

Individuazione del Sé e disturbi alimentari in adolescenza

Giancarlo Di Luzio

Abstract

Lo scopo di questo articolo è quello di presentare un'ipotesi eziopatogenetica dei Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA) in adolescenza, a partire dal modello teorico della Psicologia del Sé e sulla base dell'esperienza clinica maturata sul campo. Secondo tale ipotesi, una particolare struttura deficitaria del Sé e del contesto relazionale familiare costituirebbero il terreno predisponente allo strutturarsi di un DCA, in una fase in cui modificazioni ponderali e alimentari avvengono fisiologicamente. Tutto questo è illuminato nella seconda parte dall'esemplificazione clinica di una seduta di psicoterapia di gruppo con pazienti con DCA.

Parole chiave: disturbi del comportamento alimentare, adolescenza, psicoterapia analitica di gruppo, psicologia del sé

In questo articolo esporrò in maniera sintetica un punto di vista¹ sui Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA) in adolescenza, che ho elaborato attraverso l'esperienza con giovani pazienti affetti dal disturbo², seguiti prevalentemente in psicoterapia analitica di gruppo.

Riporterò poi una seduta in cui i giovani pazienti hanno raccontato alcune favole dove si rintracciano alcuni significativi aspetti del loro difficile percorso di individuazione.

E' con estrema frequenza che disturbi alimentari psicogeni si presentano negli adolescenti, in particolare nelle ragazze, anche se vengono espressi in forma esplicita con una certa difficoltà, spesso a causa di sentimenti di vergogna o assenza di coscienza di malattia.³

Si rimanda alla letteratura per quanto riguarda gli aspetti nosografici (Classificazione ICD-10, DSM IV-R), epidemiologici, eziopatogenetici e clinico-terapeutici.

Ricordo solo il dato epidemiologico per cui su 100 ragazze di età 12-25 anni, 10 soffrono di un DCA; tra queste ultime, due presentano un D. A. (disturbo alimentare) grave (con una ripartizione all'incirca di 0,5 per Anoressia nervosa e 1,5 per la Bulimia). Come è noto i D.A. includono⁴: l'Anoressia nervosa (A.N.), la Bulimia nervosa (B.N.) e i DCA non altrimenti specificati (DCA-nas). In questo ultimo gruppo è anche compreso il Disturbo da Alimentazione Incontrollata (DAI, BED della dizione anglosassone)⁵. Anche altri D. A. più rari esistono e specificatamente in età evolutiva⁶ e sono da tener presenti nella diagnosi differenziale.

Le classificazioni del DSM IV e dell'ICD-10 escludono l'obesità psicogena che pure è strettamente collegata ai DCA. Infatti ne è spesso la via di ingresso, a volte l'esito;

inoltre ne condivide il vissuto di “immagine corporea negativa”⁷ e la necessità di un approccio multidisciplinare.

Proprio occupandosi dei D. A. in questa età, I. Bruch (1973) con lungimiranza clinica colloca nella stessa area, seppure su poli opposti, da una parte i D. A. (in particolare l’A. N.) e dall’altra quella che definisce “obesità evolutiva”: quindi ad un estremo c’è l’A.N., in cui il massimo della restrizione alimentare conduce ad un dimagrimento, con rischio *quoad vitam* tra i più elevati tra i disturbi psichiatrici; all’altro estremo l’“obesità evolutiva psicogena”, ovvero quel quadro di sovralimentazione psicogena con aumento ponderale, spesso dovuto al Disturbo D. A. Alimentazione Incontrollata (DAI, BED), con rischio serio *quoad validitatem*.

La Bruch (1973) sostiene che sia il primo che il secondo quadro siano due modi analoghi anche se opposti di sfuggire la sfida evolutiva dell’adolescenza, rifugiandosi regressivamente nell’area più controllabile del corpo e del cibo; questa condizione di “anestesia” dei processi adolescenziali viene paragonata alla vicenda della *Bella Addormentata*, in cui, all’età di quindici anni, la bella principessa, esplorando un’ala proibita del castello, si punge con il fuso di un arcolaio ed entra in un lungo sonno.

Adolescenza e Disturbi Alimentari

L’adolescenza, come è noto, è un punto nodale per lo sviluppo dei D. A..

E’infatti l’area critica in cui confluiscono il processo di individuazione del Sé, l’elaborazione del Sé idealizzato infantile (che include l’immagine corporea idealizzata), l’esperienza di confronto con i coetanei, la sperimentazione di un Sé più autonomo e separato dalla famiglia, l’integrazione nella mente del corpo adulto “sessuato” e la definizione dell’identificazione di genere.⁸

E’questo notevole travaglio psichico uno dei motivi per cui i D. A. esordiscono proprio in adolescenza.

Come è noto i D. A. hanno una origine multifattoriale: fattori biologici, psichici e ambientali sono strettamente intrecciati.

Infatti a quelli psichici e relazionali, in adolescenza, si sommano importanti fattori biologici. In particolare l’attivazione dell’asse ipotalamo-ipofisi-gonadi sostiene i processi fisiologici di crescita somatica e di sviluppo sessuale; quindi viene stimolato un aumento dell’introito alimentare al fine di soddisfare l’incremento delle necessità energetiche e anaboliche e due fenomeni “para-fisiologici”, ovvero ai limiti della “fisiologia”, si incontrano in questa fase e nei casi predisposti contribuiscono allo sviluppo dei D. A.: l’incremento dell’appetito e la “sperimentazione di diete”.

1. L’incremento dell’appetito e l’aumento ponderale puberale della ragazzina attorno ai 12 anni, dovuto all’increzione ormonale, stimola i processi di crescita somatica e modifica la distribuzione dell’adipe collocandola nei distretti tipici femminili (pelvi, cosce...). Questi fenomeni allarmano la ragazza e le fanno vivere una angosciosa perdita di controllo su di sé.

2. La sperimentazione di diete (*dieting*): costituisce una forma di compensazione del primo fenomeno: la ragazza recupera un sentimento di autostima e di padronanza, assumendo un controllo sull'alimentazione ed una "vigilanza" attiva sul peso e sulla forma corporea.

I due fenomeni favoriscono l'insorgenza sia di quei D. A. transitori e parziali così frequenti in questa età sia di quelli "strutturati". Questo secondo esito si ha, dal mio punto di vista, quando i fenomeni para-fisiologici "confluiscono" in una particolare strutturazione deficitaria del Sé (e del contesto relazionale familiare). Premesso che ogni situazione risulta del tutto diversa dalle altre e che pertanto ogni schematismo è solo un punto di riferimento teorico-clinico, tuttavia il lavoro analitico dimostra che il più delle volte tale deficit si è generato a partire da un particolare "campo transgenerazionale"⁹ e dopo una fase infantile predisponente.

Riassumendo l'ipotesi sulla genesi dei D. A. espressa nel lavoro è la seguente: in un campo transgenerazionale e a seguito di una fase infantile predisponente si genera un Sé deficitario che non è in grado di affrontare i compiti evolutivi adolescenziali; l'aumento dell'appetito e del peso contribuiscono¹⁰ all'instaurarsi del *dieting*, il quale a sua volta produce condotte alimentari di restrizione o di perdita di controllo (che si "struttureranno" poi nei sintomi del D. A.). Il vissuto deficitario del Sé viene proiettato e "concretizzato" nell'immagine corporea e genera il vissuto dell'"immagine corporea negativa": l'immagine del proprio corpo è vissuta "difettosa" (spesso "brutta" in quanto "grassa") e si cerca di "ripararla magicamente" con un controllo dell'alimentazione; quando questo è "onnipotente" porta ad una restrizione minacciosa per la sopravvivenza (A.N.), quando fallisce conduce ad "abbuffate" sia con tentativi di compenso tramite vomito, lassativi, etc. (B.N.) sia senza compenso (DAI-BED).

