

Tra brevità e creatività

Una nuova possibilità di incontrarsi

Elisabetta Romanò*

Abstract

Tema centrale di questo articolo è il percorso congiunto di mamma e bambina, supportato dal pensiero creativo dell'équipe. Attraverso l'esempio di un breve percorso, l'autore sottolinea l'importanza di coniugare il tempo consultoriale a disposizione con i tempi lenti del cambiamento psichico, apportando modifiche nella tecnica terapeutica. Con l'aiuto e i suggerimenti dell'équipe, il terapeuta mette in gioco la propria competenza utilizzando elementi di creatività, che diverranno veicolo di piccoli movimenti interni alla coppia mamma e bambina. Attraverso questo gioco di matrioske, per cui l'équipe contiene la terapeuta che a sua volta diventa contenitore per il nucleo, vengono infatti riattivate risorse sopite, permettendo una relazione più vitale nella quale la mamma possa riuscire ad incontrare la propria bambina da una nuova prospettiva affettiva. Come evidenziato nell'articolo, il breve percorso non sarà risolutivo delle problematiche di crescita della bambina e della mamma, ma potrebbe diventare stimolo per una ulteriore richiesta terapeutica.

The central theme of this article is a "mom and child" clinical intervention with the support of team creative thought. Through some examples of the therapeutic work with a mother and her daughter, the author emphasizes the importance of combining the short intervention time, available in the consultorial structure, with the slow times of psychic change, which requires some changes in therapeutic technique. With the help and suggestions of the team, the therapist uses creative elements, which will become a vehicle of small internal movements for this couple. Like the matrioske dolls, the team contains the therapist, who in turn becomes a container for the diad; this holding environment reactivates hidden resources, allowing a more vital relationship in which the mother can meet her child in a new more empathetic perspective. As highlighted in the article, the short intervention will not be a total resolution to the growth issues of the child and her mother, but it can become a trigger for further therapeutic demand.

* Psicologa psicoterapeuta. Fondazione Don Silvano Caccia Onlus - UOL Consultorio Familiare Decanale.

Questo articolo è una riflessione sulla preziosità del lavoro d'équipe per il singolo operatore del Consultorio: anche lo psicologo con consolidate formazione ed esperienza sperimenta un arricchimento nel confronto con gli altri colleghi.

Ciò porta diversi vantaggi, nel momento in cui esiste sufficiente fiducia e stima tra tutti i componenti della équipe: intanto, si realizza a livello corale quella che è chiamata la funzione riflessiva, un aspetto che abbiamo imparato ad esplicitare nelle prime comunicazioni con i nuovi utenti, perché abbiamo verificato che nominare l'équipe, che rifletterà sui problemi portati nel primo colloquio, rassicura l'utente ma anche l'operatore stesso. Proprio l'operatore, quando sperimenta un senso di appartenenza, utilizza con sempre maggior fiducia lo spazio dell'équipe per adottare un atteggiamento più disponibile nell'esplorare ipotesi di diagnosi e di trattamento, a vantaggio dell'utente.

Nella situazione qui presentata dalla collega, si verifica appunto questo: l'équipe si dà un tempo per pensare, senza ansia, alle possibili modalità di intervento, considerando sia il portato dell'utente, sia il controtransfert dell'operatore che lo ha in carico, offrendo contemporaneamente un sostegno alla sua identità professionale che lo rafforza e lo separa da eventuali agiti.

Ci si rende conto, in questi momenti, che l'équipe può costituire un contenitore "buono", generatore di *insight*, ovvero di consapevolezza che si portano nei colloqui individuali come una ricchezza spendibile. Sono momenti in cui si è soddisfatti del proprio lavoro!

Tra brevità e creatività

Lavorare presso un consultorio familiare pone il problema del tempo, talvolta troppo breve per quelli che sono i tempi della psiche e del cambiamento profondo. È un tempo però sufficiente per piccole trasformazioni, per avviarsi su deviazioni impreviste, per stupirsi davanti ad una quotidianità non sempre compresa, per incuriosirsi su quanto potrà accadere nelle pagine successive della vita. Ciò che può essere offerto, inoltre, può essere arricchito dalla creatività messa in moto dal confronto nell'équipe. In quest'ultimo caso anche il terapeuta mette in moto piccole modifiche del suo modo di giocare la propria professionalità.

I percorsi consultoriali con adulti, bambini e adolescenti prevedono pacchetti di sedute di supporto psicologico o di interventi terapeutici

che si possono focalizzare su problematiche specifiche e su una struttura dell'Io abbastanza solida, con buone risorse. Il terapeuta è chiamato a sviluppare una competenza supplementare, cioè la capacità di fiutare aree psicotiche della personalità, da non aprire, per evitare terremoti psicologici nelle persone accolte che non si potranno poi affrontare. Intuire l'esistenza di queste aree, però, potrebbe essere un elemento affinché le persone possano essere incuriosite a scoprire parti di loro in stanze esterne al consultorio, per quanto difficili da trovare se non si ha la possibilità di accedere al privato.

