

DAL DIARIO DI UNA VECCHIA PSICOANALISTA

LAURA SCHWARZ - UNA BELLISSIMA STORIA

Fin da quando, più di cinquant'anni fa, ho cominciato a formarmi come psicologa, e in seguito come psicoterapeuta ed analista (parlerò qui esclusivamente di psicoterapeuti a formazione e indirizzo analitico), mi sono particolarmente interessata e interrogata sul particolarissimo percorso che include, sovrappone, mescola ed integra la maturazione naturale di un essere umano grazie all'esperienza, le specifiche acquisizioni culturali e tecniche del suo iter formativo, e le particolari competenze raggiunte praticando la professione ed elaborando le esperienze vissute in questo contesto.

Nel precedente articolo "Una preziosa lezione" pubblicato all'interno di questo spazio mi ero soffermata sul fatto che dell'identità costituitasi in lui attraverso tale percorso l'analista non potrà mai più spogliarsi, e nemmeno sarebbe auspicabile che ciò avvenisse; questa situazione è per lui sia croce sia delizia, perché, se è vero che gli conferisce una "marcia in più" rispetto ai "comuni mortali", è altrettanto vero che lo carica di un peso maggiore da portare sulle spalle; un peso di cui a volte l'analista è tentato di disfarsi, come era accaduto a me nell'episodio raccontato nell'articolo suddetto. Tale peso può farsi sentire in diversi contesti: ad esempio quando l'analista ha a che fare con persone che ignorano la professione da lui esercitata; oppure quando, in un contesto extraprofessionale, ha a che fare con persone che invece ne sono a conoscenza; e infine quando è interpellato in veste professionale ma in situazione non, o non ancora, caratterizzata da un progetto terapeutico condiviso.

Nell'articolo precedente avevo illustrato dapprima una situazione del secondo tipo, di cui ero stata io stessa protagonista, e in seguito avevo accennato al terzo tipo di contesto, in cui non si ritrovano solo gli psicologi aspiranti a divenire psicoterapeuti (ansiosi e disorientati nella ricerca urgente di clientela), in quanto caratterizza sempre i primi passi di una relazione professionale che al momento non è, ma forse potrebbe diventare terapeutica. In quell'articolo avevo descritto tale situazione come la "zona grigia" che il terapeuta deve attraversare ricorrendo all'esperienza, alle proprie caratteristiche e risorse personali e alla propria creatività, senza la protezione di un modello operativo appreso, già sperimentato e già concordato col paziente; un modello che può anche essere vissuto come rigido e opprimente, ma che, proprio grazie alle sue caratteristiche, permette di muoversi con relativa sicurezza.

In questa sede mi soffermerò invece sulla zona grigia che un analista si trova a percorrere in direzione inversa, quando un paziente da lui precedentemente curato e, per così dire, dimesso, chiede di rivederlo. Anche in questo caso il terapeuta non opera all'interno di un setting precostituito, con regole limitanti e al tempo stesso rassicuranti; insomma si ritrova privo di quella rete/barriera che durante il trattamento lo aveva aiutato a filtrare le proprie emozioni, imponendogli una certa

dose di ubbidienza ed astinenza, ma ripagandolo con una certa dose di sicurezza. Ora l'ex analista si trova di fronte ad una persona di cui conosce molte cose, che è stata con lui protagonista di una intensa vicenda in cui entrambi si sono messi in giuoco, seppure con ruoli e responsabilità diversi; ora si trova più esposto e più sprovveduto; si sente più libero rispetto a quando svolgeva il ruolo di terapeuta, ma sente maggiormente il rischio di sbagliare, anche perché non sa se e quando ci sarà la possibilità di riparare eventuali errori.

Esemplificherò questa situazione raccontando una mia recente esperienza.

