrauterina e poi da come si è svolto il suo parto.

Alla nascita, la modalità di attaccamento-separazione- scoperta del mondo rifletterà la modalità del vissuto della donna prima di essere madre . Ci sono molte ricerche che dimostrano come l'immagine del figlio ideale nella donna incinta si trasforma nel vissuto di un figlio fantasticato, a discapito, spesso, della relazione reale. Il primo scontro col fantasma del figlio ideale avviene durante la fase della gravidanza in cui si percepiscono i primi movimenti fetali, in quanto la percezione del bambino che si muove, diventa l'irruzione della realtà concreta nella donna che vive la sua fantasia di figlia.

Spessissimo, se non sempre, la donna reagisce con ansia a questi movimenti del feto, provocando delle scariche ormonali che ne influenzano la vita.

In generale, si può vedere come, la madre oppone la sua resistenza, via via, che il bambino agisce le sue naturali esperienze motorie, si stabilisce l'attitudine ad incominciare ad esistere oltre la madre, passando dall'esistere nell'involucro della simbiosi esclusiva, al diventare il centro , il nucleo del Sé.

E' questa resistenza della madre, e poi dell'ambiente esterno, che dà il via alla relazione oggettuale ,pensiamo per es. a tutti quei divieti che devono essere dati quando il bambino comincia a misurarsi con i nuovi spazi. Il bambino inizia,così, a sperimentare i propri limiti di fronte al bisogno di dipendere dall'altro. Le esperienze motorie,in questo caso, sono associate all'aggressività e sono proprio gli elementi aggressivi sani che conducono il bambino alla soddisfazione del bisogno. Mostacci A.,Gravidanza ed eventi di vita:gli indicatori di stress, in Simbios,annoI,nov.1984; L'immagine del figlio ideale nella donna incinta e il figlio reale,in Simbios,annoII,lug.1986,Percorsi spezzati e percorsi di nascita,Armando Editore1999.

Winnicott afferma che l'aggressività è una reazione alla frustrazione che è stimolata nello sviluppo normale dall'opposizione dell'ambiente esterno e quest'aggressività,dunque, precede l'integrazione. Winnicott D.W.,Dalla pediatria alla psicoanalisi,Martinelli,Firenze.

Questo è anche quanto io ho potuto constatare nel mio percorso professionale, nel lavoro con i miei pazienti.

Con loro mi è capitato spesso in fasi cruciali della crescita, di far notare, che per potersi separare-allontanare dal genitore in qualche modo, è naturale vivere apertamente il conflitto, mettendo in evidenza ciò che non soddisfa o piace nel rapporto...se questo fosse soddisfacente,infatti, non ci sarebbe la necessità di allontanarsi. Come ho dovuto far notare,la spontaneità nel vivere le emozioni negative e di odio verso le figure di attaccamento, è naturale in queste situazioni: non ci si allontana da chi si ama e ci soddisfa,ma solo da chi non ci piace e non amiamo e non ci soddisfa. Capita anche che questo tipo di situazione analitica è tipica nel momento in cui il paziente comincia a muoversi da solo nel mondo ,io penso ogni volta che sta migliorando perché fa tante cose buone che prima non riusciva a fare da solo,e proprio da questi segnali si riconosce la crescita.

CASO maria si racconta così: sono nata il 1983 prematura (di 8 mesi) pesavo 2,3 Kg. Dalla clinica dove sono nata sono stata trasferita al Bambin Gesù

