

Esempi di ristrutturazione semantica in una terapia breve interazionista

Marzia Sellini¹

Riassunto. Il presente contributo intende mostrare come si possano ristrutturare, mediante una terapia breve, alcuni pensieri ricorrenti, intrusivi e disturbanti. Verrà analizzata la storia di un ragazzo che inizia ad adottare varie strategie di controllo al fine di evitare il ripetersi di un'esperienza vissuta come problematica. La tentata soluzione adottata, tuttavia, risulta disfunzionale negli esiti e ottiene l'effetto di esacerbare le difficoltà. A partire da una posizione interazionista, si mostreranno alcuni passaggi clinici rivelatisi efficaci ai fini del perseguimento del cambiamento terapeutico.

Parole chiave: terapia interazionista, tentate soluzioni, metodi narrativi, rappresentazioni di sé

Abstract. This paper aims to show how some recurring, intrusive and disturbing thoughts can be restructured by means of a short therapy. The story of a boy who begins to adopt various control strategies in order to avoid the repetition of an experience lived as a problem will be analyzed. The attempted solution adopted, however, is dysfunctional in the results and has the effect of exacerbating the difficulties. Starting from an interactionist framework, clinical steps that have proved effective in pursuing therapeutic change will be shown.

Key words: interactionist psychotherapy, attempted solutions, narrative methods, self-representations

1. Introduzione

In questo articolo presenterò la ristrutturazione di un problema che, nel gergo medicalizzato di una psicologia post-positivista, potrebbe essere etichettato come "disturbo ossessivo". La parola "ossessione" rinvia a concetti come quello di "fissazione", "chiodo fisso", ma anche "controllo", "volontà", "ripetitività", in un certo senso rimanda al "tener fermo qualcosa e non modificarlo". Il ragazzo, di cui racconterò la storia, matura, dopo un episodio di agitazione e inquietudine esistenziale, una convinzione: immagina che quell'esperienza possa ripetersi. Reificando "il panico" sperimentato, cioè, egli anticipa che possa ripresentarsi. Per far fronte all'ignoto, mette a punto, come strategia, una forma di controllo, la quale consiste nel riordinare alcune stanze della casa e nel disporre, in particolari modi, alcuni oggetti. Dopo aver messo in ordine dichiara di sentirsi molto stanco, esausto dal tormento di quei pensieri a cui spesso non fa seguito un'immediata azione. Quando non fa quel che dice di dover fare, o impiega più tempo rispetto a quel che aveva previsto, va su tutte le furie e risponde in modo aggressivo ai familiari. La narrazione della "mancanza di voglia di studiare" diventerà un alibi retorico per giustificare il non fare e per continuare a giocare per ore, coi videogiochi (Masoni, 2001). La lettura di questa storia clinica è avvenuta nel contesto privato, luogo in cui si compie la danza terapeutica, per usare una metafora nota e non morta. Il mio studio si trova al piano rialzato di un grande edificio di stampo industriale, un vecchio palazzo degli anni '70 con una corte interna. E' qui che incontro per la prima volta Paolo (il nome ovviamente è inventato), un giovane diciassettenne, studente liceale, iscritto al quarto anno. Il ragazzo vive con i

¹ *Psicologia, psicoterapeuta, esperta di psicologia scolastica.*

genitori e il fratello. Da poco si sono trasferiti in una grande casa. Il padre viaggia molto per lavoro; la madre, alterna la sua attività di libera professionista con la direzione delle faccende di casa. Fu il padre a contattarmi, telefonicamente, la prima volta e a dirmi che l'imminente bisogno di parlare e di risolvere un problema lo aveva espresso il figlio. Avevo una certa disponibilità in quel periodo, la fine di ottobre, ed accettai di vederlo la settimana seguente. Lo informai della possibilità di incontrarsi per adempiere agli obblighi normativi, in quanto il ragazzo era ancora minorenne e per garantire il suo diritto di "cliente" di conoscere il mio orizzonte teoretico.