Lucia, oggi cinquantenne, ha concluso sei anni fa una lunghissima analisi con me. L'evoluzione compiuta nel corso di questo trattamento aveva profondamente trasformato tutta la sua persona, modificando il suo modo di percepire se stessa e gli altri e di elaborare le proprie esperienze. Un unico aspetto era rimasto assolutamente immutato: la sua grave anoressia, iniziata quando, contro il suo desiderio, era stata allontanata dalla famiglia per seguire i corsi universitari in un'altra città, e proseguita immutabile per tutti gli anni successivi; anoressia che le aveva sempre procurato notevoli disturbi fisici, per i quali ricorreva a sempre nuovi specialisti. La fiducia, la gratitudine e l'affetto sviluppatosi nei miei confronti non ci avevano aiutate a raggiungere ed elaborare il nucleo, lo zoccolo duro, della sua anoressia, nei confronti della quale io oscillavo fra una rassegnata accettazione e vani tentativi di "aggrederla" con interventi interpretativi. Dopo tanti anni di trattamento, il totale insuccesso terapeutico su questo fronte mi suscitava da un lato preoccupazione per il suo precario stato di salute, dall'altro penosi sentimenti di inadeguatezza. Mentre mi interrogavo su come imprimere una svolta ad un trattamento divenuto troppo statico, fui colpita da una malattia che per un paio di mesi mi costrinse ad interrompere le sedute; alla ripresa, colsi l'occasione per proporre un graduale "svezzamento", dapprima diradando le sedute, e poi, dopo un anno, ponendovi fine, e consigliai a Lucia di intraprendere una terapia di diverso indirizzo, mirante esclusivamente alla riduzione del sintomo anoressia. Dopo un paio d'anni Lucia chiese di venirmi a trovare, e da allora continuò a farlo sporadicamente, di sua iniziativa, raccontandomi le sue vicende e manifestandomi sempre affetto e riconoscenza. Il trattamento da me consigliato si era concluso con un nulla di fatto, e di tutto parlava ora con me Lucia tranne che delle sue difficoltà alimentari. Raccontava però di sempre più gravi e frequenti disturbi fisici, di sempre nuove consultazioni mediche, ed io la vedevo sempre più macilenta. Mi ritrovai quindi alle prese con la stessa preoccupazione che avevo provato negli ultimi tempi dell'analisi, e con un simile senso di frustrazione, aggravato dal fatto che vedevo Lucia in condizioni fisiche peggiori di quando l'avevo lasciata anni prima; l'insuccesso dell'analisi si evidenziava quindi in modo ancor più serio e drammatico ai miei occhi.

La mia posizione nei confronti di Lucia adesso tuttavia era cambiata, in quanto io non ero più la sua analista: mi trovavo quindi priva della protezione, costituita dal ruolo e dal setting, di cui ho parlato sopra; quella protezione che permette all'analista di filtrare le emozioni prima che si traducano in pensieri e in messaggi verbali. Priva di tale rete protettiva, mi accadde quindi di lasciare esplodere con immediatezza ed estrema naturalezza, ma in forma rozza e selvaggia, non solo la preoccupazione per la sua salute, ma anche una componente di risentimento; risentimento di cui durante l'analisi non avevo raggiunto sufficiente consapevolezza, e che quindi a quel tempo aveva certamente inquinato e depotenziato le mie interpretazioni: insomma, scoppiai fuori a dirle che tutte queste consultazioni erano non solo inutili ma anche fuorvianti; sapevamo bene entrambe a cosa erano dovuti i suoi sintomi, ed io non avrei più voluto rivederla se non si fosse messa a mangiare a sufficienza!

