**Gli incontri di psicoterapia con A., incontrata presso il corso di formazione all’ITS di Latina.**

Giuseppe Carollo, gruppo L, il 16 maggio 2019

1. è una giovane allieva dell’ITS, istituto di formazione tecnica per la quale lavoro come docente. Come resocontato recentemente entro il seminario di culture del lavoro, in questo istituto mi occupo del corso “accompagnamento e orientamento al mercato del lavoro”; in particolare il corso è incentrato sul tema del tirocinio.

Incontro A. presso l’Istituto, durante la frequentazione del corso. In particolare mi rimane impressa una particolarità di A., nel suo discorso sul tirocinio e sulla formazione: si prospetta di poter svolgere un tirocinio e un lavoro più tardi centrato su un prodotto specifico, che abbia a che fare con la natura. Sembra inoltre che rivolgere la propria attenzione su un prodotto specifico, che afferisce a un dominio “naturale”, possa evitarle il rapporto umano, da lei sentito violento, in particolare nel contesto della ristorazione. Nella ristorazione, in cucina, c’è sempre un clima teso, autoritario, poco piacevole. Parliamo di questa idea di prodotto e di tirocinio, durante il corso. A. mi chiederà poi di poterla seguire individualmente. Negli incontri individuali capisco che A. è iscritta al corso di preparazione (che concerne la ristorazione), non produzione come avevo dedotto dal suo discorso. Vuole specializzarsi in pasticceria. Mi dice inoltre di essersi iscritta l’anno scorso in produzione proprio per cercare di evitare rapporti violenti, poi di aver abbandonato il percorso e di essersi reinscritta quest’anno... in preparazione! Ha infatti capito che è la pasticceria ciò che le piace e che quindi proverà ad affrontare rapporti umani che le sembrano difficili. Capisco che il fraintendimento non era stato soltanto opera mia.

1. è di Latina. Mi chiede di poter essere seguita individualmente perché ci sono momenti della sua vita in cui sente di non riuscire a farcela da sola. Alla sua richiesta, mi adopero per cercare una stanza da affittare, che trovo dopo una decina di giorni. Penso che questa informazione sia importante perché nel rapporto con A. è come se sentissi, in parte, di essere io ad andare da lei. In questi primi incontri il mio sforzo è stato quello di provare a tradurre in obiettivi psicologici ciò che è stato portato da A. in termini di agiti; è una questione sulla quale non sono ancora sicuro di aver raggiunto un accordo condiviso. Sono arrivato all’ipotesi per cui credo che A. si tenga a distanza da una relazione implicata con me, cosa da una parte mi sembra abbia una funzione di protezione nei miei confronti, d’altro canto le permette di controllare e manipolare le relazioni familiari e intime, ovvero quelle in cui l’obiettivo produttivo non è immediatamente percepibile. Nella relazione con me in quanto psicologo, l’obiettivo va continuamente costruito. Vediamo in che modo si sono articolati i primi incontri.
2. ha 23 anni. Ho avuto 4 incontri individuali con lei. Mi parla dei suoi attacchi di panico insistenti, che non le permettono di stare con gli altri in maniera tranquilla. È come se fosse sempre preoccupata che un attacco di panico possa coglierla nei momenti meno attesi. Per attacchi di panico intende forte ansia, tachicardia, irrigidimento del corpo e difficoltà a respirare. Ha fatto molti esami medici, nella sua adolescenza, per capire se vi fosse un problema organico. Esami in cui veniva accompagnata dalla mamma. Gli esami hanno dato tutti esiti negativi. In occasione di momenti più critici dei suoi sintomi, è andata da alcuni psicologi. In età adolescenziale, perché ha avuto problemi con il cibo; era diventata vegetariana e in generale molto attenta a ciò che mangiava; questo le ha causato amenorrea. I genitori, spaventati, l’hanno portata da uno psicologo. In generale, ha sempre avuto problemi con il cibo. Quando aveva 8/9 anni ha smesso di mangiare normalmente e ha preteso di mangiare solo omogeneizzati, perché aveva una sensazione strana alla gola, come un filo interno, che non le permetteva di mangiare. Su questo tema l’ipotesi che sono riuscito a costruire insieme a lei è che il rapporto con la sorella abbia avuto un’importanza. La sorella è più piccola di A. di 3 anni. Quando A. aveva 8 anni, la sorella ne aveva 5 ed entrava alle elementari. Questo forse ha causato in A. una sorta di regressione allo stato neonatale, in cui si mangiano gli omogeneizzati, si ha bisogno di cure supplementari, etc. A partire da questi discorsi, A. mi parla del suo vissuto di sentirsi piccola, indifesa, a fronte della sorella molto più autonoma, adulta. Allo stesso tempo A. è intransigente con amici intimi e con il ragazzo: se non le sta bene una cosa, con le amiche tronca i rapporti. Con il ragazzo avanza pretese relativamente al tempo da passare insieme: come se non volesse mai privarsene. Se il ragazzo prova a scherzare su questo tema, a provocarla, lei si irrigidisce in un muro di silenzio, oppure subito dopo scoppia a piangere in maniera inconsolabile. Il ragazzo le sembra totalmente privo di risorse per affrontarla. Non gliene fa una colpa, sa che è lei stessa a provocare questo genere di situazioni; ma è come se non potesse farne a meno. Alle volte pensa che le cose vadano sin troppo bene, il che non è normale. Dopo qualche ora o giorno, riemergono le gelosie e pretese incontrollabili. A proposito di questi atteggiamenti altalenanti, i genitori e le persone che la conoscono più da vicino le dicono che è come se si trasformasse, facendo fatica a riconoscerla e a capirla. Questa cosa la fa arrabbiare ancora di più.