2. Pensieri che si annidano

Quando si presenta al primo colloquio Paolo, ancora sull'uscio della porta d'ingresso, mi saluta mestamente. Gli sorrido e con voce pacata, calda, lo invito ad accomodarsi. Abbozza un sorriso, poi si ricompone. Corporatura robusta, si muove nello spazio come se abitasse un corpo che non conosce ancora e non padroneggia pienamente. Indossa un paio di calzoncini scuri, neri, larghi, col cavallo basso, una maglietta sbiadita, mezze maniche, dalle tonalità cupe. Lo sguardo un poco spento. Si siede sulla poltrona, dinanzi a me. Il lessico vario, la parlantina sciolta. Mi racconta: "Mi trovavo in vacanza con i miei genitori in una cittadina della costa spagnola dove la mia famiglia ha, da molti anni, una casa. E' un posto diventato a tutti noi familiare. Il nonno quando mio padre era giovane, alla fine dell'inverno, era solito trasferirsi lì per sei mesi con tutta la famiglia." Le giornate in quella terra solare, in quel paesino pittoresco, trascorrevano con orari e ritmi decisamente diversi da quelli tipici della produttività prescritta dalla società industriale. Momenti gioiosi trascorsi all'insegna dell'amicizia, incontri divertiti e disimpegnati con personaggi istrionici ed artisti.

"L'aria era più calda del solito - mentre racconta questo evento per un istante rievoco l'immagine del tempo sospeso dei quadri metafisici delle piazze di De Chirico illuminate da un sole che s'avverte ma non compare. - Erano le due del pomeriggio. Avevamo un appuntamento coi nonni, li stavamo raggiungendo a piedi. Era il compleanno della nonna e lo volevamo festeggiare con un buon pranzo. Camminavamo per i vicoli ciottolati, stretti e afosi, del paesello andaluso. All'improvviso mi sento male".

Da quel giorno si fissa con l'idea che quell'episodio, che lui definisce di "panico", possa ricomparire. In situazioni da lui ritenute stressanti, ovvero quando le richieste esterne superano quelle che ritiene essere le sue possibilità, lamenta dolori al petto. Spesso la notte non dorme preso dalla paura di non addormentarsi. Inizia a sottrarsi alle richieste di uscita con gli amici. Se per qualche ragione è costretto a stare in luoghi pubblici o all'aperto, teme che quell'evento spiacevole si possa ripetere. Trascorre interi pomeriggi in casa, rinchiuso in camera sua, sdraiato sul letto a dormire, oppure si mette a guardare video sul telefonino o a giocare con i videogiochi. Non collabora alle faccende di famiglia e bisticcia col fratello più piccolo. Tutto ciò è motivo di alterchi coi genitori.

3. Uno sguardo teorico sul problema

Riprendo la cognizione dello scorrere del tempo. Quell'evento inaspettato segna profondamente la biografia del ragazzo. Da quel momento non crede di essere più lo stesso, la sua esistenza è scossa nei fondamenti sui quali aveva issato le sue certezze identitarie e minata nei valori che avevano orientato la sua vita: invulnerabilità, forza, salute, intelligenza, indipendenza, libertà, successo ... Iniziano le idee ricorrenti e intrusive, comincia a pensare a sé come un essere in costante pericolo, minacciato da una natura che gli risulta ignota e indomabile. Iniziano anche le strategie per far fronte ai pericoli che col discorso anticipa.

a) Pellegrinaggi dal medico generico volti a trovare una parola di conforto, ottenere un certificato che gli consenta di dar seguito all'estenuante indagine per accertare le

cause organiche del suo malessere ed attestare il suo reale stato di salute (ecografie, esami, risonanze magnetiche, ecc.). Le verifiche gli confermano che a livello fisico non vi è alcuna anomalia eppure non riesce ad abbandonare la convinzione di “avere qualcosa”.