L'esperienza analitica con queste pazienti mette in luce la più varia transizione da una forma all'altra, per cui la permanenza fissa nello stesso quadro nosografico sta divenendo più l'eccezione che la regola.

Il campo transgenerazionale e la fase infantile predisponenti

Il lavoro analitico ci fa scoprire spesso che gli stessi genitori del ragazzo hanno sofferto di problemi alimentari e che frequentemente essi stessi hanno subito deficit di accudimento da parte dei loro stessi genitori.

Anche in letteratura sono evidenziati quali fattori predisponenti per i DCA disturbi ponderali, alimentari e il diabete mellito nei genitori e negli ascendenti e collaterali.

La cultura sul cibo e sull'immagine corporea che hanno ricevuto nella loro famiglia viene tramandata al figlio fin dalla nascita. Può essere una ipervalutazione del cibo come "oggetto buono" che onnipotentemente cura tutti gli "oggetti negativi interni" ed allora la sintonizzazione ed il rispecchiamento degli affetti rimangono carenti mentre la sovralimentazione ed il sovrappeso diventano il modello familiare di

riferimento oppure all'opposto l'atteggiamento è fobico verso il cibo e verso l'aumento ponderale ("essere grassi") e fin dai primi anni si instaura una vigilanza ansiosa sull'introito delle calorie e l'aumento di peso.

Quindi fin dalle prime fasi il rapporto madre-bambino è alterato nel senso che la madre, non riconoscendo correttamente le proprie emozioni né quelle del figlio¹¹ utilizza il cibo come un "calmante" per ogni situazione affettiva, propria e di lui, con una conseguente inattivazione progressiva dei circuiti fisiologici della percezione di fame e sazietà.

I genitori, a causa di psicopatologie "transgenerazionali" familiari, "ereditano" spesso una fragilità narcisistica con aspetti super-egoici, perfezionistici o ossessivo-compulsivi. Le loro personalità sono spesso scarsamente "rispecchianti" e permanentemente ipercritiche e svalutanti.

Sulla figlia, così come è a loro accaduto, essi trasferiscono il compito di corrispondere ad aspettative ideali-perfezionistiche elevate sia sul piano dell'immagine sociale che delle prestazioni scolastiche; il suo Sé e la sua potenzialità tuttavia non viene "rispecchiata" e pertanto la bambina precocemente vive sé come "difettosa", "inadeguata", "svalutata".¹²

In questo contesto la bambina si sente confusa tra propri bisogni e quelli dei genitori e tra i suoi bisogni emotivi e quelli alimentari. Le esperienze corporee si confondono con quelle psichiche e lo sviluppo di una percezione sana di fame e sazietà è compromesso. Come ha giustamente sottolineato la Bruch (1973) questi riflessi, come altri, non sono del tutto innati. Ma si "apprendono" correttamente solo in un contesto relazionale facilitante.

Dunque a questo punto l'alimentazione ha perso il suo collegamento con le finalità biologiche ma ha assunto la funzione psichica di regolazione delle emozioni e di strutturazione del Sé.

Il deficit del Sé nei D. A.

La Bruch ha mirabilmente descritto il senso carente del Sé¹³ come una dimensione caratterizzata da un vuoto interiore, da un atteggiamento di estrema accondiscendenza e di completa adesione ai desideri degli altri, dall'isolamento sociale e dalla convinzione di non essere all'altezza della perfezione dei propri genitori.

La Psicologia del Sé ha aggiunto a questo una cornice teorica efficace nella sua comprensione con la descrizione delle funzioni ed esperienze d'oggetto-Sé¹⁴ (fusione, rispecchiamento, antagonismo, etc.) necessarie alla strutturazione di un Sé sano, autentico, individuato ed capace di sviluppo e di autostima, affermazione e creatività. S. Sands (1989)¹⁵ in particolare ha studiato l'applicazione della Psicologia del Sé ai D. A..

Come già detto il Sé della futura paziente non ha avuto la possibilità in famiglia di svilupparsi nel contesto di esperienze d'oggetto-Sé rispecchianti e validanti; le relazioni d'oggetto-Sé carenti non fanno sentire la ragazza "validata" e "confermata"

nella positività del suo essere ed esistere e pertanto si sente di dover compiere particolari “riparazioni” nella sua immagine per poter essere “presentabile” agli altri. In questo contesto relazionale non facilitante, la ragazza ha bloccato lo sviluppo del “progetto nucleare del Sé” e ha strutturato un sé sostitutivo “adattativo”, spesso “compiacente” con le aspettative genitoriali e fortemente idealizzato. L’area degli affetti e delle emozioni del “vero sé” non è accessibile, non “esprimibile”¹⁶. Le esperienze di un sé stimabile, efficace, autonomo, competente, autentico sono compromesse; il Sé, così depotenziato in valore e deprivato di affetti, è sperimentato, in modo vario da caso a caso, invariabilmente con tonalità negativa, come “vuoto, inadeguato, inconsistente, mostruoso, diverso, alieno, senza diritti, impresentabile, inesistente, etc.”

Progressivamente e precocemente una permanente carenza di autostima domina e pervade il sentimento di sé e in questa situazione di vulnerabilità ella arriva alla pubertà.

E’ il caso di sottolineare che la fragilità dell’autostima permarrà quale uno dei sentimenti nucleari più pervasivi, permanenti e costanti nei D. A., tanto da rappresentare uno dei criteri semiologici più importanti per la valutazione diagnostica.

I D. A. in adolescenza

Ma il compito evolutivo di questa fase richiede proprio una sufficiente autostima per confrontarsi con gli altri, oltre che una riduzione della “simbiosi” con le figure parentali ed una differenziazione da esse, una ristrutturazione del Sé che integri le nuove esperienze corporee, l’identificazione di genere e il rimaneggiamento del Sé ideale infantile.

E’ necessario per questo un radicale cambiamento dello scenario degli oggetti-sé, che si deve spostare dall’area familiare a quel “laboratorio” che è il gruppo dei pari e il mondo degli altri adulti di riferimento.

Ma il confronto con i pari, richiedendo l’esposizione ad altri di aspetti reali, concreti e limitati di un Sé vissuto come “difettoso”, genera stati di angoscia e di frustrazione depressiva non sopportabili.

La precaria “presentabilità” del Sé e l’inadeguato sostegno relazionale da parte della famiglia, aprono la via alla possibilità di un “ritiro” dai rapporti interpersonali. La ragazza si chiude agli altri, mette in “letargo” il suo sviluppo psicofisico, “sospende” il tempo¹⁷ e sostituisce regressivamente il mondo dei nuovi oggetti-sé relazionali-adolescenziali con il mondo più rassicurante del corpo e del rapporto con il cibo.

Inoltre la prima mestruazione, l’aumento di peso, il rimaneggiamento della figura in senso più morbido e femminile, l’aumento dell’appetito, creano per lei una situazione di “allarme”. Il corpo è divenuto ora un’area più critica per la sua autostima. Modelli dei mass-media, commenti dei genitori, delle amiche, dei ragazzi, “stressano” il suo rapporto con il corpo; l’immagine corporea, vissuta come rappresentazione del Sé,

viene da lei investita di funzioni vicarianti di “riparazione” della propria immagine psichica.

Se per tutte le ragazze c’è già una tendenza al controllo della dieta e del corpo, questa in lei risulta ancora più accentuata.

La sessualità emergente acuisce i suoi sentimenti di inadeguatezza: ella sfugge alla pericolosa “partita” e cerca di recuperare autostima ed immagine positiva mettendosi “in gioco” nel controllo della dieta e nel raggiungimento di un peso ridotto e di una immagine magra.