Lucia capì che parlavo sul serio, non me ne volle e neppure si spaventò; ammise con molta serietà di sapere che rischiava la morte, una morte che non desiderava, anche perché grazie all'analisi aveva imparato ad apprezzare la vita, e stava proprio diventando capace di trarne soddisfazione. Sulla scia di questo scoppio di reciproca autenticità, che faceva ben sperare, concordammo di vederci una volta al mese, concentrandoci sul problema alimentare e sul suo impegno ad adottare un'alimentazione più adeguata. Negli incontri successivi emerse un aspetto di cui io stessa non mi ero resa pienamente conto nel corso dell'analisi: della sua anoressia non si era mai parlato chiaramente in famiglia, dove il suo anomalo comportamento nei riguardi del cibo era sempre stato accettato, o forse subito, con silenziosa complicità; anche ora nessuno mostrava di accorgersi, nessuno commentava il suo pessimo aspetto fisico; perfino i medici non alludevano mai all'unica evidentissima causa del generale peggioramento della sua salute. La mia arrabbiatura, e la conseguente rozza minaccia di non volerla più rivedere se qualcosa non fosse cambiato sotto questo aspetto, avevano quindi rappresentato una novità, in quanto era stato infranto un tabù, silenziosamente imposto da lei, ed altrettanto silenziosamente rispettato fino ad allora da tutte le persone che con lei avevano a che fare: io invece, come il bambino della favola di Andersen, avevo esclamato senza peli sulla lingua che il re era nudo, implicando quindi che innanzitutto doveva essere vestito, e con abiti questa volta reali, eleganti o meno che fossero. E la risposta di Lucia fu altrettanto semplice e infantilmente autentica: suo padre ed io eravamo le uniche persone che l'amavano e da cui si sentiva amata!

Subito dopo subentrò un nuovo sintomo fisico: guarda caso, si trattava di una dissenteria che disperdeva e nullificava ogni apporto alimentare; tutta l'attenzione di Lucia e dei medici si concentrò su questo problema, che invase anche i nostri colloqui, e sembrò rendere indispensabili nuove, pesanti restrizioni alimentari. Rientrarono quindi in scena i nutrizionisti, quei nutrizionisti che io detestavo perché Lucia li aveva sempre utilizzati per conservare intatta la sua anoressia, cercando al

tempo stesso di sopravvivere. La mia preoccupazione (si era anche alla vigilia dell'estate), e insieme la delusione e il risentimento per la situazione in cui stavamo ricadendo, esplosero di nuovo in forma diretta e certamente "selvaggia": di nuovo mi arrabbiavi, protestando che non intendevo lasciarmi prendere in giro ancora una volta, sempre di nuovo, sempre nello stesso modo! ... E anche la risposta di Lucia fu nuova e inaspettata: rompendo un tabù ormai ventennale, mi parlò chiaramente e drammaticamente di come viveva dentro di sé la sua anoressia, dei fantasmi di cui era preda, del terrore di aumentare di peso cambiando aspetto e diventando irriconoscibile, della sua impotenza di fronte a tali terrori: certo, non voleva morire, ma si sentiva del tutto impotente a contrastarli... Ci congedammo alle soglie dell'estate senza fissare un nuovo appuntamento.

