Franco Del Corno

RIPARTIAMO DAI GENITORI

Capacità e competenze per sostenere gli adolescenti nel percorso di crescita

Le Comete FrancoAngeli

Le Comete

Per capirsi di più.
Per aiutare chi ci sta accanto.
Per affrontare le psicopatologie quotidiane.
Una collana di testi agili e scientificamente
all'avanguardia per aiutare a comprendere
(e forse risolvere)
i piccoli e grandi problemi
della vita di ogni giorno.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati
possono consultare il nostro sito Internet: *www.francoangeli.it* e iscriversi nella home page
al servizio "Informatemi" per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità
o scrivere, inviando il loro indirizzo, a "FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano".

Franco Del Corno

RIPARTIAMO DAI GENITORI

Capacità e competenze per sostenere gli adolescenti nel percorso di crescita

Le Comete FrancoAngeli

Grafica della copertina: *Alessandro Petrini*

Copyright © 2023 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito ***www.francoangeli.it****.*

Indice

Avvertenza pag. 7

Introduzione » 9

1. Genitori e figli » 15
1. Quali figli? » 17
2. E quali genitori? » 22

2. “Nonostante”: l’importanza di una preposizione » 28
1. Pedadogia del “nonostante” » 36

3. “Due”: il numero magico dei genitori » 40
1. Il padre e la madre non esistono » 45
2. Il protagonista e la sua “spalla” » 47
3. Dal due al tre, talvolta » 52

4. Esserci » 55
1. Rassegnazione » 59
2. Rabbia » 60
3. Parlare/parlarsi » 62
4. Le regole dell’esserci » 63
5. Non esserci » 66

5. Guerra e guerriglia » 69
1. La guerriglia dei figli » 73
2. Costruire la pace » 76
3. Pollice in giù, pollice in su » 84

6. “Papà orso, mamma orsa e il loro orsetto” pag. 89
1. I fratelli » 90
2. Trasmissione transgenerazionale delle (in)capacità genitoriali » 93
3. Gli altri “orsi” » 97

7. La “famiglia globale” » 101
1. Oltre i confini familiari » 104
2. Il mondo iperconnesso » 109
3. Psicoterapia in tempi di *smartphone* » 113

8. Nonostante i figli » 116
1. Il bisogno di aiuto » 124
2. L’intervento psicologico » 127
3. Genitori e figli: le responsabilità reciproche » 132

Epilogo » 135

Bibliografia » 141

Avvertenza

Le coordinate all'interno delle quali il libro è stato pensato e scritto sono quelle di una visione non binaria del sesso e del genere.

Per ragioni di fluidità nella scrittura e nella fruizione del testo, si è scelto di utilizzare il maschile sovra-esteso e quindi, quando si parla di "figli", "giovani", "bambini", il riferimento è a individui in età evolutiva, indipendentemente dal loro genere o sesso. Questa regola non viene seguita soltanto nelle situazioni specifiche in cui i temi identitari di genere hanno una salienza particolare.

Analogamente, quando si parla di genitori si fa riferimento alle coppie genitoriali indipendentemente dall'orientamento sessuale dei loro membri: quindi, composte da persone che possono riconoscersi come cisgender (ossia, la cui identità ed espressione di genere sono prevalentemente allineate al sesso assegnato alla nascita), oppure non cisgender. Salvo casi particolari, si fa inoltre riferimento alle figure genitoriali indipendentemente dal fatto che si tratti di genitori biologici, sociali/putativi, adottivi e/o affidatari: in altre parole, ogni riflessione di questo libro sulle capacità e i comportamenti genitoriali si riferisce a persone adulte che si occupano di uno o più individui nelle loro varie fasi evolutive.

Introduzione

"Mi chiamo Nuvola. Ma che cavolo di nome mi hanno dato i miei genitori!".

Sbotta così, nel nostro primo colloquio, una sedicenne, e nella sua imprecazione il riferimento al popolare ortaggio sotto il quale dovrebbero nascere i bambini è sostituito da quello alla parte anatomica del corpo maschile che a fare i bambini contribuisce davvero.

Gli insegnanti di Nuvola hanno suggerito ai suoi genitori di indirizzarla a uno psicologo dopo averla scoperta a tagliarsi.

I lettori non pensino che un nome poetico ma imbarazzante da portarsi addosso (o da esibire con orgoglio se si è abbastanza sicuri di sé: ma questo purtroppo non è il caso di Nuvola) sia la causa diretta di un comportamento patologico come l'attacco cruento al proprio corpo. Questi collegamenti diretti, non solo con i nomi imposti ai figli, ma con le diverse e molteplici vicende della vita, non sono frequentissimi. Fanno eccezioni i traumi, che possono davvero essere la causa immediatamente riconoscibile di alcuni disturbi: la ragazzina molestata dall'amico di famiglia, che si chiude in se stessa e diventa irriconoscibile per i genitori; oppure la giovane donna stuprata che ha attacchi di panico e così via.

Ma, il più delle volte, le strade che collegano le vicende infantili/adolescenziali dei figli (e, in realtà, di ogni essere umano) alle successive manifestazioni di benessere/malessere sono difficili da ripercorrere, spesso anche per il soggetto, nonché per coloro che cercano di aiutarlo, compresi gli psicologi, gli psichiatri e altri addetti ai lavori.

Anche perché, insieme alle esperienze avverse di vario tipo, che possono costellare ogni percorso evolutivo, esistono fortunatamente le cosiddette "esperienze protettive", spesso rappresentate dall'incontro/

frequentazione con adulti (ma a volte anche coetanei) che – consapevolmente o meno – svolgono una funzione di supporto e di correzione di alcune storture in corso o pregresse.

E poi molti figli sono in grado di recuperare, anche grazie alla propria esperienza di vita familiare, alcune risorse che sentono disponibili e che utilizzano nel momento del bisogno.

Ad esempio, il fatto che i genitori chiamino Jonathan e Sharon i loro gemelli nati in provincia di Cuneo fa parte delle piccole sventure alle quali è fisiologicamente impossibile che i figli si ribellino *ab origine*. A volte, tuttavia, la rivolta onomastica è solo rimandata.

Qualche anno fa, una Caterina ventiduenne mi raccontò di avere assunto quel nome (e di averlo imposto ad amici e parenti) intorno ai quindici anni, per sostituire il precedente Kimberley, assegnato dalla mamma e subìto dal papà. Lotta dura, per ottenere questo risultato, ma – come volle precisare Caterina stessa – per tutto il resto non c'erano stati grossi problemi, con due genitori che le volevano bene e lo sapevano dimostrare.

Quindi, peccati veniali dei genitori (azioni e omissioni, che non si limitano alla scelta del nome, come vedremo in seguito) che, nel migliore dei mondi possibili, potrebbero essere evitati ma che vengono invece commessi per superficialità, fretta, scarsa attitudine verso il proprio ruolo, un *background* di esperienze che hanno esercitato un'influenza negativa e chi più ne ha più ne metta.