b) Ricerca della conferma dell'ipotesi che vi sia “qualcosa” nella sua mente che “non funziona”, un disturbo mentale, corroborata dalla ricerca in internet di una diagnosi. Trova la descrizione di sintomi correlabili con la “mania”, il “disturbo ossessivo-compulsivo”, il “disturbo di attacchi di panico”, l’“ansia”, ecc. Sistematicamente si presenta ai colloqui rifilandomi l'ultima etichetta diagnostica. Mi chiede di essere riconosciuto e definito in termini patologici. Mi domando: che ottiene? A che gli serve tutto ciò? Quali sono i vantaggi secondari? Forse se è “disturbato” non può uscire di casa, allontanarsi dalla protezione di quell'abitazione, studiare, impegnarsi sempre, rendersi autonomo dal sistema familiare, mettere ordine in quelle stanze, fare un'attività diversa da quella che compie di solito, viaggiare, avere una fidanzata che lo ami, avere successo, crescere, essere definito un ragazzo “NORMALE”. E gli esseri umani aspirano alla normalità (Bruner, 2003; 2006). Ritengo gli svantaggi siano eccessivi, comunque, per non sovrascrivere la sua storia, rievocando una frase di George Kelly “se vuoi sapere qualcosa da qualcuno domandaglielo”, decido di parlarne, alla prima occasione, direttamente con lui. Sono consapevole della mia non neutralità nel dialogo, ma anche della inconsistenza, dell'inutilità e degli effetti iatrogeni della diagnosi, quindi concilierò le sue risposte con il non giudizio, non voglio cedere alla tentazione di definirlo. Inizio a chiedermi cosa c'è di speciale, unico, particolare in questo ragazzo?

c) Rituali: mettere in ordine i libri di papà, la carta igienica in bagno, i soprammobili nell'ingresso, i suoi vestiti, i libri, ecc. Se da un lato queste azioni lo opprimono emotivamente, dall'altro lo tranquillizzano. Ha trovato un modo per avere sotto controllo il suo mondo. Parto da alcuni assunti. La “paura” che quell'esperienza si ripresenti, in questa prospettiva, è un'etichetta linguistica che viene utilizzata dall'osservatore per categorizzare il suo vissuto soggettivo. Se adottassi un realismo empirico potrei interpretare quest'insieme di segni e racconti come un “disturbo ossessivo-compulsivo”, mentre da un punto di vista interazionista ciò si evidenzia come tentata soluzione, consistente nell'eseguire particolari azioni abituali per tenere sotto controllo un'esperienza vissuta come perturbativa di un certo ordine, norma o valore personale. Von Glasersfeld (2009), neurofisiologo del secolo scorso, ha scoperto che “i segnali inviati dalle cellule sensoriali dell'organismo alla corteccia (la parte del cervello dove si suppone abbiano luogo i processi cognitivi) sono tutti uguali. Li ha quindi chiamati “segnali indifferenziati”. Questo significa che se un neurone manda un messaggio visivo alla corteccia, questo segnale ha esattamente la stessa struttura di quelli provenienti dalle orecchie, dal naso, dalle dita, dalla lingua o da qualsiasi altra parte dell'organismo che genera segnali. Variano tutti per frequenza ed ampiezza, ma non c'è alcuna indicazione qualitativa del significato che crediamo essere inerente al segnale.” In altre parole, l'attivazione biologica, i segnali sensoriali che Paolo può ricevere a livello corticale, salendo le scale, possono essere i medesimi di quando dichiara di avere “un attacco di panico”. Possiamo fare quindi una prima considerazione, il corpo non invia un segnale disturbante di “panico” o di “morte”, ma semmai un segnale di attivazione indifferenziata che non ha un nome preciso. Quella parola, quel nome, “panico”, “morte” la mette lui. Lui attribuisce questi nomi ai segnali che avverte. Altra considerazione: se la persona dispone solo di quelle parole, quelle userà. Poiché sappiamo che il linguaggio è lo strumento principale del rapporto tra gli esseri umani e la cognizione del mondo, le parole sono fondamentali per la comprensione del mondo, pur non essendo le parole le cose. Un vocabolario limitato, un lessico povero o ridondante limiterà le possibilità di lettura del reale. Rischierà di

interpretare ogni variazione anomala, atipica, inusuale, eccessiva, ecc. dei segnali neurofisiologici come indicativi di un "attacco" in corso. Quel che più conta, scomodando, in questo caso Wittgenstein (1953), è l'uso che di tali significati viene fatto. La natura dunque, non la conosciamo, ci illudiamo di osservarla, possiamo conoscere solo le definizioni che gli esseri umani danno di quel che chiamano natura e gli esiti che ottengono accettando certe regole. Abbandonata quindi qualsiasi idea di conoscere la vera natura del problema, la causa di quel comportamento complesso, il mio intento è stato quello di favorire nuove letture e promuovere azioni diverse da quelle diventate abitudinarie e linguisticamente ripetute. Lo scopo che orientava le mie azioni era quello di perturbare il suo sistema di credenze, convinzioni, visioni e letture per generare piccoli cambiamenti nel sistema di significati (Salvini, 1998). Pertanto, anziché seguire un programma, fare un progetto con passaggi obbligati decisi ed imposti da me, ho accettato di adeguarmi, di volta in volta, alle sue produzioni discorsive. Tenevo ferma l'idea che la persona che mi stava interpellando assumesse un ruolo attivo, non passivo. L'ho concepito come un soggetto implicato in processi conoscitivi. Mi sono alleata con lui nella ricerca del "come risolvere i problemi" anziché nell'attestazione di quale o cosa fosse il problema. Ho condotto e mi sono lasciata condurre, è cambiato, sono cambiata.