Riassumendo: l’inibizione della individuazione del Sé associata allo stato dispercettivo dei segnali di fame e sazietà e all’insediamento della condizione alexitimica determinano lo spostamento dei vissuti psichici all’area corporea: il Sé è “concretizzato” nell’immagine corporea, la quale diviene l’unica rappresentazione della totalità del Sé e appunto quindi una “immagine corporea negativa”; con l’eccesso di peso il sé vulnerabile è nascosto e “protetto”; con l’emaciazione invece viene “riparato” con una immagine “magra”, idealizzata positivamente come “eterea”, “diafana”, “disincarnata”¹⁸; le abbuffate allo stesso tempo cercano di colmare e calmare il vuoto ma anche all’opposto di esprimere un attacco rabbioso al sé negativo.

La “partita” con il cibo ed il corpo, con il tempo, può diventare una sfida eccitante ed euforizzante, specie nel caso della A.N.: vette di esaltazione e abissi di “auto-disistima” vengono appunto toccati in coincidenza del raggiungimento o del fallimento di questi obiettivi, il pensiero dei quali diventa onnipresente.

A questo punto uno dei risultati è che la sua mente, così unidirezionalmente assorbita, non sarà più soggetta ai travagli intensi pulsionali, emozionali e relazionali dell’esperienza adolescenziale ma verrà occupata ossessivamente e persecutoriamente dal pensiero sulle forme del corpo e sulla quantità del cibo e dalla paura di non riuscirle a controllare.

Il corpo adulto e “sessuato” è sostituito da un corpo “affamato” o “abbuffato”.

Pensieri e riti alimentari, in questa titanica lotta contro i cambiamenti evolutivi vitali, diventano un vero comportamento di dipendenza patologica analogo ai comportamenti da uso di sostanze. Bulimia e anoressia divengono un “compagno” insostituibile come la droga per il tossicodipendente e spesso sono percepiti come la sua unica vera personalità.¹⁹

Vari autori parlano di “personalità bulimica” o “anoressica” come un sistema autogeno che fornisce quelle esperienze di oggetto-Sé e di autoaccudimento che non sono state fornite dal campo interpersonale²⁰; ci si ritira dal “teatro interpersonale” e ci si rifugia nel “teatro del corpo”²¹ più controllabile e meno frustrante.

Gli oggetti-Sé a questo punto non appartengono più al mondo “umano” ma a quello “non umano”.²²

La ragazza quindi utilizza inconsapevolmente il *dieting* adolescenziale entrando “a tempo pieno” in un DCA “strutturato” per sospendere magicamente il tempo e l’ingresso in un nuovo ciclo vitale che incute angoscia: il D. A. diventa il suo

“compagno fedele”, il suo “oggetto-Sé” che “cura” magicamente e “accudisce” il suo Sé troppo fragile per poter vivere tra “oggetti” umani ricorrendo ad antichi “oggetti” più controllabili: il cibo e la fantasia del corpo ideale.

La valutazione ed il trattamento dei D. A. in adolescenza richiede attenzione in funzione della prognosi e del tipo di cura.

Infatti, come detto, la gran parte dei D. A. sono transitori e regrediscono con il tempo. Quindi, nel decidere di intraprendere un trattamento analitico²³, va esaminata la consistenza e la coesione del Sé, la gravità della carenza dell'autostima, l'entità della dis-percezione corporea (sentirsi grassa) e della alexitimia, la rigidità del perfezionismo ideale, la vergogna dell'esposizione al campo interpersonale specie dei coetanei, la gravità della psicopatologia familiare.

Nella mia esperienza il trattamento di gruppo può essere molto proficuo dopo una fase individuale.

Inoltre in questa fascia d'età il contemporaneo approccio familiare è utile ed efficace come anche indicato dalla letteratura.

Materiale clinico

In questa seduta di gruppo gran parte dello spazio del gruppo è stato occupato da due fiabe che due partecipanti avevano individuato come significative nella propria infanzia e adolescenza: *Nevina e Fior d'aprile* ed *Il Brutto Anatroccolo* (esse sono state lette per esteso in seduta ma per problemi di spazio il testo completo è stato riportato in nota).

La prima viene portata da Caterina; C. è una ragazza di 29 anni, con un disturbo borderline di personalità. Dopo una fase anoressica era entrata in una grave bulimia con crisi pluri-giornaliere; in passato aveva fatto uso di sostanze (ora cessato); l'instabilità aveva dominato le sue relazioni sentimentali, il suo tono dell'umore, le sue emozioni ed il senso di sé. Rabbia, aggressività, auto-disprezzo erano i suoi sentimenti dominanti. La sua famiglia era composta da un padre molto isolato, anaffettivo, quasi uno sconosciuto, di cui non aveva mai conosciuto la vera attività lavorativa, una madre insegnante etilista ed una sorellina più piccola cui era molto affezionata.

La seconda, Isa, è una ex anoressica, ora bulimica in fase di guarigione; I. era appassionata di danza classica ma quando attorno ai 12 anni ricevette da un'insegnante il commento che era un po' troppo sovrappeso per riuscire bene nella danza, aveva abbandonato per sempre quel campo che le piaceva. Il suo modello era la “Barbie”: ne aveva decine e decine e immaginava di diventare come loro. Qualche anno prima il padre, dopo un litigio con lei, si era sentito costretto ad accompagnarla ad una festa. L'auto si trovò coinvolta in un incidente e il padre morì. Da allora, nonostante avesse circa 10 anni, il padre scomparve completamente dai suoi ricordi. Per un certo tempo ella fu convinta che il padre non fosse morto ma si fosse trasferito altrove. Un giorno ad una festa guardandosi le cosce mentre era seduta, pensò che

fossero troppo grosse. Da allora iniziò a restringere l'apporto calorico. Divenne anoressica, le mestruazioni scomparvero, i pensieri divennero fissi da mattina a sera su ciò che dovesse mangiare e sulla sua linea. Bastava che vedesse una ragazza più magra di lei da stare male per giorni. Non poteva vedere che qualcun'altra fosse una "bambola": solo lei doveva essere "Barbie". La cura nel vestirsi prima di uscire specie per quanto riguardava le scarpe era ossessiva. Vestiva la "se stessa bambola" in un modo che fosse perfetto per potersi sentire presentabile al mondo. Ad un certo punto la fame, che prima era stata trionfalmente annullata, prese il sopravvento ed incominciò ad abbuffarsi e a vomitare. Da quasi quattro anni è entrata nel gruppo analitico con progressivi miglioramenti e nel tempo è divenuta sempre più collaborativa.

La seduta è del luglio 2007.

Il gruppo esiste da circa quattro anni ed è composto da otto persone.

Altri membri del gruppo sono:

CECILIA (28 anni, anoressica)

ELOISA (24 anni, bulimica)

GINA (21 anni, bulimica)

MARIA (21 anni, bulimia)

RENZO (17 anni, bulimico)

VANNI (24 anni, bulimico)

Analista: "Vi ricordate che l'altra seduta era emerso un interesse per le favole della propria infanzia? Ve ne ricordate qualcuna?"

Caterina: "...Non so perché mi è sempre piaciuta questa favola: *Nevina e Fior d'aprile*...ho portato il libro...la leggo tutta? Che vergogna!"

Analista:...Legga pure...

Caterina: "...Una principessa chiamata Nevina viveva sola col padre Gennaio²⁴..."