La mia esperienza di psicologo e di psicoterapeuta, condivisa con numerosi colleghi nel corso degli anni, mi ha insegnato che sono tanti i figli che passano attraverso queste involontarie deficienze dei genitori e del sistema familiare, ricavandone perlopiù danni ridotti e rimediabili facendo appello alle proprie capacità (maturate anche grazie alla famiglia: non dimentichiamolo!), oppure con l'aiuto di qualche "psico" di questa o quella tipologia professionale o, infine, "sfruttando" qualche incontro fortunato (spesso una storia d'amore) che ha colmato alcune carenze, instillato nuove speranze e ridato fiducia.

Il discorso sviluppato nel volume si snoda attraverso alcuni concetti, che anticipiamo qui perché costituiscono una sorta di *road map* utile per orientarsi nel percorso accidentato che secoli di riflessioni, narrazioni, commenti, nonché interventi di specialisti più o meno autorevoli, hanno costruito a proposito del rapporto fra genitori e figli (Box 1).

Box 1 – Genitori e figli nei "classici"

Già Cicerone (orazione in difesa di Gneo Plancio, 54 a.C.) affermava che "l'amore per i genitori è il fondamento di tutte le virtù". Ma anche la Bibbia, molto tempo prima (libro del Siracide, 200-180 a.C.), invitava i figli a essere "indulgenti" con il padre, "ancorché egli perda la lucidità della mente": un'antesignana indicazione di *caregiving* in caso di demenza senile. Quanto alle madri, scrive Euripide (*Andromaca*, 431-424 a.C.): "Chi non ha fatto l'esperienza di avere figli certo ha meno dolori, ma nella sua prosperità è infelice".

L'elenco delle citazioni è potenzialmente infinito: passando da Leopardi (*Avvertimenti morali a Domenico*: "Circa i tuoi genitori pòrtati in quel modo appunto come tu vorresti che i tuoi figlioli si portassero verso di te") a Victor Hugo (*I miserabili*: "… non ci sono né erbe cattive né uomini cattivi: ci sono soltanto dei cattivi coltivatori"), possiamo arrivare alla sovrabbondante letteratura specialistica o divulgativa dei nostri giorni.

- Innanzitutto, "fare i genitori" è una questione di coppia. Diremo più volte che quest'ultima può essere eterosessuale, omosessuale, composta da genitori biologici oppure affidatari o adottivi: non fa differenza. Può capitare, a volte, che la morte di un genitore costringa il sopravvissuto a "fare per due", ma è una sfortunata eccezione che conferma la regola.

  Come canta Samuele Bersani (*EN e Xanax*, 2013), "In due si può lottare come dei giganti contro ogni dolore". È auspicabile che la vita di una famiglia non sia costellata di dolori, ma un po' di lotta (sia "per" che "contro"; Spaltro, 1997) è inevitabile e la coppia è la dimensione relazionale minima che può essere d'aiuto. Lo spiega il Capitolo 3.
- A volte, tuttavia, i genitori costruiscono la propria alleanza attraverso l'opposizione sistematica ai progetti e alle scelte dei figli: può trattarsi di un atteggiamento che interessa eventi che sarebbero banali se l'insistenza della svalutazione non ne incrementasse paradossalmente l'importanza, oppure di ostacoli frapposti a programmi di più lungo periodo e di maggiore peso. Perlopiù l'opposizione non si nutre di deliberata malevolenza e il boicottaggio è dettato soprattutto da timori, insicurezze, eccessiva protettività: in altri termini, le madri e i padri dei quali parliamo non sono "cattivi genitori"

(violenti, abusanti, trascuranti); anzi, hanno sentimenti benevoli o addirittura affettuosi, ma sono refrattari a qualsiasi prospettiva che non sia la loro e finiscono così per trasformare la vita dei figli in una corsa a ostacoli. Accadrà spesso che questi concetti vengano esemplificati facendo riferimento alle risorse che un figlio deve mettere in campo per superare gli intralci che possono presentarsi sul suo cammino. A volte si tratta di condizioni materiali, che hanno la concretezza, ad esempio, della scarsità di risorse economiche, oppure dei vincoli posti dall'età, dal luogo in cui si è nati e si vive e così via; altre volte, invece, a costituire un impedimento è l'opposizione esercitata non dalle cose, bensì dalle persone, e in particolare da quelle dell'ambiente più prossimo: *in primis* i genitori, più o meno sostenuti dalla famiglia nella sua totalità (non serve ricordare, a questo proposito, Giulietta e Romeo, che non a caso restano, a distanza di secoli, un esempio prototipico).

Capiterà alcune volte, nei capitoli del volume, di utilizzare la preposizione "nonostante" per significare questa qualità della relazione interpersonale (fra genitori e figli, ma anche fra i membri della coppia genitoriale) antitetica all'alleanza, alla collaborazione, all'aiuto reciproco. In realtà, accade in tutti i rapporti significativi (e quelli intrafamiliari lo sono al massimo grado, nel bene e nel male) che la presenza dell'altro favorisca una consolante sensazione di appartenenza, che contrasta il vissuto di solitudine e di abbandono indotto dalla presenza di qualche difficoltà. Ma a volte è proprio l'altro a rappresentare l'ostacolo, non sempre per deliberata volontà di contrapporsi, ma semplicemente perché vi sono divergenze di opinione, progetti alternativi, pregresse storie personali che hanno alimentato speranze o valori più difficilmente conciliabili. Fare i conti con questo "nonostante", che incombe inevitabilmente su ogni relazione affettivamente investita, è quindi un compito al quale nessuno può sottrarsi.

Questo libro racconta dettagliatamente le storie di molti genitori e di molti figli. La conoscenza delle esperienze, delle difficoltà, ma anche dei successi di questi ultimi è l'ineliminabile *starting point* dell'impegno di ogni genitore che voglia fare bene il suo "mestiere": le storie dei figli, infatti, esemplificano direttamente o indirettamente il loro punto di vista, i loro bisogni e i loro desideri, nonché la sorte degli innumerevoli tentativi compiuti per superare o aggirare

gli ostacoli, talvolta costituiti proprio dalle attese dei genitori e dai loro conseguenti comportamenti. Ne parliamo nei Capitoli 1 e 2.