Non avendo ancora ricevuto sue notizie parecchie settimane dopo la ripresa autunnale, pensavo a lei con crescente inquietudine: ritenevo probabile che non si facesse viva perché, non essendo riuscita a tener fede al nostro patto, temeva che davvero io non volessi più rivederla. Io ero combattuta fra la spinta a cercarla e la preoccupazione di "perdere la faccia". Durante l'estate tuttavia, constatando che né il rigoroso approccio analitico, né il successivo comportamento più libero e selvaggio avevano scalfito il mostro contro cui combattevo, ero faticosamente riuscita a rassegnarmi, a non volerne più a Lucia, e neppure a me, per questo suo e mio insuccesso, per questo nostro limite che avrebbe potuto portarla anche alla morte. Pacificata a questo punto con me stessa, mi decisi a chiamarla, dicendole semplicemente che desideravo sue notizie, e invitandola a venirmi a trovare, ma non più in veste professionale. Venne subito, e subito mi spiegò che il suo ritardo nel farsi viva era dovuto a due dolorosi eventi impreveduti che l'avevano simultaneamente colpita, uno sul piano familiare, l'altro su quello professionale, lasciandola tramortita ed inerte; si accusava di debolezza per questa sua reazione. Apparve rassicurata dalla mia risposta che non di debolezza patologica si trattava, ma della nostra reale e comune impotenza di fronte ai colpi impreveduti del destino, a cui è impossibile essere preparati (implicando tacitamente che nell'autoaccusarsi di debolezza manifestava in realtà una pretesa di onnipotenza). Mentre parlavamo, la mia mente stentava incredula a prendere atto di ciò che gli occhi le andavano mostrando: l'aspetto fisico di Lucia non era peggiorato come io temevo, anzi mi attendevo con sicurezza, data la sua ormai "ufficializzata" incapacità di nutrirsi a sufficienza. A confermarmi che i miei occhi vedevano giusto fu proprio lei, dichiarando spontaneamente che, come io potevo constatare, aveva un aspetto fisico migliore; e ciò, proseguì poi, a dimostrazione del fatto che non aveva ignorato le mie preoccupazioni e raccomandazioni, che non aveva rinunciato a cercare di stare davvero meglio: ci stava provando, e anche con qualche risultato; era veramente aumentata un poco di peso, e si sentiva un poco più capace e più matura anche sotto questo aspetto, come nei vari altri aspetti della sua vita; ma questo faticoso progresso

le era possibile solo se riconosceva, e anche accettava, i propri tempi e i propri limiti (mi sembra sottintendesse che li dovevo accettare anche io).

Lucia stava dunque cercando di diventare una buona nutrizionista di se stessa, una nutrizionista diversa sia dalla mamma, che a suo tempo la immobilizzava ficcandole in bocca il biberon, sia dai nutrizionisti da cui in passato pretendeva che le evitassero la morte senza però lasciarla crescere; stava diventando, nei propri confronti, una mamma paziente ed amorevole, che riconosce e rispetta i timori di una bambina terrorizzata all'idea di crescere e cambiare, convincendola a poco a poco che pur cambiando continuerà ad essere sempre lei, e che crescere può essere anche bello e gratificante. E Lucia stava anche dando una lezione a me, una lezione di cui solo in seguito ho colto le complesse implicazioni, ma che comunque ebbe subito l'effetto di rasserenarmi.

Mi apprestavo dunque a congedarla, ma lei volle aggiungere ancora qualcosa: mi esortò a non essere triste o delusa, perché la nostra storia era stata ed era comunque, indiscutibilmente, “una bellissima storia”!

Come si può commentare, quale lezione si può trarre da questo nuovo capitolo, seguito, dopo parecchio tempo, ad un lunghissimo percorso analitico, notevolmente soddisfacente e al tempo stesso notevolmente insoddisfacente? Cosa sarebbe accaduto a Lucia se non avessimo ripreso a vederci parecchi anni dopo la fine dell'analisi? Come sarebbero andate le cose se non mi fosse accaduto di esplodere in un moto di dolorosa e amorevole rabbia, simile a quello di una madre disperata e furiosa che non sa più cosa fare con una figlia che continua a deperirle davanti agli occhi? Quale connessione c'è fra il viraggio del suo atteggiamento verso il cibo e la presa di coscienza di essere stata assieme a me protagonista di una bellissima storia? E il viraggio sarebbe potuto avvenire anni prima se io fossi riuscita a condurre meglio l'analisi, oppure invece è stato reso possibile proprio dal fatto che il rapporto fra noi era cambiato in quanto io non ero più la sua analista?

Pur non trovando risposte esaurienti a tutte queste domande, anche io, come Lucia, ora e solo ora mi sono convinta che la nostra è stata ed è una storia bellissima, una storia edificante, anche se, o forse proprio perché il suo svolgimento può essere raccontato ma non univocamente spiegato.