Oggi gli attacchi di panico sono frequenti. Lei li associa a una difficoltà a rimanere sola. Quando ha un attacco di panico, sente il bisogno di chiamare i familiari, in particolare la mamma, che la tranquillizza.

Per quanto concerne le attività lavorative e formative, A. ha cambiato spesso strada nel suo affacciarsi al mondo post-liceale. Prima si era iscritta all’Università (mi pare facoltà di filosofia); poi ha lasciato, provando a lavorare nei ristoranti come aiuto-cuoca. Poi ha intrapreso la strada dell’ITS nel percorso produzione, perché consigliata da un amico; poi la lasciato produzione, per iscriversi a preparazione. In generale si descrive come una persona che si annoia facilmente, cosa che non le permette di portare a termine i progetti intrapresi.

Nel corso di questi primi incontri faccio alcune ipotesi che condivido con lei. In particolare faccio riferimento a una differenza tra parte bambina, intransigente e bisognosa di cure, e parte adulta, che si sta affacciando al lavoro e alle scelte definitorie della propria vita. Le dico che forse non è un caso che abbia cercato proprio lo psicologo dell’ITS, ovvero dell’istituto di formazione legato ad una scelta lavorativa. Sembra essere in un momento conflittuale tra parte bambina (che si annoia perché vuole tutto, ovvero non vuole scegliere una strada perché il sentimento di rinuncia a tutte le strade è incombente) e parte adulta, che pure c’è e vorrebbe i suoi spazi. Leghiamo il tema degli attacchi di panico, che la fa sentire bisognosa di cure e indifesa, alla intransigenza, nella quale invece veste il ruolo di belva feroce. È come se l’attacco di panico fosse un attacco verso sé stessa, l’intransigenza da sé stessa verso gli altri. In entrambi i casi il risultato è quello di distruggere le relazioni con gli altri, esterni alla cerchia familiare, e di farsi consolare (attacco di panico) o farsi accettare (l’intransigenza) solo dai familiari stessi, che sanno che lei è così. Se visti in questo modo, i litigi con persone esterne sono molto più legati a una follia che non gli attacchi di panico: almeno in questi ultimi lei sente una stranezza, perché è evidente l’auto-produzione del panico non congruente... che l’attacca; nella rabbia verso l’esterno, è come se si perdesse questa stranezza, perché sono gli altri reali ad avercela con lei, cadendo in una specie di delirio che è possibile recuperare solo in un secondo momento.

Vedo che questa cosa la colpisce, ma sempre tenendo la dovuta distanza con ciò che diciamo. In particolare ho la sensazione che è come se stessimo sempre parlando di una terza persona, non di lei. Mi sembra di fare una buona alleanza con la parte adulta di A., coerentemente con una parte scissa di sé sanitarizzata, che si vorrebbe guarire. La domanda esplicita di A. è infatti quella di “risolvere gli attacchi di panico”. Questo mi porta a sentire la relazione con A. come falsa.

Un aneddoto che mi ha colpito molto: A. si era rivolta, intorno ai 20 anni, ad uno psicologo. A. lasciò dopo poco lo psicologo perché non si è trovata bene, mi dice. Faccio qualche domanda su quanto accaduto. A quanto pare lo psicologo disse ad A. che il ragazzo con cui si frequentava voleva lasciarla: da ciò che gli raccontava A., gli sembrava evidente e lo comunicò. Lei non ha accettato quanto detto: la sera ha ben deciso di andare dal ragazzo e lasciarlo! Al contempo decise di mollare lo stesso psicologo. Questo episodio di rottura le ha provocato una depressione di 6 mesi circa.

Ho fatto l’ipotesi che lo psicologo abbia sollecitato la parte di A. tenuta nascosta dalla relazione con lo psicologo stesso. Questo ha portato la giovane donna a “mandare tutti a fanculo”. L’aneddoto mi ha colpito, evidentemente, perché sento di poter prendere facilmente i panni di quello stesso psicologo.

Da una parte le relazioni duali, ricercate da A. insistentemente come prova costante della sua esistenza; dall’altra il desiderio di costruire cose terze con cui realizzarsi. Nella vita attuale A. sembra esser riuscita a costruire una modalità di adattamento alle relazioni sociali produttive, adulte, per quanto spesso minacciate dall’altra parte più intransigente e infantile. In generale, per quanto entro un equilibrio precario, le relazioni produttive di A. funzionano sempre meglio. Quando i rapporti diventano familiari, duali, riemerge molto forte la sua parte infantile tirannica. In questo campo le “cose terze” è come se non avessero quel potere attrattivo che invece hanno i litigi, i ricordi infantili, le pretese dell’uno sull’altro.

In questa dualità vedo anche agito il rapporto con me. Mi sembra curioso in questo senso un episodio avvenuto durante l’ultimo incontro: A. rimane in silenzio, all’inizio della seduta; nel corso dell’incontro mi dirà, anche, di aver avuto “un piccolo attacco di panico” prima di venire da me. Interpreto questi episodi come un cominciare a mettermi in rapporto alle sue modalità distruttive, senza distruggermi: mi fa il muro; ha un attacco di panico. Entrambi gli agiti comunicano la potenziale impossibilità a stare in relazione con me, un evitamento. Allo stesso tempo A. viene e parla di queste sue modalità. Io ho modo di comunicarle i miei pensieri; tuttavia non so fino a che punto queste mie interpretazioni sortiscano un effetto in A.

Il vissuto che ho è ancora che la sua parte “malata” sia tenuta esterna alla relazione terapeutica, ma che allo stesso tempo vengano fatte piccole prove di avvicinamento.