- D'altra parte, anche i figli possono costituire, per i genitori, un motivo di impedimento e di difficoltà: basti pensare a quante volte le trame di commedie e di film mettono in scena un genitore che ricorda quanti sacrifici e rinunce hanno consentito al figlio di compiere il proprio percorso di crescita e diventare quello che è diventato. Di solito, sul tono e sui contenuti del discorso incidono le differenze di genere: i padri raccontano di aver lavorato giorno e notte per lasciare al figlio un'azienda, un negozio, una qualche attività imprenditoriale, mentre le madri riferiscono di una carriera artistica interrotta e di sogni lasciati nel cassetto.
  Il Capitolo 8 racconta in quale modo i figli possono costituire essi stessi un ostacolo per la vita dei genitori e per la realizzazione dei loro legittimi progetti di persone, prima ancora che di padri e madri. A volte (raramente, per fortuna) si tratta di ostacoli rappresentati da episodi di reale violenza, disprezzo, intenzionale trasgressione, che disarticolano la dinamica delle relazioni e travolgono i membri della famiglia come una specie di *tsunami*. Molto più spesso, il percorso di crescita dei figli richiede comunque ai genitori il superamento di più o meno grandi e frequenti difficoltà. È questo il funzionamento normale (fisiologico) di ogni dinamica familiare e traduce una verità che sarebbe utile ricordare e che proprio le primigenie esperienze familiari possono contribuire a insegnare: anche se animati dalle migliori intenzioni, tutti noi siamo spesso "nonostante" per qualcuno.
- Le alterne vicende delle condivisioni e delle contrapposizioni, del rispetto richiesto e ottenuto – ma anche della noncuranza dei bisogni e dei desideri – producono esiti che caratterizzano pesantemente il clima che si respira in una famiglia e che influenza tutti i suoi membri. Vedremo nel Capitolo 5 che la famiglia, infatti, può insegnare ad amare e a essere amati, a ricevere e a dare cura, ma può anche educare alla chiusura nella passività e nell'indifferenza, oppure, nelle sue derive peggiori, sollecitare l'aggressività ed educare all'odio. Si tratta però di un argomento troppo rilevante e che non può essere trattato nello spazio limitato di questa Introduzione: ne accenniamo qui soltanto per stimolare la curiosità del lettore e rimandarlo alla lettura del capitolo citato.
- Che ci si odi o ci si ami, è comunque inevitabile, nel rapporto fra genitori e figli, la questione del potere. Esplicito e istituzionalizzato

(persino "atteso") quello dei primi, mentre quello dei secondi può essere costruito per reazione o a volte per pura necessità di sopravvivenza e anche diventare ribellione, trasgressione, oppure sintomo di una malattia della mente che nasce dal bisogno di opporsi e di rivendicare. Ma, fra i membri di una famiglia, il potere può anche essere messo a disposizione gli uni degli altri: ad esempio, il potere di utilizzare le proprie risorse di esperienza, di competenza, materiali o affettive, per sopperire a manchevolezze individuali o evidenti nel sistema delle relazioni. E non sono solo i padri e le madri a essere depositari di mezzi ed energie dei quali i figli possono fruire utilmente: anche questi ultimi possono dare contributi a volte fondamentali, ma è spesso necessario promuovere in loro una consapevolezza che chiede solo di essere risvegliata. Nei Capitoli 4 e 6 si parla di questo.

- "E i social si scatenano…" è una frase che capita spesso di leggere non solo sulle riviste popolari, ma anche su giornali seri e persino seriosi: il riferimento è a qualche ondata di approvazioni o disapprovazioni per il comportamento di personaggi più o meno famosi. Le tradizionali barriere tra pubblico e privato sono sempre più frequentemente demolite dalla globalizzazione delle informazioni, che non riguarda solo le star della televisione o dello sport: chiunque, postando una foto su Facebook o pubblicando le proprie *stories* su Instagram può coltivare l'illusione di avere un pubblico e competere con gli amici nel conteggio dei *followers*. Inoltre, la facilità con la quale si può costruire e alimentare un *blog* su qualsiasi argomento consente di realizzare quello che è il sogno – più o meno segreto – di molti: una tribuna dalla quale esprimere le proprie opinioni e qualcuno che le ascolti e magari risponda. Non importa se a volte le risposte sono soprattutto insulti, critiche, accuse impietose: la lite e lo scambio di contumelie possono essere preferibili al silenzio.
  La famiglia contemporanea è immersa, volente o nolente, in questo universo di comunicazioni spesso sovrabbondanti e disordinate, nelle quali si mescolano il vero e il falso, l'utile e il superfluo. I figli vi navigano con disinvoltura, a volte eccessiva e rasentando con scarsa avvertenza aree pericolose; i genitori possono partecipare attivamente (ad esempio, le mamme *bloggers*, di cui parleremo, o i padri dipendenti dal Fantacalcio), oppure più frequentemente resistono e restano in disparte da un mondo che non è il loro, ma che non possono ignorare completamente, anche perché è il mondo dei figli. Di tutto questo parla il Capitolo 7.

1

Genitori e figli

Un ragazzo diventa adulto tre anni prima
di quando i suoi genitori pensano accada,
e circa due anni dopo di quando
egli pensa sia accaduto.

Lewis Blaine Hershey, generale
dell'esercito degli Stati Uniti, 1893-1977

Gli psicologi che si occupano di separazioni e divorzi ripetono spesso, quando i coniugi che vogliono lasciarsi hanno dei figli, che "si è genitori per sempre". Esistono anche, nel nostro Paese, associazioni che si propongono lo scopo utilissimo di ricordare che, anche dopo un divorzio e persino dopo aver dato inizio a un'altra famiglia, non cessano tutti gli obblighi genitoriali nei confronti dei figli nati da un padre e da una madre (o allevati da due adulti) che hanno costituito una coppia nel passato ma hanno preso ora strade differenti. Non si tratta solo di obblighi materiali, ovviamente, ma soprattutto di responsabilità che hanno a che fare con l'affetto, la presenza, il sostegno: in una parola, l'esercizio pieno e *full time* della genitorialità. Lo slogan "genitori ancora" (www.associazionegea.it) riassume bene la forma e la sostanza di questo approccio.

Purtroppo, gli psicologi non ricordano con altrettanta determinazione che anche la condizione di figlio è "per sempre". Le condizioni medie di vita e i progressi della medicina hanno incrementato il numero di anziani/molto anziani nella nostra società e sempre più spesso figli ormai anch'essi quasi vecchi devono destreggiarsi fra badanti e geriatri per assistere madri e padri che raggiungono un'età che un tempo era un'eccezione da pubblicare sui quotidiani locali. A questi livelli di invecchiamento, la linea di demarcazione fra genitori e figli è sempre meno netta: recentemente, una madre più che novantenne e in buona salute ha insistito per condividere la propria badante ucraina con la figlia settantaduenne, precocemente afflitta da numerosi malanni.

Ma non solo per questo si è figli per sempre. La qualità del rapporto che ciascun figlio ha avuto con i propri genitori resta un riferimento ineliminabile, non sempre consapevole, e quindi ancor più attivo e condizionante. Come vedremo, è possibile farci i conti e persino limitarne l'influenza, ma è necessario prendere coscienza della forza di quel modo di sentire noi stessi (e, di conseguenza, di sentire gli altri e di reagire alle relazioni, agli eventi, alle emozioni), che abbiamo imparato, perlopiù senza rendercene conto, a contatto con gli adulti che si sono occupati di noi negli anni della vita nei quali diventiamo progressivamente quello che saremo "da grandi".