perché dovevo stare in incubatrice per un mese. Quando sono uscita dall'ospedale sono tornata a casa sopra, da mia nonna materna. A 15 mesi ho iniziato a camminare. Uscivo con mio nonno materno in quanto mia madre lavorava. A 5 anni, dopo la morte di mio nonno, mia madre ha preso un baby sitter che mi accudiva durante la giornata e ciò fino all'età di 9 anni. Poi mi sono iscritta agli scout e a tennis per stare insieme agli altri e per socializzare. All'età di 14 anni dato che a tennis ero arrivata al livello agonistico e dovevo fare i tornei mi è stata richiesta la visita sportiva... Fatta la visita mi hanno diagnosticato l'ipertensione e da qui è iniziato il calvario tra ospedali vari. Mi hanno dato un regime alimentare (dieta) dicendomi che dovevo farlo fino all'età di 18 anni. Ero controllatissima e sono riuscita a pesare 56 Kg. All'età di 18 anni mi sono come sentita tradita e ho iniziato a prendere peso e mi sono affidata ad un dietologo. E lui ci ha consigliato di venire da te, perché non riuscivo a seguire la dieta.

La ragazza arriva da me in preda ad una forte agitazione raccontando di non sopportare più il controllo di sua madre, che la obbligava a stare a dieta imponendole di pesarsi più volte durante il giorno. In realtà durante la terapia si è evidenziato che il controllo era eccessivo in diversi campi della vita di Maria. Per es. la madre si lamentava molto del fatto che la ragazza frequentasse un giovane non adatto per lei a causa della sua "bassa classe sociale" e attribuiva a lui la responsabilità dell'attuale grassezza della figlia. Successivamente lamentava il fatto che la ragazza perseguitasse il giovane con la complicità di una sua amica, si lamentava delle cattive amicizie della figlia, delle continue bugie che raccontava M. ma, soprattutto, tutti i suoi parenti e amici erano a conoscenza del cattivo comportamento di Maria e tutti sembravano avere il diritto di intromettersi nella sua vita. Il controllo è arrivato anche nella terapia, attraverso le continue telefonate e gli attacchi verbali della donna che ha cercato in tutti i modi di denigrare la mia professione e il lavoro con la figlia.

Devo dire, è iniziata con molta difficoltà questa terapia, ma va avanti, a parte un'interruzione forzata causata dal comportamento della donna. La donna non sopportando l'alleanza che si era instaurata nel rapporto terapeutico con la figlia decide di chiudere la terapia. Nel momento in cui faccio notare che M. aveva un padre ed era lì presente pretendendo che prendesse una posizione in merito, gli equilibri familiari cambiano. Il padre di Maria è uomo completamente assoggettato agli umori della moglie e il loro rapporto va avanti con difficoltà: i due dormono da molto tempo separatamente e di questo la donna accusa la figlia che non li lascia dormire insieme. In effetti M. fino a poco tempo fa dormiva con la madre. Cmq, da allora il padre accompagna puntualmente la figlia in terapia, è lui che mi fa assegno, ed è lui che continua a telefonare a volte, cedendo alle pressioni della moglie che non può più farlo, ha dei comportamenti di accudimento verso la figlia che la madre non ha mai avuto. M. è sempre vissuta lontana dalla madre, come si è visto nella nota biografica. La signora, non si piace fisicamente ed ha investito tutto sulla bellezza della figlia, comprandole abiti costosi, che ora ha lì chiusi nell'armadio e mostra in giro le foto della figlia quando era bella e magra. Ha sempre rifiutato il corpo grasso della figlia perché immagine della sua bruttezza. M. in effetti è sempre

stata grassottina, ma i nonni materni l'hanno viziata un po' e anche questo è motivo di rifiuto. M. dice sempre della madre che è attaccatissima alla nonna e si domanda come sopravviverà nel momento in cui la nonna verrà a mancare. Tra M. e sua madre si verificano molto spesso liti violente, a cui spesso ho assistito telefonicamente, ma ultimamente le cose sono migliorate.

Dall'inizio della terapia M. è ingrassata molto e questo in seguito ad un lavoro in cui la ragazza ha cercato di accettare il suo corpo ed ha cercato l'amore di sua madre così, non riuscendoci ancora. Da qualche tempo si sta impegnando di nuovo con una dieta, ha ripreso gli studi anche se lentamente, ha un nuovo interesse amoroso ed ha un comportamento più autonomo in generale. La madre non ha smesso di controllarla anche se ora, se non altro, cerca di resistere visto l'atteggiamento del marito che è meno passivo.

