

ANNA PETRELLA

PSICOLOGA-PSICOTERAPEUTA

“E CIRO BUSSA ALLA MIA PORTA: LA RESILIENZA, L’ANDROGENIA MENTALE E LA LOGOANALISI ESISTENZIALE”

L’ ”Incontro”

Ci siamo... è finito un altro anno lavorativo: faticoso, a volte sfibrante, ma sempre entusiasmante. Tra pochi giorni mi concedo il mio periodo di riposo, o meglio di vita assorta in altri pensieri e presa da altre attività. Sono gli ultimi giorni di lavoro.

Mi ha telefonato giorni fa una donna, chiedendomi un appuntamento per il marito.

Capisco che deve trattarsi di una emergenza ma ipotizzo più sul versante ansiogeno. Mi dico all’istante: “ecco la persona che attanagliata dall’ansia e dal panico mi chiederà una ricetta sbrigativa per placare l’ansia durante le vacanze”. Il mio controtransfert “al buio” non è dei migliori e mi dico che sono veramente stanca:

E poi all’ora prefissata entra nella mia stanza **Ciro!**

Lo riconosco subito e difatti mi dice, con aria sofferta e flebile sorriso, di aver già praticato con me una breve psicoterapia tanti anni fa per i suoi attacchi di panico durante i viaggi in macchina per lavoro.

Lo ricordo e ricordo la sua storia semplice, ma pur sempre la storia di una sofferenza... di un ragazzo giovane, all’epoca di poco più di vent’anni, dedito al lavoro, fidanzato felicemente, che soffriva di attacchi di panico quando doveva mettersi alla guida della sua autovettura per il suo lavoro di rappresentanza.

Gli chiedo com’è andata durante questi anni e mi riferisce di essersi tranquillizzato, di non aver più avuto quei sintomi, di essersi sposato due anni fa con Donatella, la fidanzata d’allora, e di essere in attesa del primo figlio.

La “sofferenza”

Comincio ad essere inquieta perché sento che c’è qualcosa di diverso questa volta:

“Cosa ti ha spinto a rivedermi, che cosa c’è che ti procura disagio?” gli chiedo.

Ed ecco la sofferenza... una diagnosi di sarcoma ed un intervento chirurgico già effettuato a maggio scorso.

Ciro parla sommessamente e da solo, senza aver bisogno di alcuna sollecitazione da parte mia, con il pianto strozzato in gola e gli occhi lucidi.

Racconta l’esordio della malattia, non diagnosticata affatto, ed un primo intervento chirurgico ad ottobre 2006.

Dopo l’intervento nulla! Gli avevano detto che si trattava di una banale cisti e che non era il caso neanche di effettuare un esame istologico.

La vita gli ritorna a scorrere come sempre, routinaria e con gli impegni di sempre, il lavoro, gli affetti, i progetti, il desiderio di un figlio che cominciava a trapelare e poi... nuovamente un segnale!

Una nuova “cisti” sulla vecchia ferita del primo intervento, una nuova visita medica ma da altro specialista, quasi a voler capire meglio quello che ormai cominciava a delinarsi e questa volta purtroppo la diagnosi medica non lascia adito a dubbi; è la ricomparsa del sarcoma che era già in atto ad ottobre e che non era stato riconosciuto.

Le mie emozioni, le sincronie, la resilienza

Dentro di me si agitano emozioni intense. La prima sicuramente di intenso stupore, è quella che mi fa sentire sempre immersa in un mondo di sincronie complesse. Mi è sempre capitato, anche nel passato, di aver cominciato ad interessarmi ad un nuovo campo di studi, con letture specifiche e corsi di formazione, ed ecco che quasi in coincidenza mi arrivavano richieste di consulenza psicologica in quel settore.

Anche questa volta è successo!

Da qualche mese sto focalizzando l'attenzione sul concetto di "resilienza" che mi ha sempre affascinato, associato ai grandi traumatismi esistenziali, alle separazioni definitive, alle gravi malattie... alle condizioni-limite dell'esistenza.