Vanni:..Un mito mi è tornato in mente questa settimana che si avvicina alla mia situazione...la situazione di Penelope nell'Odissea...quella del fare e disfare la tela per evitare di sposare uno dei Proci. Questo comportamento serviva ad evitare di pensare che Ulisse potesse non tornare sia ad evitare di confrontarsi con le richieste dei Proci...ella non riusciva a fermare questo "rituale" (per esempio sposando uno dei Proci o andando incontro alla morte)". (Egli paragona la sua situazione a quella di lei nel senso che egli "lavora" in palestra²⁵...ma poi cancella questo "buon" lavoro abbuffandosi e così la situazione rimane la stessa giorno dopo giorno).

Analista:... "C"è la sensazione che si va avanti e poi indietro...altro materiale?..."

Isa: "La mia favola dell'infanzia era *Il brutto anatroccolo*...però non posso leggerla perché mi viene da piangere...non so perché..."

Eloisa: (si propone e legge la favola) "...Era così bello fuori in campagna...l'estate era iniziata...²⁶" "...Mi colpisce l'episodio del contadino che lo raccoglie, la serie di eventi sfortunati: finisce nel latte, nella farine, un disastro...lo costringono a fuggire..."

Isa: “Mi è venuto da piangere uguale...”

Cecilia: “...C’è un film banale che in questo periodo mi ha fatto pensare: *Pretty Woman*...innanzitutto il suo lavoro è opposto al mio e delle volte gli opposti...”

Analista: “Si attraggono...”

Cecilia: “No, hanno qualcosa in comune come può essere uno tanto magro che ha qualcosa in comune con un obeso, cioè il cibo...in questo senso...poi il fatto che lei in seguito all’incontro con Richard Gere ha avuto il cambiamento...che è durato...e lei quando faceva quel mestiere aveva delle potenzialità, aveva classe, era bella...è vero che aveva messo i vestiti, etc...è uscita fuori però la base che c’era...bastava o qualcuno che credeva in lei o qualcosa che poi le ha fatto avere questo cambiamento...il quale lei se lo è portato dietro...Lei è rimasta diversa, nella sua semplicità, a volte basta la semplicità, non devi essere una donna di classe, avere i soldi, etc...Poi il fatto che fosse da sola, poteva fare forza solo sulle sue forze (io sono sola perché non ho i genitori, non ho nessuno...), quindi in qualche modo, non era la mia favola preferita...ho pensato anche io al *Brutto Anatroccolo*...”

Analista: “Facciamo un po’ la sintesi di quello che è uscito, suggestioni, emozioni...”

Isa: “...Sto facendo uno sforzo per non piangere...”

Analista: “Lo può fare...”

Isa: “Il discorso è che non me l’aspettavo... ce n’erano tante di cose che volevo portare. Il giorno che l’ho letta mi è venuto da piangere...forse è quello il discorso, è che vorrei capire perché...ho pensato al *Brutto Anatroccolo*...è anche banale con il discorso che abbiamo noi...sei brutta poi diventi bella, tutti ti ammirano...invece non capisco...perché evidentemente tocca tante sfumature...tante cose che sto cercando di capire...”

Analista: “Questo è uno dei motivi per cui è interessante lavorare sui miti e le favole...perché hanno l’energia che va al di là del razionale...si riescono a tirare fuori delle emozioni profonde...”

Isa: “Poi io da piccola questo libro l’ho evitato di leggere, non era quella che mi piaceva di più, era quella che evitavo per evitare di soffrire...”

Eloisa: “Penso che uno dei punti che ti tocca tanto è il rifiuto...che tu nasci e tutti ti rifiutano...io mi ci ritrovo...”

Isa: “Però non fa parte della mia storia, sono stata desiderata con forza. Mia madre ha fatto miracoli pazzeschi per avermi: voluta, voluta! Non mi ricordo bene la mia infanzia, ho avuto un black-out...però sembra che fosse felice...ho cancellato i primi 10 anni. Forse il rifiuto è stato dopo...”

Eloisa: “Forse non il rifiuto di te...però crescendo tu sei diventata in un certo modo perché una parte di te è stata rifiutata...”

Analista: “Sembra che Eloisa dica che il sentimento di essere un brutto anatroccolo o di essere “difettoso” diciamo, negativo, può non derivare da un rifiuto vero e proprio ma dal fatto che gli altri, genitori, vedono in questo se stesso, qualcosa che non c’è. Nella favola il grosso elemento di sofferenza era che il brutto anatroccolo non era un

brutto anatroccolo...ma un bellissimo cigno ma non era stato visto così...nelle sue potenzialità...perché i genitori si aspettavano che fosse un anatroccolo e quando l'anatroccolo riesce a...“dis-impigliarsi”, distaccarsi dalle aspettative dei genitori...c'è un viraggio...quando capisce che può essere bello e felice anche se non è quello che avrebbero voluto i genitori...quando cerca la sua strada lontano dai genitori e da quelle aspettative...”

Caterina: “C'è uno scambio di identità quando trova i cigni...”

Analista: “...Aveva dovuto violentare la sua natura...fare una violenza su di sé per essere accettato...se riuscisse a cambiare capitolo...scenario...forse è quello che stiamo cercando di fare qui...”

Caterina: “...Sì...scambio di identità...non ha vissuto fino a quando non ha trovato i cigni...questo ti fa sentire il tempo che hai perso prima...”

Eloisa: “Forse ti fa piangere perché tu questa identità la stai cercando?...pensi:...ma io chi sono?...”

Isa: “...Può essere...”

Analista: “...C'è la scoperta che c'è sofferenza perché...uno rimane sempre nello stesso scenario...uno lo vuole...c'è una lotta impossibile tra parti inconciliabili...uno poi scopre di poter avere un'altra dignità, un'altra bellezza...però uno deve decidere di spostarsi in un altro scenario...nessuno ha detto niente sull'altra favola...”

Isa: “Mi ha sorpreso il termine diafana della favola di *Nevina*...e poi è il mio ideale...me le sento queste caratteristiche: diafana, trasparente, intoccabile, bianca, capelli biondi...il fantasma...alla fine però fa un effetto positivo sugli altri, possono vederla un po' diversa...ma attrae anche il principe...questo è il mio perenne dilemma...”

Caterina: “Però lei in realtà nella primavera non può vivere, io l'ho scelta per questa distanza tra questi due mondi che comunque non comunicheranno mai...”

Isa: “Triste è il fatto che non possono stare insieme...sono rimasta un po' delusa perché mi aspettavo che morisse tra le braccia del principe o quando lui alzava gli occhi...si trasformasse in una stella, in un cigno, in una nuvola...e invece torna a casa e...ciao!...”

Analista: “Sono colpito dalla raffigurazione di queste parti di sé di cui abbiamo parlato; la parte “diafana” è la parte “distante dalle emozioni” e quando si sta in quegli stati di anoressia si sta in stati “rarefatti”, si sta da un'altra parte, però c'è la nostalgia del calore, della bella stagione...che sono le emozioni della vita...c'è il desiderio di avvicinamento... ma c'è bisogno di mantenere sempre il gelo...in realtà Isa in questo senso rappresenta bene questa situazione...vorrebbe una conciliazione degli opposti...avere emozioni, stare bene, accettare se stessa però...continuare a mantenere in vita quell'essere “diafana” della principessa *Nevina*. Quello che testimonia la favola è che non sono conciliabili...la vita non è conciliabile con il gelo dei grandi ghiacciai anche se può essere affascinante *Nevina*...questo lo stiamo vivendo nella terapia...in realtà *Nevina* è questa parte “sospesa” della vita, fredda...necessariamente muore nel momento in cui nasce la vita e questo è una

cosa forte...questo lutto, questa accettazione di questo dissolvimento non lo si può accettare...uno vorrebbe un matrimonio impossibile tra la parte vitale e la parte malata..."