4. Un intervento di psicoterapia breve

Qui di seguito riporto alcuni bozzetti, spezzoni di prosa, dialoghi, riflessioni che hanno costellato e hanno segnato in modo decisivo i passaggi più significativi di questi otto incontri. Come si fa con i quadri, assegno loro un titoletto.

4.1 La sfiducia

Durante il primo incontro, nelle prime battute, mostra diffidenza e un atteggiamento scettico. Tento di favorire il processo di identificazione per entrare in empatia e facilitare così il cambiamento di sé. Per i primi minuti, mentre parla, mi sintonizzo: lo imito, replico alcuni tratti della sua postura, parlo col suo stesso timbro di voce, mi muovo con la sua stessa velocità. Non gli chiedo come si sente, lo vedo, mi basta, mi fido di quel che vedo. Come direbbe il grande poeta Walt Whitman, "non chiedo al ferito come si senta, io divento il ferito." Con lucida consapevolezza e timbro della voce deciso mi dice: "so che alcuni di loro, dei miei compagni, dei miei amici, non ce la faranno, non si salveranno ... si vede che non ci arrivano o non potranno mai accedere ad alcune possibilità...", eppure non riesce ad aggiungere "... ed io ci soffro". Lo faccio io per lui. Lo sorprende. Sente che sento quel che sente. Vede che vedo quel che vede. Solo una frazione di secondo dopo, forse incredulo di poter mostrare ad un altro la sua sensibilità, probabilmente per difendersi, inizia a parlarmi proprio di quegli stessi ragazzi ma stavolta lo fa, profilandoli come degli "idioti".

4.2 Il controllo

L'incontro successivo arriva puntuale, mostra di essere contento di rivedermi. Arriva a dichiarare il suo problema.

C.: "Io ho la mania del mettere in ordine le cose, quando arrivo a casa sono ossessionato dall'idea del rimettere gli oggetti che la donna delle pulizie, che viene il martedì e giovedì, spolverando, sposta. Vado fuori di matto quando vedo che il posacenere in cristallo è messo per obliquo, oppure se i libri che papà tiene in camera non sono perfettamente allineati. Sclero se la donna mi ha spostato i vestiti."

T.: "Paolo è bello tutto ciò, vuol dire che sei un tipo ordinato!" -perplesso dalla mia provocazione/ristrutturazione così diretta, insiste...

C.: “Va bene ma io m’incazzo proprio. Mi metto a gridare. Fino a che non ho fatto non mi sento in pace. Mi sento come in una prigione ...”

Mi sovviene a memoria quella splendida realizzazione di Scarpa, il cancello d’ingresso della sede della biblioteca Querini di Venezia², voluta dal nobile Giovanni Querini Stampalia, il quale, non avendo eredi, poco prima della sua umana dipartita decise di creare un’istituzione per “promuovere il culto dei buoni studi, e delle utili discipline”. Il palazzo, elegantissimo, presentava però un problema: quando c’era l’acqua alta il piano inferiore si allagava tutto. Perciò, nella seconda metà del ‘900 venne commissionata a Scarpa un’opera di restaurazione per tenere fuori l’acqua dal palazzo. Lui creò quello spettacolare cancello che permetteva all’acqua di entrare. “Dentro, dentro l’acqua alta, dentro come in tutta la città! Solo si tratta di contenerla, di governarla, di usarla come materiale luminoso e riflettente. Vedrai i giochi della luce sugli stucchi gialli e viola dei soffitti, una meraviglia!” Fu la sua risposta. Ebbene quel cancello antico e moderno, fatto con una fitta trama di ferro esiste ancora ed il palazzo oggi, è un museo in cui vengono realizzate mostre. Ho l’impressione che Paolo si senta come al pian terreno di questo palazzo, con quel cancello, di cui fatica a riconoscere la bellezza, per cui gli pare di essere in prigione. Penso che, come fece Scarpa, anziché buttar fuori l’acqua potrei proporgli di lasciar che scorra all’interno affinché trovi una buona forma, piuttosto che buttarla fuori. Fuor di metafora penso che potrei tentare di costruire con lui una forma nuova, una rete di significati, tali per cui riesca a sentirsi sereno quando fa quel che ha da fare.