E certamente tutto, come è ovvio che sia, parte da un mio bisogno interno: sono alle soglie dei cinquant'anni e sto un po'.. ma solo un po' "tirando i remi in barca", mi sto cominciando ad interrogare sulle future-altre probabili esperienze-limite che potrò incontrare nel prosieguo del mio viaggio esistenziale.

Supportata da una formazione di base di tipo logoanalitico esistenziale, stimolata da tanto tempo ormai dal concetto della individuazione e della sintesi degli opposti di matrice analitica junghiana, le mie letture e le mie riflessioni del momento sono direzionate sul concetto di resilienza ed ecco che bussa alla mia "porta" **Ciro!**

La storia attuale di **Ciro e la sua domanda di "senso"**

Trent'anni, spostato da due, da due mesi ha scoperto di avere una sarcoma muscolare alla coscia sinistra, per ora debellato, ma nel futuro chi può dirlo.

Il contatto dialogico con lui mi sfibra e mi sfida: i miei maestri di oltre vent'anni di formazione è come se fossero tutti in prima fila ad assistere ad una rappresentazione, dopo avermi detto:

"è ora di mettersi in gioco seriamente... è ora di essere veramente e fino in fondo quello che hai pensato di essere negli anni e che forse hai anche messo in pratica malamente... a volta meno peggio del solito ma sempre, te lo riconosciamo, con passione ed entusiasmo. Ora è veramente l'ora di confrontarsi con una condizione-limite dell'esistenza: la malattia grave e per di più in un giovane che forse potrebbe essere, per gli anni che ha, tuo figlio!"

Mi sento gravata nella condivisione di un dramma che non può lasciar indifferente alcuno e forse, proprio per questo, inizialmente sono molto direttiva: gli chiedo di specificarmi il motivo della richiesta d'aiuto e **Ciro** prorompe dicendomi:

"voglio essere aiutato perché oggi nulla ha più senso per me... neanche la gravidanza di **Donatella** e mi sento molto in colpa nei suoi confronti. Tutti mi dicono di stare tranquillo perché siamo arrivati in tempo, ma io, che ormai divoro le notizie via Internet, rabbrivisco alla mole di informazione che ho raccolto e so che non va bene un bel niente: avrò sempre una spada sulla testa, pronta a sferrare il suo colpo. Lo sento vicino: mi prende molto questo giovane uomo che non ha ancora vissuto le tante gioie della vita e rischia, con l'atteggiamento attuale, di "rovinarsi" da solo i tanti momenti belli che potrà avere.

Per giunta gli viene comunicata la diagnosi di sarcoma nello stesso giorno in cui la moglie ritira il test di gravidanza e scopre di essere incinta.

Una coincidenza paradossale... dal sapore sadico. Sarà questo il senso: quello di coniugare le polarità esistenziali? Chissà... e solo **Ciro** lo potrà scoprire e col tempo!

La mia ricerca di “senso”: essere stimolatrice di resilienza

E che senso ha per me lavorare con Ciro, in questa fase della mia vita professionale e privata? Anche per me questo incontro dovrà essere caricato di senso e non cadere nel routinario professionale. Potrò essere una “stimolatrice” di resilienza, a proposito della quale, i ricercatori del settore pensano che sia la capacità ed il processo che una persona o un gruppo hanno di riunire ed evolversi positivamente e continuare a progettare la vita con una forza rinnovata, a dispetto di un avvenimento fortemente destabilizzante, di condizioni difficili di vita, di traumi anche severi.

La resilienza e la logoterapia esistenziale

A mio parere questo concetto, anche se non nominalizzato come resilienza, si ritrova nell'impostazione teorica della logoterapia esistenziale, secondo la quale l'uomo, portatore di bisogni variegati di tipo somatopsiconoetico, seppur condizionato dalla ereditarietà, dalla struttura psichica e dal contesto socioculturale d'appartenenza, conserva pur sempre un margine di libertà nell'autodeterminazione e nell'autodistanziamento dagli eventi e dalle circostanze di vita.