Non che, raggiunta la "maggiore età" (e anche qualche anno di più: la condizione di "giovane adulto" della quale ci occuperemo più avanti), i giochi siano fatti una volta per tutte. Questo libro si fonda sul presupposto che il cambiamento è possibile, nel bene e nel male, fino all'ultimo giorno di vita. Ciò che è accaduto fino a quel momento, tuttavia, ha il potere di contrassegnare l'identità con una forza che, negli anni avvenire, avranno solo alcuni eventi particolarmente degni di nota: in altre parole – a meno di malaugurate gravi esperienze avverse o, all'opposto, di circostanze inequivocabilmente fortunate – la nostra vita di ventenni (o giù di lì) ha ormai acquisito alcune caratteristiche di fondo che permangono al di sotto della variabilità delle vicende e delle evoluzioni/involuzioni che verranno dopo.

Il Box 1 ripercorre sinteticamente le tappe del percorso più o meno tortuoso che ha segnato la costruzione dell'identità di un individuo adulto, con tutte le ovvie implicazioni a livello dei comportamenti osservabili e dei vissuti personali.

Può essere utile qualche precisazione.

Lungi da noi l'idea di negare le influenze macrosociali sulla costruzione dell'identità adulta, così come l'importanza degli ambienti specifici nei quali sono state trascorse l'infanzia e l'adolescenza: in termini anamnestici, il fatto di aver vissuto alcuni anni in un orfanotrofio, oppure in un accampamento di nomadi, o di aver viaggiato come minore non accompagnato dal proprio Paese di origine in un qualsiasi Paese di accoglienza istituisce delle differenze, che hanno un valore essenziale.

Tuttavia, si tratta di situazioni meno frequenti e probabili, delle quali non ci occupiamo in questo volume.

Box 1 – Le radici del comportamento adulto

Il bambino e l'adolescente che…

a) ci hanno insegnato a essere
   e, di conseguenza,
b) siamo stati (almeno in parte),
   nonché
c) ci ricordiamo di essere stati,
   ma anche, spesso,
d) non sappiamo di essere stati

… fanno capolino – e spesso si manifestano decisamente, si impongono – quando siamo cresciuti e rendono difficile (a volte anche molto difficile) la vita che stiamo cercando di vivere.

Quindi, le radici di cui parla il Box 1 sono perlopiù quelle che affondano in una famiglia (comunque configurata), simile alle innumerevoli altre che, per il bambino e l'adolescente, costituiscono un'implicita collettività con la quale molte esperienze sono comuni e condivisibili. È tuttavia necessaria una indicazione anagrafica.

1. Quali figli?

Parliamo di "bambini/adolescenti" perché se riteniamo ovvio riconoscere le differenze fra un settenne in seconda elementare e una quindicenne che si innamora per la prima volta, dobbiamo resistere alla tentazione di negare l'esistenza di un *continuum* dell'identità fra l'infanzia e l'adolescenza: mai come in questo caso "il giorno si vede dal mattino", buono o cattivo che sia. L'adolescente che i genitori si ritrovano nei suoi ultimi anni delle medie e primi anni del liceo è stato "costruito" durante la sua infanzia. Si tratta di un'"impresa" alla quale non hanno contribuito solo i genitori, naturalmente: anche gli altri membri della famiglia (dai nonni agli zii) e poi le esperienze scolastiche, oppure la frequentazione del gruppo degli Scout o dell'oratorio (per fare solo due esempi) hanno avuto effetto sul modo di essere, apparire, comportarsi,

sentire emozioni (o negarle), ecc. del figlio negli anni del suo percorso di crescita e nell'esito di quest'ultimo. Ma in questa sovrabbondanza di stimoli i genitori sono – a volte loro malgrado – in primo piano: la loro voce è centrale per il figlio, sia quando viene ascoltata sia quando viene ostinatamente tacitata, o deliberatamente sommersa fra le mille altre voci disponibili. D'altra parte – di nuovo: volenti o nolenti – i genitori sono il filtro attraverso il quale passano le altre esperienze e si stabilisce quell'amalgama di criteri, valori, preferenze razionali e inclinazioni affettive che ogni figlio ritrova dentro di sé come lascito degli anni nei quali ha imparato a diventare adulto e che fa parte delle sue risorse, dotate di un certo automatismo di funzionamento.

Certo, i comportamenti filiali sono diversi a seconda delle fasce di età. Capita che i genitori di figli che hanno tra i 13 e i 16/17 anni descrivano questi ultimi come se fossero improvvisamente posseduti da un demone, che ha trasformato il bambino "dolcissimo" in un ragazzo strafottente, che dice le parolacce, risponde male, non studia e chi più ne ha più ne metta.

Se poi si tratta di una figlia, niente di più lontano dall'adolescente prototipica studiata al liceo: la leopardiana Silvia, "lieta e pensosa". La scontentezza per tutto e tutti è il tono dell'umore più frequente, accompagnato da un volto che esprime noia e fastidio, che solo il frequentissimo ricorso allo smartphone riesce a eliminare.

Parenti e amici forniscono suggerimenti spesso simili: "portare pazienza e aspettare che passi", perché l'adolescenza con le sue turbolenze è considerata alla stregua delle malattie esantematiche infantili (delle quali i genitori hanno buona esperienza), ossia inevitabili e destinate a "fare il loro corso", in un lasso di tempo che la pediatria ha ormai abbastanza affidabilmente determinato.

Peccato che le eventuali difficoltà vissute da un figlio adolescente (e fatte vivere alla famiglia) non svaniscano con il trascorrere dei giorni, così come è accaduto per le macchie rosse della scarlattina o le papule della varicella.

Qualche anno fa, Pietro, un sedicenne, scarrozzava amiche e amici con la macchina della nonna (soprattutto nelle mattine in cui lui e gli altri avrebbero dovuto essere a scuola) e non era stato scoperto a causa di qualche incidente (guidava bene e con prudenza), ma quando la nonna

aveva cominciato a temere le avvisaglie dell'Alzheimer perché non ritrovava mai l'auto dove ricordava di averla parcheggiata. Durante una seduta, mi raccontò di avere udito nonni e zii consolare i genitori affranti per la scoperta di questo suo comportamento mediante il paragone con un altro adolescente, purtroppo malato di un osteosarcoma. L'esortazione era: "Almeno vostro figlio, crescendo, diventerà più saggio; pensate a quell'altro ragazzo, per il quale non c'è speranza".

Peraltro, i figli crescono in fretta, anzi troppo in fretta, e spesso i genitori faticano a tener dietro all'evoluzione di atteggiamenti, interessi, preoccupazioni che sembrano scaturire all'improvviso e mettere padri e madri di fronte a qualcosa di inatteso e immodificabile. In realtà, molto di quello che sta accadendo è stato in genere ampiamente preannunciato dalle vicende degli anni precedenti, che tuttavia i genitori hanno ignorato (spesso inconsapevolmente) o che hanno deciso che dovevano essere prese in considerazione soltanto in un futuro lontano e indistinto.