T.: “Certo le persone ordinate, vorrebbero che gli oggetti rimanessero fermi, non si muovessero di una virgola da dove loro li hanno posizionati. E’ presente in te il seme dell’estetica, forse tendi a un ordine divino delle cose. Hai sensibilità alle forme, alla disposizione delle cose in uno spazio, ti piace vedere armonia in ciò ti circonda, nel mondo esterno”.

C.: “Sì!”

T.: “E questo non costituisce un disturbo, questa è una tua bella caratteristica che va coltivata, una visione del mondo che si sta abbozzando...”

C.: “D’accordo ma io tiro pugni, offendo, impreco quando entro in casa e vedo che gli oggetti sono stati spostati e so già che dovrò rimetterli al loro posto io.”

T.: “E questo atteggiamento ti piace?”

C.: “No!”

T.: “Vedi, ciò che costituisce il problema allora non è il tuo desiderio di ordine, ma piuttosto il modo in cui esprimi il tuo fastidio per ciò che vedi. Questo semmai può essere ritenuto sgradevole per le relazioni con gli altri. Il fatto che tu te la prenda con altri per quel che vuoi fare o hai da fare, non l’apprezzamento per le proporzioni auree”.

C.: “E quindi?”

T.: “Quindi c’hai il chiodo fisso dell’ordine!”

² In uno dei primi incontri mi aveva detto che sarebbe andato in quell’incantevole città con i genitori nel weekend; la famiglia della madre ha lì una casa.

C: (sorride)

T.: "Se vuoi levare questo chiodo dal muro, puoi controllare alcune azioni, questo lo puoi fare, t'interessa?" (qui, tecnicamente, propongo una rivisitazione della "prescrizione del sintomo").

C.: "Sì!"

T.: "Bene! Prima di passare al come puoi fare voglio però che tu legga questo capitoletto. Aspetta... non montarti la testa, questi sono libri sui quali si formano anche i terapeuti. Si tratta di Gregory Bateson (1972), un importante antropologo, sociologo e psicologo britannico del 900.

C.: "Perché le cose finiscono in disordine?" Sembra proprio scritto per me... Figlia: "Papà perché le cose finiscono sempre in disordine?" Legge il capitolo, si tratta di tre paginette scritte in modo semplice.

T.: "Che ne pensi?"

C.: "Ognuno ha un suo criterio di ordine. Quindi la signora della pulizie ha un criterio diverso dal mio, non è disordine il suo, semplicemente un criterio di ordine differente".

T.: "Chi lo stabilisce?"

C.: "Ognuno dice qual è il suo".

T.: "Proprio così! E se si vive con altri, per non confliggere è bene dirsele certe cose, tentando di trovare accordi su quell'ordine".

C.: "Eh sì!"

T.: "Dunque che puoi fare?"

C.: "Quando torno a casa da scuola chiedere a Carla se lascia, terminati i lavori, alcuni oggetti come li ho disposti io".

T.: "Mi pare una bella soluzione. Prova!!!"

C.: "Vabbè ma rimane il fatto che questa sia una mania, mi pare folle tornare a casa e tirare pugni al muro se gli oggetti sono fuori posto di un millimetro. Se le salviette non sono piegate alla perfezione ... non è mica normale!"

T.: "Pensa che secondo alcuni filosofi la follia sta alla radice della sapienza. Tutti i saggi sarebbero anche un po' folli. Che in te risieda il barlume della sapienza?"

C.: "Mah... non saprei... sì è vero che io mi faccio domande che i miei compagni nemmeno li sfiorano, ma proprio dire che sono un sapiente ..."

T.: "Non ho detto che già lo sei, ma chissà forse in te ci sono dei germogli ... che domande ti fai per esempio?"