In altri termini la Logoterapia può dire a Ciro:

“Tu hai il tuo dolore, il turbamento interiore, la crisi acuta, il disorientamento dovuto alla scoperta del male, il cancro che ha trafitto tutta la tua esistenza, ma niente e nessuno ti obbliga a temerlo, a considerarlo importante, ad assoggettarti ad esso, a farlo assurgere a depositario di tutta la tua vita. Tu invece puoi accettarlo, trasformarlo in qualcosa di privato, ignorarlo e perfino farci dell'autoironia”(E. Lukas).

Io, terapeuta logoterapeuta posso essere un compagno di viaggio per Ciro ed aiutarlo ad elicitarlo, approfondire e rafforzare la sua mappa interna di riferimenti noetici, affinché, anche attraverso la malattia e la sofferenza di una condizione-limite, possa dare un nuovo impeto al suo percorso di vita.

La resilienza e l' "androgenia mentale" junghiana

Penso anche che la sofferenza reattiva ad un evento-limite possa contribuire ad integrare meglio la personalità di Ciro, a fargli conquistare “l'androgenia mentale”, metafora di derivazione junghiana ed acutamente ripresa da Newman, indicativa della possibilità e del beneficio della conciliazione del femminile con il maschile a livello intrapsichico.

Ciro potrà in primo luogo abbandonarsi al femminile interno a fare “Anima” dentro di sé: praticamente stare in contatto con le proprie sensazioni, le emozioni, le paure, i pensieri irrazionali.. abbandonarsi a questo mondo irruento, vorticoso e rumoroso; stare in relazione, in confidenza con questo ambito emotivo. affettivo e dargli spazi e voce. Che può significare anche dare spazio e voce al dolore di perdersi e di perdere qualcosa o tutto, di soffrire, di affidarsi, di essere dipendenti, di consegnare la propria intimità nelle mani degli altri.

La funzione Anima è la guida dell'uomo verso il proprio mondo interno.

Tale funzione positiva viene esercitata quando l'uomo affronta con serietà il mondo dei propri sentimenti, gli atteggiamenti, le speranze e le fantasie che si manifestano e prendono corpo nella sua mente.

Non a casa Ciro nelle sue prime verbalizzazioni riferisce di essere stato molto coraggioso e forte nel primo mese, un lottatore d'altri tempi, un eroe solitario che affrontava le varie imprese (le sue indagini strumentali) da solo, forte della sua autonomia, sprezzante dell'affidamento.

Poi mi dice di essersi sentito crollare, vacillare e spegnersi, in preda ad emozioni violente e a pensieri negativi. A questo punto mi chiede aiuto nel gestire questa sua “anima caotica”, con cui non sa e non può quindi dialogare.

La sfera emotiva non gode di molto credito nella nostra cultura occidentale del terzo millennio, per cui è spesso repressa e non addestrata alla giusta canalizzazione. Di tanto in tanto, però, irrompe con i suoi connotati infantili, quelli dell'unica epoca in cui la si lasciava vivere.

Le nostre emozioni non sono diventate adulte perché non sono crescite con noi. Questa repressione è ancora più evidente nei maschi, che, per potersi differenziare dalla figura materna e oggettivare la propria diversità, si sono dovuti allontanare dal rapporto materno, abbandonando quindi la prima e "preziosa palestra emotivo-relazionale".

Ciro quindi incontra me, donna-psicoterapeuta e sa, a livello subliminale, che io, in quanto donna e in quanto terapeuta, avrei dovuto imparare a far "chiacchierare" queste voci dentro di me: l'emotivo ed il razionale, il femminile e il maschile, la riflessione e lo spirito d'iniziativa.

Si auspica che, grazie al mio progresso lavoro interno, possa diventare per lui un "catalizzatore" (F. Brancaleone) di queste sue stesse risorse interne: quella della trasformazione, dell'attivazione e dell'integrazione, che per ora "giacciono sotto una coltre di fitta nebbia".

Ciro dovrà fare "Animus" dentro di sé che significherà, arricchito dalla forza dei sentimenti e delle emozioni vissute ed accettate, rimodulare il suo maschile, cioè il suo coraggio, la forza e l'azione.