E' evidente che Maria deve imparare ancora a contenere e a gestire le sue emozioni, dato che ha mancato questa possibilità durante l'infanzia, ma stiamo facendo un buon lavoro e io sono molto fiduciosa.

La capacità di autogoverno permette al bambino di vivere una buona e necessaria dipendenza (emotiva) e imparare gradatamente la mediazione riflessiva, grazie alla quale potrà risolvere gli attaccamenti infantili. Potrà differenziarsi, separarsi dalle figure genitoriali, sapendosi districare nel caos dei sentimenti, dei vissuti, e potendo far fronte alle inevitabili frustrazioni che la vita riserva, senza crollare, fuggire o rifugiarsi in nuove e distorte forme di dipendenza, (alcool, droghe, cibo o altre forme di devianza).

I desideri, i bisogni dei bambini non sono capricci, e sottendono sempre un mondo caotico di emozioni che premono, urgono, ingombrano e vengono agite, in quanto non c'è ancora un Io che possa decodificarle e tradurle.

Gli scambi affettivi con la figura materna sono importanti, perché condurranno il piccolo da una fase di indifferenziazione, in cui non sa distinguere se stesso dal mondo esterno, a una fase in cui acquisterà la consapevolezza della propria realtà interna ed esterna. La madre deve avere una **capacità di empatia**, cioè riuscire a "sentire ciò che il bambino sente", diventando un oggetto d'amore di per sé.

Secondo Winnicott, la madre, per un certo periodo dopo la nascita del bambino, soffre di una malattia normale che passa progressivamente, che chiama "preoccupazione materna primaria". L'empatia materna diventa una sorta di utero mentale, che lo protegge e lo aiuta ad attenuare gli urti dell'ambiente favorendo il dispiegarsi degli istinti e della crescita.

Una mia paziente, che ha iniziato analisi da qualche mese e che dimostra un conflitto con la madre a tutto campo, mi racconta che avendo dormito fino a circa sei anni nel lettone in mezzo a mamma e papà, a seguito della nascita del fratellino, che le ruba il posto, deve dormire sola nella sua cameretta, ma, a quel punto, sviluppa una sorta di sonnambulismo. La notte si alza e le capita di andarsi a distendere sul padre oppure più spesso le capita di andare dalla madre e chiederle: "cosa voglio io? La madre non riesce ancora oggi a dirle cosa vuole la piccola! Nel raccontarle questi episodi, la madre ride, divertita probabilmente, ma sicuramente inquieta per il fatto di non capire quella richiesta che la giovane continua a farle. Questo suo non capire, però, è ciò che

conferma la confusione e il conflitto tra lei e sua figlia: con-fusione, che vuol dire mancata separazione dall'involucro uterino, allo stesso tempo caos cognitivo che blocca la crescita . Ed è proprio questo che spinge la giovane donna all'analisi, che vive una sensazione continua di perdita e di solitudine, nonostante abbia una vita efficiente;infatti è una persona ben integrata socialmente e impegnata, con buoni risultati nello studio. Sicuramente,però, pretende molto da se ed ha difficoltà a vivere un rapporto amoroso .

M. Malher (.....)studia il bambino nella sua interazione con la madre e osserva i progressi della sua individuazione. Sulla strada di questa autonomia descrive diverse fasi : una fase simbiotica ,in cui c'è una fusione somatica con la madre ed in cui il bambino vive un primo periodo di " autismo primario fisiologico" e successivamente un periodo "simbiotico propriamente detto" (3-10 mesi) in cui inizia a percepire l'origine esterna delle fonti di gratificazioni. Da qui "**sboccia**" , grazie ai processi di maturazione che portano agli sviluppi della motricità, alla individuazione, attraverso una fase di separazione-individuazione che dura fino ai tre anni circa. Quest' ultima fase , distinta nelle sottofasi: **differenziazione,sperimentazione,riavvicinamento e consolidamento**, fino a raggiungere una distanza ottimale .