Cecilia: "Il brutto anatroccolo è stato tutta la vita pensando e credendo di essere brutto perché lo dicevano gli altri..."

Analista: "...Tutta la vita...questo è un lapsus!...Forse non si crede di aver diritto al cambiamento..."

Cecilia: "...Lui se ne era convinto...come nel mio caso...credo che chi ha questo problema alla base ha una grande insicurezza...tu ti convinci perché lo dicono gli altri...anche quando è diventato bello...non ci credeva...nascondeva la faccia sotto l'ala...pensa! E' difficile, non ci puoi riuscire, non lo so...quando ti dicono sei bellissima però tu hai passato tutta la vita a credere di non esserlo...pensi che te lo dicono così per non farti stare male..."

Analista: "Nella favola c'è la confluenza di due movimenti: uno è il desiderio di essere accettato...uno è un desiderio di bellezza...di speranza...così ha avuto l'incontro con degli animali che poi gli hanno detto che lui era un cigno...ha seguito un impulso irrazionale di speranza e non è rimasto nel vissuto pessimista..."

Cecilia: "Però delle volte tu raggiungi la bellezza però non è come vuoi tu o come dici tu e ti scontri con una bellezza relativa...però per noi la bellezza è assoluta e allora è frustrante..."

Analista: "Il messaggio è di non ricercare quella bellezza che uno si è prefissato, guarda che ci può essere un'altra bellezza che magari è superiore e non è solo la bellezza fisica...la vera bellezza è essere se stessi..."

Cecilia: "Alla fine però lui non ha quella superbia che hanno gli altri quando gli dicono che è bello...ha sofferto...però almeno quella sofferenza sarà servita a qualcosa...come noi che soffriamo...magari saremo più coscienti se ci riscopriamo belle o l'apprezzeremo di più..."

Isa: "Mi sento un po' anomala. Nel momento in cui io mi avvicinavo a questo ideale avevo così tanta energia, gioia, che passavo dalla parte della malattia...avevo sofferto così tanto per arrivare lì che dovevo sbatterlo in faccia alle persone e spariva la timidezza..."

Cecilia: "Io non penso che sia timidezza, è non essere convinti dentro di esserlo..."

Isa: "Io avevo momenti in cui credevo di non averlo raggiunto ma che mi ci stavo avvicinando e quello è stato l'apice della malattia...io ho avuto l'esaltazione quando ho capito che ci riuscivo a raggiungere quell'ideale...perché ci avevo provato molte volte prima, riuscivo ad avvicinarmi a quella cosa...e la caduta è venuta dopo..."

Cecilia: "Io e te vediamo la bellezza in modo diverso: tu nella magrezza, io la vedo ora in questo momento in cui sto risalendo. Quando ero tanto magra non mi piacevo, avevo perso il mio ideale. Io parlo del percorso che sto facendo adesso..."

Eloisa: "L'anatroccolo è felice perché è diventato se stesso, cioè un cigno. Tu inseguivi qualcosa che non eri tu; potevi essere esaltata, ti poteva piacere tutto, ma di fatto era un ideale imposto...quanto c'era di te stessa in quello?"

Isa: “Tanto 20kg in meno o in più c’è sempre il problema di sapere chi sei...però è come se questo involucro esterno, i 20kg in meno, funzionasse anche con gli altri, mi dà la sicurezza...”

Eloisa: “Tu hai una stampella a cui ti appoggi: sono magra per cui mi posso esporre.”

Analisi: “...Interessante l’idea che uno può permettersi di essere quello che effettivamente è. La gente quando ti vede, ti manda uno scintillio, un qualcosa che ti dice: come sei puoi andare bene...sei brava...”

Cecilia: “Tutti quanti mi dicono: “Che hai fatto? Ti sei fidanzata?”²⁷...Anche persone grandi che non mi vedevano da tanto tempo...lo so che si nota, quando stai bene esce fuori quello che realmente sei. Mi hanno detto che sono solare, rido sempre...non mi riscontravo in questa cosa, mi viene spontaneo e sono cose che non mi avevano mai detto... mi sono meravigliata è come se non lo meritassi, mi sembra strano. In questi momenti dici: “Ma allora forse veramente lo sono” però basta un attimo dopo che succede una cosa stupida e ripensi il contrario. C’è questa dualità: un giorno stai bene, un giorno pensi di non valere niente. Ancora è difficile...però prima questi momenti non c’erano proprio...”

A: “Che ve ne pare di questo lavoro sulle favole?”

Cecilia: “E’ figo...però uno non se ne rende conto...però pensi che non c’entra niente e invece...”

Analista: “Ed invece ad Isa ha smosso aree emotive...profonde...”

Isabella: “Sì...è una favola che mi ha sempre fatto stare male...”

Molti e variegati sono gli aspetti del disturbo emersi in questa seduta e non è possibile toccarli tutti per mancanza di spazio; tuttavia è stata riportata per mostrare un esempio dei temi dello “scenario” interno dei pazienti affetti da D. A.; queste tematiche sono emerse attraverso l’utilizzo di favole o miti o altro materiale fantastico, di cui, a mio parere, è utile sempre stimolare la ricerca nel lavoro analitico.

In maniera riassuntiva possiamo avanzare l’ipotesi che:

- a) nella favola di *Nevina* è rappresentato il problema per la parte anoressica-bulimica e alexitimica (la parte “fredda” alle emozioni e lontana dalla vita) di rischiare di “morire” se ci si avvicina alla vita e alle emozioni (“il mondo primaverile di Fior d’Aprile”): questo è uno dei motivi per cui queste persone hanno difficoltà a liberarsi della malattia. La Sands (1989) parla appunto di personalità bulimica e anoressica per indicare la dominanza della parte patologica sulla personalità.
- b) nella favola del *Brutto Anatroccolo* sembra essere narrata la vicenda dell’individuo che percepisce il suo Sé come “brutto” a causa di una famiglia che non riconosce il suo “Sé potenziale”; solo un’avventurosa esplorazione permette di scoprire che il suo Sé era percepito “brutto” perché non corrispondente alle aspettative del gruppo familiare e che in nuovo contesto il suo Sé risultava apprezzabile e poteva riprendere il suo progetto di sviluppo.

- c) nella storia dell'atteggiamento "dilatatorio" di Penelope il ragazzo proietta la ritualità infinita dei meccanismi di compenso e delle fobie alimentari e ponderali che egli usa come evitamento del confronto con la realtà.
- d) nel film *Pretty Woman* Cecilia descrive l'aspirazione, il desiderio e la possibilità di chi ha un Sé svalutato (J. Roberts, la "prostituta") di essere rivalutato se incontra una figura positivamente rispecchiante (R. Gere) e in tal modo di poter esprimere le sue potenzialità.

Conclusioni

I D. A. sono riconducibili a disturbi del Sé che emergono in adolescenza a causa delle difficoltà che il Sé vulnerabile, nel suo processo individuativo, incontra nell'accedere al nuovo scenario interpersonale.

Una storia transgenerazionale positiva nella famiglia e una storia pre-adolescenziale ne costituiscono il terreno predisponente in una fase in cui modificazioni ponderali e alimentari avvengono fisiologicamente.

L'intervento in fase adolescenziale è di cruciale importanza perché uno degli interventi preventivi più efficaci è quello di rilevazione e di trattamento del DCA nella fase sub-clinica precoce.

Nei D. A. l'individuazione del Sé rimane in uno stato di "ritiro" in un mondo "non-umano" e in questo senso si configura come una "autocura" per un Sé troppo fragile per vivere tra "oggetti umani".