Maria Teresa mi racconta di aver sempre saputo che i suoi due gemelli sarebbero diventati adulti e si compiace della giovane donna e del giovane uomo che sono ora ma, allo stesso tempo, le sembra di non avere avuto il tempo di prepararsi, di abituarsi all'idea che "Claudia ha l'età per andare a ballare con gli amici e forse addirittura per bere alcolici; e che Giacomo ha una ragazza che non conosco e della quale non ho notizie. E tutti mi dicono che è normale così e io mi sento idiota perché sono così stupita e spaventata e confusa".

Alessandro D'Avenia (2022) scrive che i suoi studenti adolescenti sembrano "alieni" ai loro genitori: "parola latina che ricorda galassie remote ma vuol dire soltanto 'altro da me', non di mio possesso". E cita la lettera di una madre che parla del figlio proprio in questi termini: "Sono la mamma di un Ufo (15 anni, 1.86 cm di altezza) nel pieno della sua 'ufaggine'". D'Avenia segnala che è il senso di colpa paralizzante dei genitori a impedire di mandare ai figli i segnali giusti per stabilire (o, meglio, ristabilire) la comunicazione: "agli alieni mandiamo segnali nello spazio!".

Riprenderemo successivamente il discorso di D'Avenia e indicheremo la soluzione che egli suggerisce per vincere il "panico da Ufo" (sono ancora le parole di quella mamma).

Qui possiamo però ricordare che l'Ufo di 15 anni ha cominciato a diventare così quando era molto meno alto di 1 metro e 86. L'"altro da sé" si costruisce lentamente nella famiglia ed è il prodotto di tanti e sovrapposti momenti di estraneità non affrontati dai genitori: spetta a loro il compito di fronteggiare l'inevitabile "sorpresa" che rappresenta quasi quotidianamente la crescita di un figlio, ossia il suo "divenire" attraverso le modificazioni del corpo e della psiche, a volte così inquietanti o difficili da affrontare che ai genitori (e in genere agli adulti) viene spontaneo l'utilizzo del meccanismo difensivo dell'evitamento o addirittura del diniego: "Sei sempre il mio piccolino!".

Adriano Celentano cantava (*Il tempo se ne va*, 1979):

E intanto il tempo se ne va
E non ti senti più bambina
Si cresce in fretta alla tua età
Non me ne sono accorto prima

Forse è normale non voler fare i conti con la fisiologica rapidità della crescita, ma l'alieno è proprio il prodotto di una discontinuità temporale, come nei migliori film di fantascienza: all'improvviso la macchina del tempo proietta i genitori in un pianeta che non riconoscono e che li spaventa. Solo che, in questo caso, la costruzione del pianeta è avvenuta sotto i loro occhi e spesso con il loro contributo attivo, anche se non sempre consapevole.

Il passaggio dall'infanzia all'adolescenza è spesso la prima versione (la bozza, la prova generale) del passaggio dall'adolescenza alla "giovane età adulta", ossia quel periodo della vita che è stato ignorato per secoli pressoché da tutti (compresi psicologi, psichiatri, educatori e simili) ma che è stato inevitabile riconoscere abbastanza recentemente, non per amore di moltiplicazione delle etichette anagrafiche, ma perché la società di oggi ha fatto sì che la "moratoria psicosociale" rappresentata dall'adolescenza (e denominata in questo modo dagli addetti ai lavori; cfr. Erikson, 1968; Blos, 1979) si prolungasse oltre l'età un tempo prevista e accettata. In altri termini, il figlio che non ha ancora una completa indipendenza economica, non per cattiva volontà ma per le attuali condizioni del mercato del lavoro, eppure cerca un'abitazione indipendente insieme a qualche amico in condizioni simili alla sua, può essere ancora chiamato "adolescente"? In altri termini, stiamo parlando di quel lasso

di tempo in cui la dipendenza materiale dai genitori può anche convivere con una qualche forma più o meno esplicita ed evidente di indipendenza emotiva, di autonomia dei giudizi, di costruzione personale dei progetti e degli scopi. Serve un'altra etichetta e quella di "giovane adulto" è stata coniata per questo, anche se si tratta di una categoria anagrafico/anamnestico/antropologica ancora insufficientemente esplorata nella sua specificità.

Naturalmente, anche i giovani adulti possiedono caratteristiche precipue e ci capiterà di farvi cenno, così come dovremo parlare del rapporto dei genitori con i figli in questa fascia di età: si hanno a volte buone sintonie fra padri e madri di figli che hanno superato i venti anni e non ancora raggiunto i venticinque; altre volte, così come alcuni adolescenti sono stati a lungo trattati come se fossero bambini, anche alcuni giovani adulti possono essere trattati come se fossero adolescenti. Oppure tutto il contrario: bambini ai quali vengono dati compiti da adolescenti e adolescenti invitati a comportarsi da adulti prima del tempo. Insomma, il calendario dei genitori può facilmente divorare i giorni, oppure restare fermo troppo a lungo sulla stessa pagina.

È ovvio che i giovani adulti, quando presentano comportamenti che arrecano preoccupazione e disturbo, li pescano in un serbatoio diverso da quello dal quale hanno attinto negli anni precedenti. Sono ancora in primo piano le difficoltà scolastiche (questa volta, però, relative all'università) o le prime occupazioni lavorative, ma soprattutto la scelta e la frequentazione degli amici e soprattutto dei partner sentimentali, che non sono quasi più la cotta (che intenerisce i genitori) per il compagno/la compagna di classe, bensì la sessualità ormai attiva, con tutti i rischi conseguenti (dalle malattie alle gravidanze), reali o soltanto temuti da padri e madri. Accade che solo in quel momento i genitori si rendano conto che di sesso in famiglia forse si è parlato (o ne hanno parlato gli insegnanti a scuola), ma molto meno di sentimenti, amore, rispetto per il/la partner, ecc.: insomma, tutto l'inventario di ciò che farebbe di un adulto una persona desiderabile per una relazione importante, per mettere su una famiglia che non si sfasci alla prima difficoltà, per avere dei figli e così via.

E poi ci sono i fantasmi che popolano un inventario di incubi tipici, che i genitori si raccontano tra loro o all'eventuale psicologo di turno: la droga (anzi, le droghe, ormai così tante e differenti, che è difficile distinguerle e farsene un'idea: questo aumenta l'impressione di avere a che

fare con una minaccia indistinta e sfuggente, e quindi ancor più temibile); e poi i disturbi alimentari: anzi, l'anoressia (bulimia e *binge eating* sono troppo poco citati in televisione per suscitare angoscia, soprattutto nelle madri); e infine le cattive compagnie, con l'inevitabile seguito di atti vandalici, violenze di gruppo, bullismo.

Abbiamo parlato di fantasmi perché la maggior parte dei giovani adulti non è effettivamente tossicodipendente (anche se ogni tanto fa qualche esperienza di questo tipo con gli amici), né rinuncia al cibo (anche se manifesta alcune preferenze e rifiuti a questo proposito). Quanto alle gang di giovani violenti, si tratta di un fenomeno preoccupante, che deve essere oggetto di attenzione (e l'attenzione della famiglia è fondamentale), ma nelle sue forme tipiche non è tale da dover essere in primo piano nelle ansie dei genitori.