Quando la distanza non è sufficiente si parla di invadenza , quando è eccessiva si parla di abbandono. Gli arresti del bambino in tutte le fasi del suo sviluppo si verificano per la presenza contemporanea dei due momenti. L'eventuale invadenza è avvertita come tale solo perché si colloca sullo sfondo di un abbandono e viceversa. E' questa la fase in cui si sviluppa l'immagine corporea, a seguito della piacevole sperimentazione del movimento del corpo nel mondo. Qui probabilmente si situano i punti di fissazione libidica e i presupposti per l'anorexia-bulimia. I soggetti che sviluppano una dipendenza, introiettano un'immagine corporea schematica, carente, a causa di una separazione mancata,in cui l'individuazione dell'altro viene negata proprio nel valore e nella concretezza della fisicità dell'individualità.

Nell'adulto il sentimento di abbandono, è sempre attivo e rivissuto in tutte le sue relazioni e può riemergere, più o meno violentemente, di fronte ad una perdita, rievocando lo stesso senso di vuoto e l'angoscia in cui si precipitava da piccoli. Come abbiamo già visto, la perdita rappresenta un "lutto" e può essere vissuta come una grave minaccia alla propria esistenza, un'amputazione di una parte di sé. Spesso si accompagna alla percezione di non poter sopravvivere senza l'altro e ad una visione catastrofica della vita e del mondo. In questo momento possono venire a galla aspetti nascosti e inaspettati della personalità: attacchi di panico, depressione o addirittura far esplodere la follia, ma anche la tendenza a vivere situazioni in cui si rischia la vita (incidenti). E' questo lo scenario che fa da sfondo alla maggior parte dei crimini passionali, ma anche a quei suicidi o tentati suicidi "per amore".

Per concludere: abbiamo visto che quando le esperienze infantili non ci permettono di interiorizzare l'altro come base sicura, come presenza interna stabile e positiva, minacciano anche la costruzione della propria identità e individualità. La reazione all'abbandono può divenire patologica. Le esperienze attuali, rievocano antiche ferite e fanno riaffiorare le angosce primitive, mai

metabolizzate; confermano le aspettative di tradimento, d'inaffidabilità da parte dell'altro e consolidano un'immagine di sé fragile, vulnerabile, destinata ad essere ferita, rifiutata nei rapporti. La separazione diventa non solo perdita dell'altro ma anche perdita di sé, come persona degna di amore che fa sprofondare nell'insostenibile dolore per l'abbandono e la solitudine.

Troppa responsabilità per la madre!

Il bambino ha una sua forza nonostante la simbiosi uterina. A nove mesi è lui che spinge per uscire provocando le doglie, che la donna non può rifiutare: pena la morte del figlio e del suo ruolo di madre.

Scrivono James Hillman, *Puer Aeternus*, Adelphi, p.13-49: "non è sempre obbligatorio andare dalla mamma per trovare i nostri modelli delle strutture fondamentali della vita umana. Si può ritornare nel giardino dell'Eden, che è l'archetipo della sicurezza materna attraverso il padre: "come nel principio Adamo, con la sua fede animale, si fida di Dio, così il ragazzino si fida del padre. Per entrambi, Dio e Papà incarnano l'immagine paterna: affidabile, salda, stabile, giusta, Rocca dei tempi, la cui parola è vincolante. È il Logos: la sicurezza del logos, dove la parola è verità e non può essere fatta vacillare. Attraverso il padre si ritorna ad una sicurezza fondata sulla parola, e non sulla carne, che mette a nudo senza pericolo il mondo originario: "la debolezza e l'oscurità, l'indifesa nudità di Adamo, il primo uomo che tutti ci portiamo dentro"" il bisogno di sicurezza può sì riflettere il bisogno di cure materne, ma nel contesto paterno all'interno del quale ci stiamo muovendo "...". La nostalgia della fiducia originale, la nostalgia dell'unità con il vecchio Sé saggio, dove io e il padre siamo una cosa sola, senza l'interferenza dell'Anima, è tipica del Puer aeternus, colui che sta dietro a tutti gli atteggiamenti adolescenziali. Il puer non vuole essere cacciato dall'Eden perché la conosce tutte le creature, perché lì i frutti crescono sull'albero e basta allungare la mano per coglierli, la fatica non esiste... il puer conosce tutto; si aspetta di essere conosciuto totalmente.