C.: "Io per esempio, come le dicevo la volta scorsa, mi chiedo che faranno alcuni miei compagni? Come se la caveranno nella vita? Si vede già che partono da condizioni

svantaggiate, rispetto alla mia. Si capisce che alcuni non ci arrivano, sono stupidi, come faranno questi qua?”

T.: “Insomma un potenziale sapiente, sensibile, attento alle dinamiche sociali e consapevole di esser fortunato. Come hai pensato di rendere queste tue riflessioni? Le tieni tutte per te?”

C.: “No, io a volte scrivo. Vorrei scrivere storie per i videogiochi da grande”.

T.: “Mi pare un bel progetto. Ti va di portarmi qualcosa di quel che stai scrivendo?”

C.: “Sì, ma sono solo all’inizio”.

T.: “Non importa, tu porta”.

C.: “Ok!”

T.: “Per questa settimana ti chiedo anche di fare una cosa, sei disposto?”

C.: “Sì!”

T.: “Voglio che, quando torni a casa, ti metti a riordinare le stanza apposta” (prescrivo il sintomo).

C.: “Ma lo faccio già!”

T.: “D’accordo ma stavolta lo farai apposta!”

C.: “Vabbè!” Quando lo rivedo una settimana più tardi mi dice che va meglio. E’ riuscito a mettere in ordine con maggior serenità, in un minor tempo, tutti gli oggetti a cui tiene. Non ha litigato coi genitori.

4.3 La ricerca di una definizione patologizzante

C.: “Dottoressa il mio è un disturbo ossessivo-compulsivo, se non metto in ordine mi ossessiona il pensiero fino a che non rimetto in ordine. Non ho pace!”

T.: “Oh Paolo, stai rifissando il chiodo?” ... “Paolo sei uno ordinato! Sei un’esteta! A te piace vedere gli oggetti al loro posto. Ed abbiamo condiviso che ti piace il posto che tu hai stabilito, non quello d’altri”.

C.: “Sì ma questo pensiero mi stanca e non riesco a controllarmi, non posso non farlo. Se io vedo le cose in disordine sto male”.

T.: “La vedi quella scrivania?”

C.: “Sì!”

T.: “Ci sono molti fogli, libri e quaderni lì sopra?”

C.: “Sì!”

T.: “C’è un vaso di vetro pieno di matite colorate e c’è persino un mazzo di rose secche”.

C.: "Sì, certo, le vedo!"

T.: "Ti pare in ordine?"

C.: "No!"

T.: "Non ti pare in ordine secondo i tuoi criteri di ordine".

C.: "Mmmh ... e allora?"

T.: "Forse appena sei entrato ti sei catapultato a sistemare quei libri, fogli, oggetti ...?"

C.: "No!"

T.: "Il che significa che sei perfettamente in grado di controllarti..." Mi guarda stupito: ha appena fatto una nuova scoperta.

C.: "D'accordo, qui. Ma a casa?"

T.: "A casa mi hai detto va un pochino meglio".

C.: "Sì, in effetti è così".

T.: "Dunque stai imparando ad autocontrollarti. Allora, guarda è facile, si tratta solo di scegliere se fare o se non fare. Quando non lo fai che succede?"

C.: "Succede che continuo a pensare che lo devo fare".

T.: "Quando lo fai che succede invece?"

C.: "Che mi sento alleggerito".

T.: "Capito!!!"

C.: "Sì!"

T.: "Quando non lo fai che ottieni non facendo?"

C.: "Niente!"

T.: "Pensaci bene ..."

C.: "Che posticipo il momento in cui dovrei fare i compiti"

T.: "Quindi non mettendo a posto gli oggetti che ti piace riordinare non fai nemmeno i compiti che devi fare?"

C.: "Sì!"

T.: "E sei contento di questa situazione?"

C.: "No!"

T.: “In pratica non vuoi accettare di essere uno ordinato e tendi a procrastinare, cioè a rinviare ad un momento successivo, l’attività pomeridiane scolastiche?”

C.: “Si possiamo dire così...”

T.: “Non facendo ti disturbi, infastidisci te stesso ... Vediamo che puoi fare di diverso... t’interessa?”

C.: “Sì!”