Certo, la madre che mi racconta di avere scoperto nei jeans della figlia diciottenne un coltello a serramanico "e non so come comportarmi: se lo dico a mio marito viene fuori una tragedia"; oppure l'altra madre che trova nello zaino del figlio ventiduenne un numero di bustine di "eroina, cocaina, non so nemmeno che cosa sia", senz'altro eccedente il cosiddetto uso personale e quindi mi chiede: "Ma secondo lei può essere che mio figlio spacci?" sono esempi di un disorientamento che impedisce, ad esempio, di fare innanzitutto al figlio qualche domanda, sulla quale non si possono accettare risposte elusive.

Come abbiamo già detto, è utile ricordare che molti di questi comportamenti sono possibili anche in adolescenza e, anzi, spesso hanno inizio proprio in quegli anni. Tuttavia, i genitori sembrano scoprirli quando i figli sono cresciuti: un'imprevista e dolorosa epifania di bruttture mai intraviste prima.

2. E quali genitori?

Innanzitutto, dobbiamo chiarire che i genitori dei quali parliamo in questo libro sono genitori "sufficientemente buoni" (per riprendere e ampliare il discorso di Winnicott sulle madri: Winnicott, 1987), ossia che vogliono il bene dei figli, anche se possono essere più o meno capaci di comportarsi in modi che non compromettano (o rendano molto

faticoso) il conseguimento di questo condivisibile obiettivo. In altri termini, non prendiamo in considerazione i genitori francamente "cattivi": violenti, trascuranti, abusanti e tutto il peggio che, fortunatamente, compare nelle statistiche perlopiù indicato da numeri a una sola cifra (anche se il sommerso è molto e una maggiore sorveglianza sarebbe doverosa, da parte di tutti coloro che possono esercitarla).

Quindi, non la "mamma cattiva" (Carloni, Nobili, 1975) né i "cattivi genitori" (Cirillo, 2005).

Tuttavia, anche padri e madri animati dalle migliori intenzioni incontrano inevitabilmente un numero non trascurabile di difficoltà che tormentano il loro compito educativo (nel senso più ampio del termine) e il percorso di crescita dei loro figli.

Sgombriamo subito il campo da uno di quegli slogan che la mia paziente Carmen (ne parleremo meglio più avanti) definisce: "Roba da televisione".

Mi riferisco alla frase: "Fare i genitori è il mestiere più difficile del mondo".

Proviamo a fare chiarezza. Esercitare il potere, poco o tanto che sia, può essere un problema, ma mai come subirlo. Il mestiere difficile è quello di figlio, che significa essere soggetti all'autorità di una coppia che tiene in mano le chiavi di una cassaforte all'interno della quale sono conservate le risorse economiche e affettive (le banconote e le carezze) dalle quali dipende, per un numero variabile ma imprecisato di anni, la sopravvivenza materiale e psichica del figlio. Quest'ultimo non sospetta nemmeno l'esistenza di quella cassaforte, all'inizio; imparerà a conoscerla, e soprattutto ne imparerà il funzionamento crescendo e capirà che, anche nella famiglia migliore del mondo, le sue possibilità di regolare il flusso in uscita dei beni che vi sono contenuti sono in genere scarse anche se, con alcuni stratagemmi, la questione può trovare qualche via di sbocco. Stiamo parlando di quelle "tecniche" che mescolano seduzione e minacce e che molti figli imparano presto per colmare la sensazione di impotenza suscitata da divieti e obblighi troppo spesso presentati come un dato di fatto indiscutibile e non come qualcosa su cui ci si può mettere d'accordo.

Antonio (detto Tony) spiegava così, durante un'esperienza universitaria di dinamiche di gruppo, come era andata con i suoi genitori durante gli anni dell'adolescenza: "Fin da quando ero piccolo ho dovuto inven-

tare la qualunque di fronte ai 'No!' dei miei genitori. Altrimenti non sarei praticamente mai uscito di casa e non avrei mai fatto niente. Allora, con promesse e paroline – oppure impuntadomi a dire che non avrei più fatto questo o quell'altro – riuscivo a sfangarla. Una fatica della Madonna, ma portavo a casa il risultato. Beh, mi è servito per imparare a convincere tutti quelli che in seguito mi hanno detto di no: dalle ragazze al padrone del bar in cui lavoravo d'estate, quando gli chiedevo i permessi. Hanno a che fare con un professionista della trattativa diplomatica. Altro che guerra commerciale tra gli USA e la Cina…".

La possiamo anche mettere in altri termini, forse più ruvidi, ma che rendono l'idea. I figli, per un lungo periodo della loro vita, devono giocare con le carte che si trovano in mano: non le hanno scelte loro e questo accade tutte le volte che si fa una partita; ma non hanno scelto loro nemmeno di giocare e, soprattutto, non hanno scelto gli altri giocatori (e il "tavolo verde" può essere molto affollato: padre, madre, ma anche nonni, zii, che dicono tutti la loro; e poi i fratelli, che possono diventare preziosi alleati oppure avversari e persino nemici perché, quando il potere è scarso, accade che i succubi si facciano guerra fra loro: in quelle condizioni, occorre molta salute mentale per costruire alleanze).

In questo quadro di azioni e reazioni, spinte e controspinte, una variabile da non trascurare ha a che fare anche con la maggiore o minore coerenza dei messaggi espliciti e impliciti che le figure adulte, che si occupano dell'allevamento di un bambino prima, e della "gestione" di un adolescente poi, indirizzano a quest'ultimo.

La discordanza tra il dire e il fare è l'incubo di tutti coloro che rivestono ruoli autorevoli e si sono assunti (o ai quali sono state date) responsabilità di comando: sacerdoti, maestri, politici e – appunto – genitori.

Alcuni rispondono a valori che vanno dall'assurdo, all'ipocrita e al ridicolo e agiscono di conseguenza: non è un granché, ma almeno c'è coerenza e aver a che fare con idee e comportamenti che il buon senso, l'amore per la verità, la passione per la spontanea espressione di sé rendono impossibile condividere, finisce per facilitare la scelta di opporsi attivamente o di lasciar perdere.