L'obiettivo della cura analitica è sostituire questa "autocura" con una "cura interpersonale", in cui si riapra la possibilità per il Sé inibito, di riaprirsi al mondo degli affetti e delle persone, attraverso esperienze terapeutiche di oggetti-Sé "umani".

Note

¹Influenzato dalle correnti psicoanalitiche centrate sui processi di sviluppo del Sé (Kohut, Winnicott, etc.).

²Adolescenti ma anche adulti di cui si è analizzata la fase adolescenziale del disturbo.

³Il rapporto maschi-femmina è di 1:10-20, a seconda del tipo di disturbo (la A.N. è più rara nei maschi); il termine Disturbi Alimentari Psicogeni abbreviato in D. A., corrispondente al termine inglese *Eating Disorders*, verrà usato anche successivamente con lo stesso significato di quello più diffuso di DCA; il primo sarebbe preferibile, a mio avviso, in quanto la dizione Comportamento/Condotta appare restrittivo rispetto all'interessamento patologico assai più ampio dell'intera personalità sottostante.

⁴Comunemente ci si riferisce alla Classificazione del DSM IV-R.

⁵*Binge Eating Disorder* (Disturbo da Abbuffate Compulsive).

⁶DCA più rari:

- Pica

- Disturbo di Ruminazione
- Disturbo della Nutrizione dell'Infanzia e della Prima Fanciullezza
- il FAED (*food avoidance emotional disorder*)
- il *Selective Eating*
- la Disfagia Funzionale
- la Sindrome da Rifiuto Pervasivo

⁷Per il concetto di “Immagine Corporea Negativa” vedi in particolare in bibliografia M. Cuzzolaro (2004) e I. Bruch (1973).

⁸Il “corpo sessuato” di M. Laufer (1986).

⁹Vedi R. Kaës e H. Faimberg, M. Enriquez, J. Baranes, W.-M. Baranger e gli altri autori psicoanalitici che hanno utilizzato il concetto di “campo” e di “trangenerazionale”.

¹⁰“Contribuiscono”, in quanto, come è noto, i fattori socio-culturali (pubblicità, immagini dal mondo della moda, etc.), influenzano profondamente i modelli fisici di riferimento dell'adolescente.

¹¹E' il fenomeno della “alexitimia” descritto da Nemiah e Sifneos (1970).

¹²Tale vissuto è drammaticamente accentuato nel caso di esperienze infantili di abuso non infrequenti specialmente nella bulimia.

¹³La Bruch lo definisce “concetto di sé”.

¹⁴Si rimanda ai testi di Kohut (v. bibliografia) per la definizione di Sé, oggetti-Sé, esperienze d'oggetto-Sé.

¹⁵Vedi in bibliografia il contributo della S. Sands (1989). Ella sottolinea tre aspetti che giustificano la prevalenza femminile dei D. A.: la difficoltà separativa della femmina rispetto alla madre, il valore nella cultura occidentale dell'immagine corporea per la ragazzina rispetto all'attività motoria-muscolare dei ragazzi, l'importanza della idealizzazione della madre per i processi identificativi della ragazza.

¹⁶È uno dei segni della “alexetimia”.

¹⁷Confronta con il “sonno” della *Bella Addormentata*.

¹⁸Vedi la favola di *Nevina*.

¹⁹In effetti, le neuroscienze, hanno dimostrato che l'effetto gratificatorio e di ricompensa del cibo come per le sostanze risiede nella elevazione della dopamina nella “shell” del nucleo accumbens.

²⁰Vedi in bibliografia S. Sands (1989) e C. Costin (1999).

²¹Per quanto riguarda la nozione di “teatro del corpo” vedi S. Resnick (1976).

²²Per il concetto di “ambiente non umano” vedi Searles (1979) in bibliografia.

²³Che deve essere integrato con quello medico-nutrizionale e psichiatrico per il monitoraggio della condizione somatica e psicopatologica.

²⁴(Continua leggendo la favola): “...Lassù, nel candore perpetuo, abbagliante, inaccessibile agli uomini...il Re Gennaio preparava la neve con una chimica nota a lui solo...Nevina la modellava su piccole forme tolte dagli astri e dagli edelweiss,

poi, quando la cornucopia era piena, la vuotava secondo il comando del padre ai quattro punti dell'orizzonte. E la neve si diffondeva sul mondo.

Nevina era pallida e diafana, bella come le dee che non sono più: le sue chiome erano appena bionde, d'un biondo imitato dalla Stella Polare, il suo volto, le sue mani avevano il candore della neve non ancora caduta, l'occhio era cerulo come l'azzurro dei ghiacciai.

Nevina era triste.

Nelle ore di tregua, quando la notte era serena e stellata e il padre Gennaio sospendeva l'opera per dormire nell'immensa barba fluente, Nevina s'appoggiava ai balaustri di ghiaccio, chiudeva il mento tra le mani e fissava l'orizzonte lontano, sognando.

Una rondine ferita che valicava le montagne, per recarsi nelle terre del sole, era caduta nelle sue mani, che avevano tentato invano di confortarla; nei brividi dell'agonia la rondine aveva delirato, sospirando il mare, i fiori, i palmizi, la primavera senza fine. E Nevina da quel giorno sognava le terre non viste.

Una notte decise di partire. Passò cauta sulla barba fluente di Gennaio, lasciò il ghiaccio e la neve eterna, prese la via della valle, si trovò fra gli abeti. Gli gnomi che la vedevano passare diafana, fosforescente nelle tenebre della foresta, interrompevano le danze, sostavano cavalcioni sui rami, fissandola con occhi curiosi e ridarelli.

- Nevina!
- Nevina! Dove vai?
- Nevina, danza con noi!
- Nevina, non ci lasciare!

E gli Spiritelli benigni le facevano ressa intorno, tentavano di arrestarle il passo abbracciandole con tutta forza la caviglia, cercavano di imprigionarle i piedi leggeri entro rami d'edera e di felce morta.

Nevina sorrideva, sorda ai richiami affettuosi, toglieva dalla cornucopia d'argento una falda di neve, la diffondeva intorno, liberandosi dei piccoli compagni di gioco. E proseguiva il cammino diafana, silenziosa, leggera come le dee che non sono più.

Giunse a valle, fu sulla grande strada

L'aria si mitigava. Un senso d'affanno opprimeva il cuore di Nevina; per respirare toglieva dalla cornucopia una falda di neve, la diffondeva intorno, ritrovava le forze e il respiro nell'aria fatta gelida subitamente.

Proseguì rapida, percorse gran tratto di strada. Ad un crocevia sostò in estasi, con gli occhi abbagliati. Le si apriva dinnanzi uno spazio ignoto, una distesa azzurra e senza fine, come un altro cielo tolto alla volta celeste, disteso in terra, trattenuto, agitato ai lembi da mani invisibili. Nevina proseguì sbigottita. La terra intorno mutava. Anemoni, garofani, mimose, violette, resede, narcisi, giacinti, giunchiglie, gelsomini, tuberose, fin dove l'occhio giungeva, dal colle al mare, mal frenati dai muri e dalle siepi dei giardini, i fiori straripavano come un fiume di petali dove emergevano le case e gli alberi. Gli ulivi distendevano il loro velo d'argento, i palmizi sveltavano dritti, eccelsi come dardi scagliati nell'azzurro (...).”

“Nevina volgeva gli occhi estasiati sulle cose mai viste, dimenticava di diffondere la neve; poi l'affanno la riprendeva, toglieva una falda, si formava intorno una zona di fiocchi candidi e d'aria gelida che le ridava il respiro. E i fiori, gli ulivi, le palme guardavano pur essi con meraviglia la giovinetta diafana che trasvolava in un turbine niveo e rabbrivivano al suo passaggio.