Incontrare i bambini rappresenta, inoltre, uno degli ambiti nei quali lo stupore, il cambiamento e la creatività possono avere spazio e tempo. È anche uno degli ambiti dove la sofferenza è maggiore e dove si devono fare i conti con quei confini che impediscono una presa in carico completa. Talvolta, però, i bambini mostrano competenze e capacità di trasformazione che stupiscono gli adulti per la loro immediatezza e imprevedibilità. Ci sono inoltre situazioni nelle quali è necessaria una lenta e graduale presa in carico. L'attesa diventa essa stessa terapeutica aprendo la possibilità di creare un'alleanza.

È questo il caso di Sofia, una bimba di otto anni, e di Marta, la sua mamma. Di questo caso dai nomi fittizi non racconterò i dati anamnestici, sono solo accennati, perché non rappresentano il focus di questo articolo. L'obiettivo di questo breve intervento è creare, nel presente, uno spazio nuovo tra gioco e scoperta, tra sé e non sé, tra dentro e fuori. Questo spazio sarà luogo successivo di crescita e di possibile cura della storia di vita.

In équipe mi viene affidata Sofia per la consultazione. La mamma è già in carico con un'altra terapeuta. Nel primo incontro, rimango colpita da questa piccola bambina che mi era stata descritta come distratta, timida, incapace di costruire una relazione e immatura rispetto alle sue coetanee. Sofia è semplice nell'abbigliamento, ma ha un tocco di femminilità acerba e bambina che fa sorridere. Si presenta con un fiocco fra i capelli, la coda alta, la maglia rosa, il sorriso un po' sdentato. Non è facile trovare i suoi racconti tra le poche parole espresse. Alcuni elementi della sua storia si colgono attraverso i disegni. Nel primo rappresenta la sua famiglia: Sofia però si dimentica di disegnarsi. Quando chiedo come mai non ci sia, in quale impresa fosse occupata, Sofia sorride, poi fa una piccola bambina separata da tutti, rimasta un po' indietro perché si era distratta. Il secondo disegno, fatto nella seduta successiva, rappresenta sé ma non è disegnata in una casa, bensì nella stanza dove ci stiamo incontrando, quasi avendo

già colto un filo che tiene unito il nostro trovarci. Riporta i particolari, i colori delle pareti, disegna la sua psicoterapeuta che casualmente ha la maglia dello stesso colore di quello della bimba. Sembra esserci un trovarsi e un riconoscersi. Nella bambina emerge una profonda insicurezza e un doloroso coartare le emozioni. Sembra intimorita nel suo essere figlia e, quindi, nel trovare un posto nel mondo scolastico e sociale: non porta infatti esperienze amicali tra pari. La relazione con il fratello è conflittuale, come può essere quella fra due bambini che hanno solo un anno di differenza e condividono quasi tutto. Alla fine dei tre colloqui di consultazione incontro i genitori, entrambi anche se sono separati. Nella restituzione porto le riflessioni emerse in équipe sulla necessità di proporre una psicoterapia per aiutare Sofia ad uscire dal suo guscio difensivo, sottolineando la capacità di questa bambina di tenere a mente i legami e di coltivarli, nonostante le sue poche parole.

I genitori assumono due atteggiamenti diversi che riprendono in parte le reazioni degli adulti davanti alla sofferenza psichica dei loro figli. Il padre sembra negare che la propria bambina abbia difficoltà nel relazionarsi e nel mostrarsi capace di apprendimento. Afferma che ci vuole più tempo per ambientarsi, ma non problematizza. La madre sembra cercare conferma della sua somiglianza con la figlia e quindi del suo essere inadeguata. Nel percorso individuale di Marta, condiviso in équipe affinché si instauri un lavoro di rete e di sostegno delle relazioni interne sia al gruppo di lavoro, sia al gruppo famiglia, si era già evidenziata una problematica di insicurezza, di relazione con la madre estremamente svalutante e di identificazione con la figlia. Quando viene loro proposto un possibile percorso terapeutico per la bambina, limitato ai dieci incontri previsti nei consultori, entrambi prendono tempo, tentennano per motivi diversi. Il padre sembra essere alla ricerca della normalizzazione, la madre forse ha paura della vicinanza, ma anche di perdere affettivamente sua figlia, lasciando che Sofia possa creare una relazione intima con un'altra persona, ma soprattutto un'altra donna, prima che con lei.

È estate, spazio di sospensione, c'è il tempo per lasciare decantare i messaggi ricevuti e per decidere cosa fare, quale rischio correre.