Mariangela oggi ha cinquant'anni. Durante una seduta, ricorda, lasciando scorrere il filo dei propri pensieri, la sua prima settimana di vacanza marina, a ventisette anni, in un mese di luglio, con il giovane uomo

con il quale si era fidanzata di recente. Fidanzamento ufficiale, ovviamente, perché i suoi genitori avevano preteso così. Mariangela non aveva mai avuto un "ragazzo" a causa della propria timidezza e delle scarse occasioni di frequentazione sociale permesse dalla sua famiglia chiusa su se stessa. La mamma, salutandola prima della partenza, le aveva fatto una sola raccomandazione: "gli altri" (parenti, conoscenti, amici del loro ambiente sociale) non dovevano sapere della inevitabile convivenza dei due giovani durante quella settimana e quindi, a una festa di matrimonio immediatamente successiva alla vacanza e alla quale ambedue erano stati invitati, non si sognassero di presentarsi similmente abbronzati. La versione ufficiale era che Mariangela era stata in campagna a studiare da un'amica e se avessero visto lei e il fidanzato con il medesimo inequivocabile colorito di una settimana di spiaggia, la menzogna sarebbe stata svelata: tutti avrebbero capito che avevano fatto una vacanza insieme e avrebbero avuto anche la certezza di chissà quali altre inaccettabili condivisioni. Mariangela ovviamente aveva obbedito, cercando di restare pallida e costringendo il fidanzato a fare altrettanto: una bella prova d'amore.

In questo caso, il "valore" era rappresentato, ancor più che dalla mantenuta astensione di Mariangela da contiguità pre-matrimoniali, dal giudizio dell'ambiente sociale prossimo, presso il quale l'immagine di Mariangela e della sua famiglia doveva essere salvaguardata a ogni costo.

Altri genitori professano, invece, princìpi che ritengono – e potrebbero apparire – illuminati (o illuministici) e si sforzano di agire alla loro luce. Tuttavia, la rigidità della loro applicazione e l'adesione incondizionata e indiscutibile richiesta ai figli ne deteriorano la potenziale positività.

Anna obbliga i figli, che hanno l'età che sta tra l'infanzia e l'adolescenza, a guardare pressoché ogni documentario naturalistico che trasmette la televisione. I figli di Anna subiscono malvolentieri questa dose di "cultura", ma la mamma ritiene importante che essi coltivino l'amore e il rispetto per la natura e si illude che filmati di elefanti e di savane contribuiscano a ottenere questo scopo. In questo caso, a lamentarsi della situazione con il proprio psicoterapeuta è il marito di Anna, al quale i ragazzi hanno confidato la propria noia, non riuscendo tuttavia a trovare in lui un alleato che li aiuti a contrastare le pretese materne.

In ambedue le situazioni che abbiamo descritto, il vantaggio è che il messaggio è chiaro e quindi passibile di altrettanto chiare reazioni

immediate o successive (eventualmente, quando i figli saranno più grandi): accettazione convinta, consapevole rassegnazione per quieto vivere, aperto rifiuto. In fondo, potendo scegliere, meglio confrontarsi con una persona che dà indicazioni inequivocabili, che con un imprevedibile e ondivago pressapochista. Il Maestro, in *The Karate Kid* (1984), diceva: "Dai la cera, togli la cera" e non: "Metti o togli, vedi un po' tu".

Ecco: la chiarezza. I genitori devono essere riconoscibili, avere una identità (o forse anche due o tre, come capita a tutti, in rapporto agli ambienti e alle situazioni), ma non mille. Il genitore Zelig fa impazzire i figli. Ma lo stesso effetto lo produce un'identità indefettibilmente rigida. Per certi versi stiamo tessendo l'elogio della sfaccettatura, ossia della flessibilità, consapevole delle proprie manchevolezze così come di quelle degli altri, dentro e fuori della famiglia.

Possiamo anche dire che, a proposito di mestieri difficili, genitori e figli sono sulla stessa barca: è difficile fare il padre e la madre, ma è altrettanto difficile fare il figlio o la figlia. Restando nella metafora, bisogna mettersi d'accordo per remare tutti nella stessa direzione, oppure per cambiare direzione a turno, remando un po' per uno, curiosi di vedere dove porterà la nuova rotta che è stata presa. Si tratta comunque di "mestieri possibili" e credo che dovrebbe essere questo lo slogan da diffondere.

Anche perché il richiamo alla categoria della possibilità, nella vita degli esseri umani, implica l'inevitabile riferimento – non importa se esplicito o implicito – a concetti che girano attorno a temi quali la libertà, la potenzialità, il cambiamento, l'apprendimento: insomma, tutto il contrario di quel funzionamento dei pensieri e delle emozioni che può farci sentire condannati all'immobilismo, alla ripetizione eterna degli stessi errori, alla sofferenza perpetua per gli stessi fallimenti.

Questo libro condivide e promuove l'idea che il cambiamento è possibile e che è possibile imparare: non solo a cucinare un piatto giapponese, a ballare il tango o a sciare su una "pista nera", ma anche a costruire relazioni migliori ciascuno nel proprio ruolo e nella propria condizione.

Questo significa portare a compimento pieno la propria identità non attraverso il contrasto e la riduzione dell'altro a me, bensì mettendo insieme le differenze per costruire e condividere un progetto più grande. È la "lingua universale" di cui parla Alessandro D'Avenia e che egli propone come soluzione per parlare con i figli-Ufo. Se anche questi ul-

timi se ne appropriano, può diventare la chiave del rapporto con i loro figli nella generazione successiva: una sorta di catena di Sant'Antonio della speranza e della capacità di volersi bene. Ma anche lo strumento che consenta di sconfiggere la solitudine. Perché questo è anche un libro sulla solitudine, dei figli e dei genitori, simmetrica e a volte distruttiva.

Spesso i figli sono chiusi nella convinzione che la sopravvivenza sia garantita dall'isolamento, dal "silenzio stampa", da una comunicazione diffusa in ogni direzione (amici, partner, a volte altri adulti, purché "estranei") tranne che verso il padre e la madre; questi ultimi, a loro volta, sono annichiliti dall'afasia dei figli e identificati con un senso di colpa che li paralizza e spegne ogni capacità di iniziativa.

In altre parole, si fronteggiano due dolori: quello del figlio che non si sente capito/amato dai genitori e quello dei genitori che non si sentono capiti/amati dal figlio.

Talvolta un aiuto può provenire da una psicoterapia e dagli interventi psicologici in genere ma, fortunatamente, si può cambiare in modo positivo anche senza andare dagli psicologi. Le esperienze che facciamo, le persone che incontriamo, la capacità di interrogarci e di riflettere su noi stessi stimolano le nostre capacità evolutive in modo altrettanto efficace. Certo, a volte tutto questo non basta e ci rendiamo conto di essere in preda a preoccupazioni o di assumere atteggiamenti che sono palesemente disfunzionali e che ci fanno stare male con noi stessi e con gli altri. È importante non ostinarsi a negare la realtà del disagio e la difficoltà a trovare da soli la strada per uscire dall'impasse. In questi casi, può essere utile l'aiuto di uno psicoterapeuta, ma guai a pensare che sia quest'ultimo a dover fare tutto il lavoro: per tornare a Karate Kid, la fatica di mettere e togliere la cera dobbiamo farla noi, genitori o figli che siamo.