Un giovane bellissimo, dal giustacuore verde e violetto, apparve innanzi a Nevina, fissandola con occhi inquieti, vietandole il passo:

- Chi sei?

- Nevina sono. Figlia di Gennaio.

- Ma non sai, dunque, che questo non è il regno di tuo padre? Io sono Fior d'Aprile, e non t'è lecito avanzare sulle mie terre. Ritorna al tuo ghiacciaio, pel bene tuo e pel mio!

Nevina fissava il principe con occhi tanto supplici e dolci che Fior d'Aprile si sentì commosso.

- Fior d'Aprile, lasciami avanzare! Mi fermerò poco. Voglio toccare quella neve azzurra, verde, rossa, violetta che chiamate fiori, voglio immergere le mie dita in quel cielo capovolto che è il mare!

Fior d'Aprile la guardò sorridendo; assentì col capo:

- Andiamo, dunque. Ti farò vedere tutto il mio regno.

Proseguirono insieme, tenendosi per mano, fissandosi negli occhi, estasiati e felici. Ma via via che Nevina avanzava, una zona bigia offuscava l'azzurro del cielo, un turbine di fiocchi candidi copriva i giardini meravigliosi. Passarono in un villaggio festante; contadini e contadine danzavano sotto i mandorli in fiore. Nevina volle che Fior d'Aprile la facesse danzare: entrarono in ballo; ma la brigata si disperse con un brivido, i suoni cessarono, l'aria si fece di gelo; e dal cielo fatto bigio cominciarono a scendere, con la neve odorosa dei mandorli, i petali gelidi della neve, la vera neve che Nevina diffondeva al suo passaggio. I due dovettero fuggire tra le querele irose della brigata. Giunti poco lungi, volsero il capo e videro il paese di nuovo festante sotto il cielo rifatto sereno...

- Nevina, ti voglio sposare!

- I tuoi sudditi non vorranno una regina che diffonde il gelo.

- Non importa. La mia volontà sarà fatta.

Avanzarono ancora, tenendosi per mano, fissandosi negli occhi, immemori e felici... Ma ad un tratto Nevina s'arrestò coprendosi di un pallore più diafano.

- Fior d'Aprile! Fior d'Aprile!...Non ho più neve!

E tentava con le dita - invano - il fondo della cornucopia.

- Fior d'Aprile!...Mi sento morire!...Portami al confine... Fior d'Aprile!...Non reggo più!...

Nevina si piegava, veniva meno. Fior d'Aprile tentò di sorreggerla, la prese fra le braccia, la portò di peso, correndo verso la valle.

- Nevina! Nevina!

Nevina non rispondeva. Si faceva diafana più ancora. Il suo volto prendeva la trasparenza iridata della bolla che sta per dileguare.

- Nevina! Rispondi!

Fior d'Aprile la coprì col mantello di seta per difenderla dal sole ardente, proseguì correndo, arrivò nella valle, per affidarla al vento di tramontana.

Ma quando sollevò il mantello Nevina non c'era più. Fior d'Aprile si guardò intorno smarrito, pallido, tremante. Dov'era? L'aveva perduta per via? Alzò le mani al volto, in atto disperato; poi il suo sguardo s'illuminò. Vide Nevina dall'altra parte della valle che salutava con la mano protesa in un addio sorridente.

Un suo vecchio precettore, il vento di tramontana, la sospingeva pei sentieri nevosi, verso il ghiaccio eterno, verso il regno inaccessibile del padre Gennaio.” (Guido Gozzano)

²⁵Vanni compensa le abbuffate o con un restrizione ossessiva del cibo o più spesso con l'attività in palestra (2-5 ore al giorno).

²⁶(continua la lettura) “...I campi agitavano le loro spighe dorate, mentre il fieno tagliato profumava la campagna. In un luogo appartato, nascosta da fitti cespugli vicini ad un laghetto, mamma anatra aveva iniziato la nuova cova...siccome riceveva pochissime visite, il tempo le passava molto lentamente ed era impaziente di vedere uscire dal guscio la propria prole...finalmente, uno dopo l'altro, i gusci scricchiolarono e lasciarono uscire alcuni adorabili anatroccoli gialli.

- Pip! Pip! Pip! Esclamarono i nuovi nati, il mondo è grande ed è bello vivere!

- Il mondo non finisce qui, li ammonì mamma anatra, si estende ben oltre il laghetto, fino al villaggio vicino, ma io non ci sono mai andata. Ci siete tutti? - Domandò.

Mentre si avvicinava, notò che l'uovo più grande non si era ancora schiuso e se ne meravigliò. Si mise allora a covarlo nuovamente con aria contrariata.

- Buongiorno! Come va? - Le domandò una vecchia anatra un po' curiosa che era venuta in quel momento a farle visita.

- Il guscio di questo grosso uovo non vuole aprirsi, guarda invece gli altri piccoli, non trovi che siano meravigliosi?

- Mostrami un po' quest'uovo. - Disse la vecchia anatra per tutta risposta. - Ah! Caspita! Si direbbe un uovo di tacchina! Ho avuto anche io, tempo fa, questa sorpresa: quello che avevo scambiato per un anatroccolo era in realtà un tacchino e per questo non voleva mai entrare in acqua. Quest'uovo è certamente un uovo di tacchino. Abbandonalo ed insegna piuttosto a nuotare agli altri anatroccoli!

- Oh! Un giorno di più che vuoi che mi importi! Posso ancora covare per un po'. - Rispose l'anatra ben decisa.

- Tu sei la più testarda che io conosca! - Borbottò allora la vecchia anatra allontanandosi.

Finalmente il grosso uovo si aprì e lasciò uscire un grande anatroccolo brutto e tutto grigio.

- Sarà un tacchino! - Si preoccupò l'anatra. - Bah! Lo saprò domani!

Il giorno seguente, infatti, l'anatra portò la sua piccola famiglia ad un vicino ruscello e saltò nell'acqua: gli anatroccoli la seguirono tutti, compreso quello brutto e grigio.

- Mi sento già più sollevata, - sospirò l'anatra, - almeno non è un tacchino! Ora, venite piccini, vi presenterò ai vostri cugini.

La piccola comitiva camminò faticosamente fino al laghetto e gli anatroccoli salutarono le altre anatre.

- Oh! Guardate, i nuovi venuti! Come se non fossimo già numerosi!... E questo anatroccolo grigio non lo vogliamo! - Disse una grossa anatra, morsicando il poverino sul collo.

- Non fategli male! - Gridò la mamma anatra furiosa.

- E' così grande e brutto che viene voglia di maltrattarlo! - Aggiunse la grossa anitra con tono beffardo.

- E' un vero peccato che sia così sgraziato, gli altri sono tutti adorabili, - rincarò la vecchia anitra che era andata a vedere la covata.

- Non sarà bello adesso, può darsi però che, crescendo, cambi; e poi ha un buon carattere e nuota meglio dei suoi fratelli - assicurò mamma anatra - la bellezza, per un maschio, non ha importanza - concluse, e lo accarezzò con il becco - andate, piccoli miei, divertitevi e nuotate bene!

Tuttavia, l'anatroccolo, da quel giorno fu schernito da tutti gli animali del cortile: le galline e le anatre lo urtavano, mentre il tacchino, gonfiando le sue piume, lo impauriva. Nei giorni che seguirono, le cose si aggravarono: il fattore lo prese a calci e i suoi fratelli non perdevano occasione per deriderlo e maltrattarlo.