T.: “Allora, stabilisci tu quanto tempo dedicare a questa attività. Ti dai un tempo e la fai. Ricorda, fare è meglio che non fare”.

C.: “D’accordo!” Sorride. Concordiamo un tempo che dedicherà alle pulizie quotidiane. Scaduto quel tempo dovrà passare ad un’altra attività (lo studio, la collaborazione familiare...), anche se non tutti gli oggetti saranno dove lui vorrebbe. L’esperimento funziona.

4.4 *L'alibi retorico*

Iniziano ad emergere i sensi di colpa e si apre lo spazio per un conflitto morale: non sta veramente studiando. Gli suggerisco di rompere il copione, di diventare lui “capo” delle rappresentazioni di sé che sono in conflitto, “quella che vuol giocare” e “quella che vuole riuscire bene negli studi”. Traccia un piano di studi, alternato a momenti di svago e divertimento. Accetta di uscire da quella stanza, da quella prigione di passi già previsti, anche dai giochi che trova in rete e di iscriversi in palestra per fare un po’ di pratica sportiva e magari nuovi incontri. Dopo un mese mi riferisce di sentirsi più sereno, ha ripreso a studiare davvero. I risultati scolastici lo confermano. Ha ripreso ad uscire con gli amici il sabato sera. Durante un’uscita beve due birre e scopre che sta bene. Prima evitava di farlo perché temeva di perdere il controllo. Inizia a descriversi come normale, uguale, per dignità e diverso, unico, dai suoi coetanei.

5. **Chiusure, rilanci e annotazioni conclusive**

Dall’analisi dei colloqui, emergeva che Paolo usava sempre le stesse parole per descrivere gli eventi della sua vita; costruiva abitudini, rituali, piccoli ordini domestici per permettersi di credere che tutto fosse fermo, immobile, stabile, e quindi prevedibile e controllabile; così è, come in quella grande opera di Michelangelo che raffigura il fanciullo ripiegato su se stesso - che si illude di fermare il tempo che scorre. In altre parole poteva non crescere, evitare di diventare grande o di assumersi le responsabilità che la società civile gli richiede, ecc. Illudendosi di controllare tutti gli eventi, mitigava le sue paure e stabilizzava i suoi sentimenti di inquietudine, così come la sua agitazione. Due mesi dopo il nostro ultimo incontro ci fu un colloquio di follow-up. Mi disse, in quella occasione, di sentirsi bene: “credo che l’anno prossimo inizierò la scuola col piede giusto, sin da subito. Non mi arrabbio più con gli altri. Se ho dei lavori da svolgere io, faccio quel che ho da fare. Non me la prendo più con gli altri per quel che spetta me. Cerco di farlo bene e nei tempi previsti. Ho regolamentato l’uso del pc e del cellulare. Qualche volta esco con i miei amici o vado a trovare una mia amica. Non tutte le ragazze sono uguali. Ho recuperato tutte le materie, tranne greco. Sto andando a lezione di recupero. Ho capito di non essere matto e che se temo la morte è proprio perché voglio vivere”. Mi ringraziò e salutò con il suo modo contenuto di dimostrare affetto. Parafrasando Goffman (1967) potremmo dire che un individuo non resta mai passivo di fronte al prodursi degli eventi della vita che lo riguardano, in quanto partecipa attivamente a sostenere una definizione della situazione.

Riferimenti bibliografici

- Bateson, G. (1972). *Verso un'ecologia della mente*. Milano: Adelphi.
- Bruner, J. (2003). *La mente a più dimensioni*. Bari: Laterza.
- Bruner, J. (2006). *La ricerca del significato. Per una psicologia culturale*. Torino: Bollati Boringhieri.
- Goffman, E. (1967). *Interaction Ritual*. Doubleday: New York.
- Masoni, M. V. (2001). *Studiare bene senza averne voglia. Come superare l'alibi della mancanza di volontà*. Trento: Erickson.
- Salvini, A. (1998). *Argomenti di Psicologia clinica*. Padova: Domenighini.
- Von Glasersfeld, E. (2009). L'interazione costruttivista: interazionismo e costruzione della conoscenza. *Scienze dell'interazione. Rivista di psicologia clinica e psicoterapia*, 1,1.
- Wittgenstein, L. (1953). *Ricerche filosofiche*. Torino: Piccola Biblioteca Einaudi.