2

“Nonostante”: l’importanza di una preposizione

I se sono il marchio dei falliti!
Nella vita si diventa grandi nonostante.
Massimo Gramellini, *Fai bei sogni*, 2012

Carmen ha diciassette anni ed è una di quelle ragazze che si tagliano. Dopo un periodo di anoressia, quando ha ripreso a mangiare quasi normalmente ha anche iniziato a graffiarsi le braccia fino a farle sanguinare, e poi a tagliarsi. Contemporaneamente, sono anche comparse alcune ossessioni, che hanno limitato in modo cospicuo la libertà dei suoi comportamenti: può lavarsi solo in certi giorni, indossare vestiti solo di un certo colore, ecc. Figlia di genitori che si sono separati quando era bambina, Carmen ha sempre vissuto con la madre, con la quale è in corso da sempre una guerra aperta, alla quale ambedue partecipano con uguale impegno.

Un giorno, durante una seduta, Carmen mi dice: “Vede, il problema con mia madre è che non mi vuole bene, ma si sente obbligata a volermi bene”.

Anche la madre mi aveva parlato di questo problema, in uno degli incontri che avevano preceduto l’inizio della terapia della figlia. Si era definita “un po’ anaffettiva” (Internet facilita l’impiego di termini medici o psicologici anche da parte di persone che fanno tutt’altro), ma aveva precisato immediatamente che anche sua madre era stata così, aggiungendo: “Eppure io non ho fatto tutto il casino che fa da sempre Carmen”. Avevo evitato di ricordarle i ripetuti fallimenti sentimentali che lei stessa mi aveva elencato fin da subito, per descrivermi l’ambiente familiare in cui era cresciuta la figlia e non avevo voluto farle notare l’evidente tono depressivo dei nostri incontri. Durante le sedute con Carmen, avrei scoper-

to, attraverso i suoi racconti, che si trattava di un atteggiamento di ritiro rabbioso, che non evitava momenti di collera esplosiva.

Madre e figlia non si tolleravano o, meglio, il *timing* dei momenti di disponibilità reciproca era assolutamente sfasato, tanto che quando la madre provava a inviare messaggi di pace (un regalo, una frase gentile…) la figlia rispondeva ricordando le precedenti occasioni di lite e viceversa.

Un primo momento di svolta si ebbe quando Carmen rinunciò a pretendere che la madre fosse diversa da quello che era e identificò nel suo ambiente abituale (la scuola, le amicizie) alcune persone alle quali rivolgersi per condividere le proprie tristezze ma anche le gioie, per chiedere aiuto ma anche per essere disponibile a raccogliere uno sfogo o a dare un consiglio. Furono importanti, in questa scoperta di un mondo meno conflittuale al di fuori della famiglia, anche due insegnanti, che rappresentarono, per un certo periodo, due adulti autorevoli e disposti ad ascoltare le ragioni di Carmen, prima di spazientirsi, come faceva la mamma. A volte si trattava di ragioni assai discutibili ed effettivamente furono discusse, senza che questo, tuttavia, portasse alla lite. Col tempo, queste insegnanti e anche alcune amiche che aiutavano Carmen a ridurre i suoi rituali ossessivi finirono per costituire una risorsa che poteva essere utilizzata in alternativa alla mamma, per il momento ancora oggetto di troppa rabbia (ed ella stessa troppo arrabbiata) e anche al papà, bonario ma da sempre distante e soprattutto fornitore di dosi industriali di buon senso spicciolo e di minimizzazioni: in una parola, abbastanza inutilizzabile.

Molti figli che non trovano nella famiglia un ambiente equilibrato e sereno (per quanto è possibile, date le inevitabili difficoltà che costellano la vita di tutti) faticano a individuare nei genitori le capacità che sono indispensabili perché il percorso di crescita non sia simile a un percorso di guerra. Anzi, i genitori scavano metaforiche trincee, dispiegano cavalli di frisia che i figli devono ingegnarsi a superare per andare avanti e, spesso, per rivendicare il perseguimento di progetti ragionevoli e non velleitari: volersi diplomare in violino al Conservatorio (“finirai per suonare per le strade”), laurearsi in lettere classiche (“ma come fai a voler studiare il greco antico, oggi?”), smetterla di celare la propria omosessualità (“fai quello che vuoi, ma non mi portare in casa le tue amiche lesbiche”). Mi spiace sottolineare che si tratta di esempi reali, tratti dalla esperienza clinica mia e di alcuni colleghi.

Gli studi degli psicologi sono affollati di pazienti simili a Carmen: piccole guerrigliere che combattono una lotta che a volte ritengono

persa in partenza e senza alcuna speranza di recupero. Due volte questi pensieri, profondamente presenti dentro di lei, hanno indotto Carmen a pensare che uccidersi fosse l'unica soluzione ed è stata salvata dall'ambivalenza tra resistere e cedere, che la giovinezza a volte alimenta fisiologicamente.

Il lavoro terapeutico con Carmen è stato improntato alla ricerca assidua di ciò che di buono poteva essere reperito in una situazione che all'inizio sembrava immobilizzata da due condizioni di disagio differenti ma allo stesso tempo uguali: quella di Carmen e quella della mamma. Sono le due solitudini di cui abbiamo parlato nel Capitolo 1 e che Carmen ha potuto riconoscere come un elemento comune con il quale fare i conti per mettere in primo piano lo sforzo di andare d'accordo e di tollerare alcune frasi deliberatamente "cattive" che la mamma le diceva per ferirla, prendendo però in considerazione anche le proprie espressioni svalutanti e pungenti rivolte a lei.

È il tema della riconciliazione, sul quale torneremo nel Capitolo 5, anticipando qui che si tratta di una riconciliazione da costruire ripetutamente da ambedue le parti, finché diventi una sorta di *routine* in un rapporto difficile ma ormai non più distruttivo né pericoloso.

Tuttavia, per riconciliarsi bisogna non smettere mai di interrogare gli uni la presenza degli altri, anche quando – o soprattutto quando – è una presenza che si nega, oppure è scomoda, irritante, deludente o contraddittoria.

Fabrizio, un mio paziente diciannovenne, inizia così una seduta: "Con i miei genitori ho sempre l'impressione di nuotare controcorrente, come un salmone… Ad esempio, mio padre ha letto recentemente su un mio quaderno una poesia, pensando che l'avessi scritta io e mi ha detto: 'Ma tu ti credi un poeta? Questa cosa che hai scritto è assolutamente imbarazzante!' Peccato che si trattasse di una poesia di Aldo Nove, che avevo semplicemente copiato per regalarla – scritta con la mia calligrafia – alla mia ragazza. Ma non gliel'ho nemmeno detto. Ho deciso di lasciarlo nella sua ignoranza".

Nel corso di un paio di sedute successive, nelle quali questo episodio ha assunto il ruolo di un evento tipico, non sono riuscito a motivare Fabrizio a spiegare al padre l'equivoco. Più che la rabbia, vi era in lui la necessità, nemmeno totalmente consapevole, di coltivare l'indifferenza verso questo padre svalutante. Era il suo modo di difendersi da un seguito di critiche che possono annichilire un figlio, oppure costringerlo a tacita-