Il mito dell' "eroe"

Usando la metafora dell'Eroe, Jung e Newman hanno voluto rappresentare la struttura fondamentale ed archetipica della vita umana, intesa come viaggio, intrapreso alla conquista di un tesoro, attraverso superamenti di prove a volte molto pericolose, altre volte astutamente complicate.

Nella storia di tutti i tempi ci sono stati eroi che hanno compiute delle imprese, secondo un preciso schema di rottura e di allontanamento dalla matrice originaria, protettiva e collettiva in vista della conquista di un premio o "tesoro", attraverso un lungo viaggio in cui venivano affrontate grandi imprese ("l'incontro con il drago"). Nel mito dell'eroe c'è sempre un elemento femminile che viene conquistato, ma solo dopo il superamento di imprese estenuanti.

Ogni esistenza umana dovrà compiere il suo percorso eroico!

Ma quali sono i compiti richiesti ad un "eroe" del terzo millennio?

Sicuramente i compiti che la sua vita gli porrà davanti, giorno dopo giorno, perché l'eroe, aldilà delle varie epoche storiche e della specifica coniugazione esistenziale, è colui che, pur sapendo come stanno veramente le cose, non si blocca davanti agli ostacoli, e riesce a modificare i suoi adattamenti al mondo esterno ed interno.

Anche Ciro potrà trasformarsi da eroe-solitario, schiacciato dal peso della rimozione del dolore, ad eroe-adulto, che chiede aiuto alle sue risorse interne per affrontare il drago-malattia e riuscire a conquistare il tesoro del rafforzamento e dell'integrazione di sé.

L'integrazione delle teorie a vantaggio dell'uomo-esistenza

E tornando alla resilienza, chi se ne occupa a livello di ricerca, ribadisce quanto il processo resiliente implica sempre la possibilità di integrare i due volti del limite-vulnerabilità e delle capacità-risorse.

Secondo Gilman la vulnerabilità ed il limite sembrano essere, in questo particolare momento storico –culturale -occidentale, condizioni che spaventano e sempre più spesso si tenta di allontanarle, negando la parte di fragilità che è in ogni uomo. Crediamo, forse un po' troppo spesso, di essere invulnerabili, in grado di sopportare tutto, o di non poter mai vivere esperienze che danneggiano la nostra integrità psicofisica, e che questi "limiti" debbano toccare sempre gli altri.

E invece poi tocca anche a noi ed il dolore ci paralizza, ci stordisce, mina la nostra identità personale, con i valori di riferimento che orientavano e davano senso alla nostra vita.

E allora dovrà essere necessario fermarsi e, come dice Hillesum, accoccolarsi in un angolino e ascoltare quello che si ha dentro, ben raccontati dentro se stessi... riprendere contatto con un frammento di eternità, perché "il dolore è sempre una voce che chiama" (A. Carotenuto).

Ma subito dopo, sarà l'impostazione logicoanalitica che ci potrà aiutare, perché la persona che ha incontrato l'esperienza lacerante della sofferenza e della grave malattia, dovrà essere aiutata a sentirsi e a pensarsi non solo in corrispondenza della sua vulnerabilità, ma anche e soprattutto delle risorse, del cambiamento, della trasformazione, perché in definitiva quella persona "non è la sua malattia, ma ha una malattia" e come tale ha ancora infinite possibilità di essere al mondo.

BIBLIOGRAFIA

F. Brancaloneo, *Existencia*, OFB editing.

A. Carotenuto, *Attraversare la vita*, Bompiani.

B. S.L. Gilman, *Immagini della malattia. Dalla follia all'AIDS*, il Mulino.

E.Hillesum, *Diario 1941-1943*, Adelphi.

C.G. Jung, *Psicologia dell'inconscio*, Vol. VII, Boringhieri.

E.Lukas, *Dare senso alla sofferenza*, Cittadella editrice.

E.Malaguti, *Educarsi alla resilienza*, Erickson editore.

E.Newman, *La nascita della coscienza*, Astrolabio.