**La psicoterapia skype con Giulia – cosa faremo da grandi?**

Chiara Monaldi

10 aprile 2020

A seguito del decreto “Io resto a casa”, propongo alle persone che sto seguendo entro percorsi di consulenza psicologica e psicoterapia di incontrarci su skype. Giulia è una donna di trent’anni, di cui ho precedentemente scritto, con la quale ho iniziato un percorso di sostegno psicologico nel maggio 2019 presso il consultorio familiare e con cui ho successivamente riorganizzato il lavoro in una psicoterapia privata presso lo studio nel dicembre 2019. Giulia mi risponde che è felice per questa proposta, che aveva paura che “tutto si fermasse”.

La prima cosa che mi colpisce quando ci incontriamo su skype è che non mi sembra affatto una distanza, quanto una stranissima vicinanza. Mi ritrovo nella camera di Giulia e lei in camera mia. Giulia competentemente ironizza subito su questo “ecco la famosa stanza di cui ti ho parlato, oggi ho anche appeso un quadretto per renderla più colorata”. Eccoci dentro il lavoro più che mai penso, altroché sospensione dei rapporti. Durante il primo incontro che facciamo dall’inizio della quarantena Giulia mi porta un sogno, non era mai successo. Prima di parlarne mi dice “non è che dobbiamo fare l’analisi dei sogni, però volevo raccontartelo!”. Io penso “e perché no?”. Sento quella paura del non avere l’interpretazione brillante a portata di mano, ma poi mi calmo mentre Giulia inizia a raccontare e sento che prima di tutto posso ascoltarla.

Giulia mi racconta un sogno dentro al quale si ritrova con il suo ex fidanzato Matteo a Torino, città in cui lui vive e dove lei sarebbe dovuta andare per raggiungerlo. Per un po’ sono felici ma d’improvviso arriva una ragazza e Giulia capisce che è la nuova fidanzata di lui. G. mi dice che provava a scappare ma che Matteo la tratteneva, dicendole di rimanere con loro. G. mi racconta la sensazione fisica di essere trattenuta e mi dice che si è svegliata agitatissima senza riuscire a riprendere sonno.

Penso e le dico che mi sembra forte che questo sia il primo sogno della quarantena. Non possiamo uscire da casa. Che succede se rimaniamo? Parliamo attraverso questo sogno dell’essersi ritrovati dentro la propria stanza, proprio quella stanza da cui si scappa perché rappresenta un dentro molto angosciante, una specie di dormitorio dove tornare solo con il buio dopo aver vissuto fuori la giornata. Mi sento molto coinvolta, nel rapporto con Giulia spesso mi stupisco di quanto le sue questioni siano simili a quelle che sento di attraversare anche io. A volte ho paura di fare confusione tra me e lei, mi chiedo se ha senso la domanda nel rapporto psicoterapeutico su cosa sia mio e cosa sia dell’altro.

Questo mi aiuta. Penso che nel nostro rapporto stiamo vivendo un dentro. Proviamo a starci, proviamo a non scappare.

Negli incontri successivi Giulia comincia sempre dicendomi che è giù. Mi dice che lo stare a casa da sola la fa intristire perché si sente manchevole rispetto a sua sorella o a dei fantomatici altri che hanno dei compagni o delle compagne o “addirittura” dei figli. Giulia però non vive da sola. Questo mi colpisce rispetto al lavoro che SPS sta svolgendo entro la ricerca sulla coabitazione. Sembra difficile nominare e valorizzare queste nuove forme di casa e di famiglia.

Giulia vive con una coinquilina di cui mi parla sempre a margine di questioni, sembra una storia piccola rispetto alla grande storia familiare. Questa coinquilina entra sempre in campo a rappresentare un fuori. Spesso la aiuta a ridere quando è avvolta nelle sue fantasie di isolamento e abbandono. Mi chiedo perché sia così difficile dirci e riconoscere gli affetti se non sono entro ruoli quasi naturalizzati come il padre, la madre, il fidanzato.

Durante l’ultimo incontro Giulia comincia dicendo che si sente bloccata. Si sente ferma a tre anni fa quando si è lasciata con questo fidanzato, che rappresentava per lei la possibilità di costruire una famiglia e una casa. Queste parole sento che hanno una centralità nel rapporto con Giulia. Sembra fondamentale non mancare questo appuntamento con la vita, le famose tappe adulte tradizionali. “Ho trent’anni, c’è qualcosa di sbagliato in me. Vorrei solo levarmi questo blocco e andare avanti. Io lo so che ho fatto tante cose in questo tempo, ma ho ancora questo blocco. Anche da quando lavoriamo, ho cambiato lavoro, posso anche comprarmi una casa, faccio teatro ma ho ancora questo blocco”. Questa domanda mi fa paura, sento che se la prendo come un fatto la vivo come se tutto il nostro lavoro non avesse valore, come se rischiamo a volte di fantasticare come obiettivo quello che lei diventi una cosa stereotipata, che trovi un nuovo fidanzato, che si sposi. Cerco di non cadere in questo pensiero, perché mi getterebbe nell’impotenza. Penso che G. non mi sta parlando del futuro o del passato, mi parla del momento che stiamo attraversando nel nostro lavoro.