Il piccolo anatroccolo era molto infelice. Un giorno, stanco della situazione, scappò da sotto la siepe. Gli uccelli, vedendolo, si rifugiarono nei cespugli. "Sono così brutto che faccio paura!" Pensò l'anatroccolo. Continuò il suo cammino e si rifugiò, esausto, in una palude abitata da anatre selvatiche che accettarono di lasciargli un posticino fra le canne. Verso sera, arrivarono due oche selvatiche che maltrattarono il povero anatroccolo già così sfortunato. Improvvisamente, risuonarono alcuni spari...le due oche caddero morte nell'acqua! I cacciatori, posti intorno alla palude, continuarono a sparare. Poi i loro cani solcarono i giunchi e le canne. Al calar della notte, il rumore cessò. Il brutto anatroccolo ne approfittò per scappare il più velocemente possibile. Attraversò campi e prati, mentre infuriava una violenta tempesta. Dopo qualche ora di marcia, arrivò ad una catapecchia la cui porta era socchiusa. L'anatroccolo si infilò dentro: era la dimora di una vecchia donna che viveva con un gatto ed una gallina. Alla vista dell'anatroccolo, il micio cominciò a miagolare e la gallina cominciò a chiacchiere, tanto che la vecchietta, che aveva la vista scarsa, esclamò:

- Oh, una magnifica anatra! Che bellezza, avrò anche le uova... Purché non sia un'anatra maschio! Beh, lo vedremo, aspettiamo un po'!

La vecchia attese tre lunghe settimane...ma le uova non arrivarono e cominciò a domandarsi se fosse davvero un'anatra! Un giorno, il micio e la gallina, che dettavano legge nella stamberga, interrogarono l'anatroccolo:

- Sai deporre le uova? - domandò la gallina;
- No... - rispose l'anatroccolo un po' stupito.
- Sai fare la ruota? - domandò il gatto;
- No, non ho mai imparato a farla! - Rispose l'anatroccolo sempre più meravigliato.
- Allora vai a sederti in un angolo e non muoverti più! - Gli intimarono i due animali con cattiveria.

Improvvisamente, un raggio di sole e un alito di brezza entrarono dalla porta. L'anatroccolo ebbe subito una grande voglia di nuotare e scappò lontano da quegli animali stupidi e cattivi. L'autunno era alle porte, le foglie diventarono rosse poi caddero. Una sera, l'anatroccolo vide alcuni bellissimo uccelli bianco dal lungo collo che volavano verso i paesi caldi. Li guardò a lungo girando come una trottola nell'acqua del ruscello per vederli meglio: erano cigni! Come li invidiava! L'inverno arrivò freddo e pungente; l'anatroccolo faceva ogni giorno un po' di esercizi nel ruscello per riscaldarsi. Una sera dovette agitare molto forte le sue piccole zampe perché l'acqua intorno a lui non gelasse: ma il ghiaccio lo accerchiava di minuto in minuto...finché, esausto e ghiacciato, svenne. Il giorno seguente, un contadino lo trovò quasi senza vita; ruppe il ghiaccio che lo circondava e lo portò ai suoi ragazzi che lo circondarono per giocare con lui. Ahimè, il poveretto ebbe una gran paura e si gettò prima dentro un bidone di latte e poi una cassa della farina. Finalmente riuscì ad uscire e prese il volo inseguito dalla moglie del contadino. Ancora una volta il brutto anatroccolo scappò ben lontano per rifugiarsi, esausto, in un buco nella neve. L'inverno fu lungo e le sue sofferenze molto grandi...ma un giorno le allodole cominciarono a cantare e il sole riscaldò la terra: la primavera era finalmente arrivata! L'anatroccolo si accorse che le sue ali battevano con molto più vigore e che erano anche molto robuste per trasportarlo sempre più lontano. Partì dunque per cercare nuovi luoghi e si posò in un prato fiorito. Un salice maestoso bagnava i suoi rami nell'acqua di uno stagno dove tre cigni facevano evoluzioni graziose. Conosceva bene quei meravigliosi uccelli! L'anatroccolo si lanciò disperato verso di loro gridando:

- Ammazzatevi, non sono degno di voi!

Improvvisamente si accorse del suo riflesso sull'acqua: che sorpresa! Che felicità! Non osava crederci: non era più un anatroccolo grigio...era diventato un cigno: come loro!! I tre cigni si avvicinarono e lo accarezzarono con il becco dandogli così il benvenuto, mentre alcuni ragazzi attorno allo stagno declamavano a gran voce la sua bellezza e la sua eleganza. Mise la testa sotto le ali, quasi vergognoso di tanti complimenti e tanta fortuna: lui che era stato per tanto tempo un brutto anatroccolo era finalmente felice e ammirato". (H. C. Andersen)

²⁷Cecilia ha compiuto notevoli progressi nell'area della femminilità e questo è diventato evidente anche all'esterno.

Bibliografia

- Abraham S. Llewellyn-Jones D.(2001). *Eating Disorders (Fifth edition)*,Oxford: University Press.
- American Psychiatric Association (2004). *Practice Guidelines for the Treatment of Psychiatric Disorders*, APA: Arlington, Virginia.
- Baranger W., Baranger M. (1961-62). *La situazione psicoanalitica come campo bi personale*. Ed. R. Cortina, Milano, 1990.
- Bruch. H.(1973). *Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa and the Person Within*, New York: Basic Books.
- Bruch. H. (1991). *La bella addormentata: fuga dal cambiamento*. In *Adolescenza*. Greenspan I. S., Pollock G. H. (1991). Borla, Roma, 1997.
- Costin C. (1999). *The Eating Disorder Sourcebook*, Los Angeles: Lowell House.
- Cuzzolaro M.(2004). *Anoressie e Bulimie*. Il Mulino. Bologna.
- Garner D.M., Garfinkel P.E. (1997). *Handbook of Treatment for Eating Disorders*. New York: The Guilford Press.
- Greenspan I.S., Pollock G.H.(1991). *Adolescenza*. Borla, Roma, 1997.
- Kaës R., Faimberg H., Enriquez M., Baranes J.-J. (1993). *Trasmissione della Vita Psichica tra Generazioni*. Borla, Roma, 1995.
- Kohut. H. (1994). *How Does Analysis Cure?* Hills Dale, NJ: The Analytic Press.
- Laufer M., Laufer E.(1984). *Adolescenza e Breakdown Evolutivo*. Bollati Boringhieri, Torino, 1986.
- Resnick S. (1972). *Persona e Psicosi*. Einaudi, Torino, 1976.
- Resnick S. (2000). *Glaciazioni. Viaggio nel mondo della follia*. Bollati Boringhieri, Torino, 2001.
- Sands, S. (1989). *Female Development and Eating Disorders. A self psychological perspective*. In *Progress in Self Psychology Vol.5* (pp.75-104), A. Goldberg (Ed.) New York: Analytic Press.
- Searles, H. (1979). *Countertransference and related subjects*. New York: Internationa Universities Press.
- Stolorow R. D., Atwood G. E. (1992). *Context of Being: The Intersubjective Foundations of Psychological*. Hills Dale, NJ: Analytic Press.
- Winnicott, D.W. (1958). *Trough Paediatrics to Psycho-Analysis* Tavistock Publication, London. (Tr. It. *Dalla Pediatria alla Psicoanalisi*. Martinelli, Firenze, 1975).

Winnicott D.W. (1965). *The maturational process and the facilitating environment*. New York: International Universities Press. (Tr. it. *Sviluppo Affettivo e Ambiente*. Armando Editore, Roma, 1970).

Wolf. E. (1988). *Treating the Self*. New York: Guilford Press. (Tr. it. *La Cura del Sé*, Astrolabio-Ubaldini Editore, Roma, 1993).

Note sull'autore

Giancarlo Di Luzio, Psichiatra, Psicoanalista IPA, Gruppo-analista IAGP-COIRAG.