Questa perfetta conoscenza, questa sensazione di essere totalmente compresi, confermati, riconosciuti, benedetti per quello che siamo, noti a noi stessi, a Dio e in Dio, si riproduce in tutte le situazioni di fiducia originale. Pensiamo allora di essere compresi perfettamente e quanto questo non accade ci sentiamo traditi e ne soffriamo atrocemente. Ma Dio non sembrava essere un compagno sufficiente per l'uomo: "Fu necessario creare Eva, farla uscire fuori dall'uomo e questo portò alla rottura della fiducia originale, mediante il tradimento. Fu la fine dell'Eden e l'inizio della vita" Dio e il creato non erano sufficienti ad Adamo, era necessaria Eva, il che significa che il tradimento è necessario nel senso che la fiducia originaria non favorisce la vita: è la condizione sine qua non per la cacciata dall'Eden e l'ingresso nel mondo reale, il mondo della coscienza e delle responsabilità umane.: un padre, volendo insegnare al figlio a essere meno pauroso, ad avere più coraggio, lo fa saltare dai gradini di una scala. Lo mette in piedi sul secondo gradino e gli dice "salta che ti prendo". Il bambino salta. Poi lo piazza sul terzo gradino, dicendo: "salta che ti prendo". Il bambino ha paura ma, poiché si fida del padre, fa come questo gli dice e salta tra le sue braccia. Quindi il padre lo sistema sul quarto gradino.

E poi sul quinto, dicendo ogni volta "salta che ti prendo", e ogni volta il bambino salta e il padre lo afferra prontamente. Continuano così per un po'. A un certo punto il bambino è su un gradino molto alto, ma salta ugualmente, come in precedenza; questa volta però il padre si tira indietro e il bambino cade lungo disteso. Mentre tutto sanguinante e piangente si rimette in piedi, il padre gli dice: "così impari: mai fidarti di un ebreo, neanche se è tuo padre". Hillmann racconta questa storiella proprio per dimostrare come la fiducia sia parte del tradimento, nel senso che non si dà fiducia senza possibilità di tradimento. Siamo traditi proprio nei rapporti più intimi, quelli in cui è possibile la fiducia originale, più grande è l'amore e la lealtà, il coinvolgimento e l'impegno più grande è il tradimento. Il padre lascia che il figlio cada dalla scala; la promessa fatta non è mantenuta, la parola data è rinnegata, la fiducia diventa tradimento. È un'irruzione della vita reale nel mondo sicuro del Logos, dove si può contare sull'ordine di tutte le cose e il passato si fa garante del futuro. Nello stesso tempo la rottura della promessa ovvero della fiducia è una breccia verso un livello di coscienza diverso, perché conduce alla morte del puer attraverso l'esperienza animica della sofferenza, fino al formarsi di una posizione paterna più solida, dove colui che è stato tradito potrà a sua volta tradire in modo meno inconscio. Il che significa da parte di un uomo avere in qualche misura integrato la propria natura inaffidabile : è "L'iniziazione del ragazzo alla vita è l'iniziazione alla tragedia dell'adulto".