Dico “e allora guardiamolo questo blocco, lo evochiamo ma mi sembra di non capire di che cosa parli fino in fondo”. Le dico anche che non penso che lei non sia capace di andare avanti, quanto che forse ci siano delle questioni che vogliono essere viste e dalle quali non dobbiamo scappare.

Che cos’è allora questo blocco?

Giulia inizia a piangere. Io potrei piangere insieme a lei ma riesco a non farlo. Sento l’emozione passare attraverso lo schermo come se si fosse “sbloccata”. Penso che ci sono, che ancora una volta non si tratta di dire cose intelligenti finte o di rassicurare (non posso neanche passarle un fazzoletto) ma di starci con affetto. Giulia mi comincia a raccontare di quando da bambina i suoi genitori non andavano ai colloqui con i professori perché erano fuori per lavoro. L’associazione è rapida e sento quasi un’agitazione fisica nel tenermi in ascolto e capire dove stiamo andando a parare. Mi racconta di tutta un’infanzia passata lontana dai genitori insieme alla nonna e i due fratelli. Ancora una volta, come la storia dei coinquilini, credo che il mito degli affetti primari vada anche un po’ ripensato alla luce dei rapporti con i nonni o con altri. G. si racconta come se fosse cresciuta senza una famiglia. Mi chiedo che questione sia l’assenza dei genitori soprattutto che questione sia oggi, quando G. si ritrova in casa senza familiari e senza poter uscire. Come se crescere con una nonna o avere una coinquilina sia una cosa scontatamente peggiore, un fallimento.

Alla fine del racconto sui vari trasferimenti dei suoi genitori, G. mi dice “penso che non voglio più vivere la mia storia come un impedimento o come se fossi manchevole”. Penso che lo sta dicendo a me e mi sembra uno spostamento dai fatti ai vissuti. Sento che rispetto a questo posso starci. Non posso trovarle un fidanzato ma posso parlare con lei delle emozioni che vive connesse al tema della famiglia e della casa. Posso provare a sostenere la riscoperta di un desiderio di incontrare qualcuno piuttosto che l’angoscia per non averlo già trovato. Quanto mi fa paura. Mi chiedo, sarò in grado di stare su questo? E se questo blocco restasse? E se Giulia continuasse a sentirsi triste e angosciata? Queste domande mi rigettano nell’impotenza di cui scrivevo prima. Penso che è come chiedersi “cosa farò da grande?” senza partire da quello che si fa. Su questo mi aiuta l’ascolto della canzone di Lucio Corsi che vi lascio qui in coda con il testo. Forse dovrei mandarla anche a Giulia.

<https://www.youtube.com/watch?v=dkF3qDx8xGk>

C'è un mistero in ogni giorno che comincia
Dopo una notte che finisce
Io non ho mai capito
Di che cosa sono fatte le conchiglie

E come fanno ad arrivare
Lungo le spiagge affollate
Se dal celo non scendono scale
Se dal mare non arrivano strade

Probabilmente sono state fatte a mano
Da un uomo sull'Isola d'Elba
C'ha lavorato una vita e poi
S'è stufato e le ha tirate per terra

Buttando nel vento
Il lavoro di anni
Perché nemmeno da vecchi si sa
Cosa faremo da grandi

Buttando nel vento
Il lavoro di anni
Perché nemmeno da vecchi si sa
Cosa faremo da grandi

C'è un mistero in ogni giorno che comincia
Dopo una notte che finisce
Io non ho mai capito
Chi ha colorato le conchiglie

E come fanno a viaggiare
Per queste grandi distanze
Se vado al porto lo chiedo alle barche
Che prendono il sole ma restano bianche

Probabilmente le ha dipinte una donna
Sull'Isola del Giglio
Senza nemmeno festeggiare la fine
Ha deciso di tornare all'inizio

Buttando nel vento
Il lavoro di anni
Perché nemmeno da vecchi si sa
Cosa faremo da grandi

Buttando nel vento
Il lavoro di anni
Perché nemmeno da vecchi si sa
Cosa faremo da grandi

Batti il cinque e ripartono le mani trasparenti delle onde
Che ci lasciano conchiglie e si prendono le orme