L'autunno passa senza che ci siano contatti. Sofia abita i miei pensieri insieme alla sua mamma. Nel frattempo si avvicendano altri bambini con altre storie. A novembre, però, Marta si mette in contatto con la sua terapeuta individuale, portando con sé la sofferenza per la figlia che sente sempre più inadeguata alla vita. Del colloquio fatto a luglio, sembra essere

rimasta la richiesta di andare a cercare, nei comportamenti di Sofia, qualcosa che sappia veramente fare. Sento che le mie parole sono state usate per operare una continua valutazione della figlia. La mamma chiede un appuntamento urgente con me, affinché si possa “certificare” quanto la figlia sia inadatta alla vita. Il colloquio è abbastanza drammatico: Marta porta le difficoltà di Sofia che non ha amicizie, sembra non comprendere le parole, anche le più semplici, o non riconoscerle dopo averle usate. La signora ha in mano un foglietto con tutte le incomprensioni della figlia. Provo disagio nel pensare a una bambina sotto esame ogni volta. Sento che non c'è spazio per una bimba viva e da scoprire, ma solo per una bambina che non risponde alle aspettative materne, che è troppo imperfetta. Sento anche una richiesta tacita di aiuto per accettare sé e le proprie difficoltà, una richiesta di sollievo.

L'essere continuamente sotto esame è il vissuto che controtransferalmente provo anche io, come se ogni mia parola venisse vagliata in una continua messa alla prova, in una ricerca minuziosa dell'errore. Sento che sono inadeguata nell'occuparmi di questa bimba, così come si sente inadeguata la mamma nel curare sua figlia.

Nell'ascoltare tutto ciò che Sofia non sa fare, si fa strada in me una metafora che è anche la risposta al desiderio di offrire un'altra narrazione che possa descrivere la figlia: è come se Sofia avesse un sacchettino pieno di oggetti, ma è così convinta che non siano di valore da tenerli nascosti. Non importa quanti siano e quale valore abbiano, gli oggetti degli altri sono sempre più interessanti e desiderabili. È un'immagine che apre un varco nello spazio mentale della mamma. Lo intuisco nell'espressione commossa di Marta.

Cogliendo questo spiraglio di luce, sento che è importante usare gli incontri previsti per il supporto psicologico introducendo qualcosa di nuovo, qualcosa che curi la relazione e la possibilità di guardarsi affettivamente senza valutazione. Preziosi in questa fase diventano l'équipe e la terapeuta che segue la mamma. C'è una forte identificazione del gruppo con la bambina: si sottolinea la difficoltà della mamma di empatizzare con la figlia, trasmettendole un'immagine di sé estremamente fragile.

Come fare per aiutare entrambe ad incontrarsi? Ad uscire dalla valutazione per riconquistare una libertà nella scoperta vicendevole?

Durante l'équipe, vengono lanciate due idee nuove per me: lavorare con mamma e figlia e trovare spazi creativi dove non possa esserci valutazione

perché le persone presenti nella stanza, cioè la terapeuta, Marta e Sofia, non sanno cosa accadrà e non hanno doti artistiche da mostrare. La proposta suscita curiosità e desiderio in me. Lancio un'ultima resistenza: io non ho competenze artistiche o di arteterapia. Il gruppo sottolinea come proprio questa sia la chiave di volta, il mio non sentirmi all'altezza: comincio a crederci e a incuriosirmi.

Faccio il conto con il numero degli incontri possibili: sono solo cinque. Dovrò quindi mettere insieme creatività e confini. Prima di iniziare fisso un appuntamento alla mamma nel quale spiego cosa andremo a fare. Marta appare stupita, ma anche contenta dell'opportunità che viene data a lei e a Sofia per ritrovarsi. L'inizio è previsto per dopo Natale. Temo ci si possa dimenticare, ma ho fiducia nella luce commossa che ho visto nello sguardo di Marta.

Al primo incontro sono emozionata. Devo fare i conti con i miei limiti e le mie incapacità, potrò però spostare un po' più in là lo sguardo, oltre le parole. Con la mamma abbiamo deciso che ogni volta useremo dei materiali diversi (dita color, matite e pennarelli colorati, pongo, puzzle) e che non si cercheranno spunti esterni. Tutte e tre porteremo quello che siamo e diventiamo stando insieme.

La consegna iniziale data a mamma e bambina è di creare qualcosa che possa unire i loro mondi, creando strade e percorsi nuovi. Sofia è stupita, ma contenta di vedere i colori a dita e il grande foglio bianco sul quale poter lasciare la propria impronta.

L'inizio è però molto complesso. Mamma e bambina, infatti, si prendono un angolo del grande foglio, rimanendo separate. Piano piano la mamma osa, incontra il disegno della bambina: un raggio di sole birichino crea un primo legame. Il disegno con i dita color si mescola alle parole, poche, dette quasi per caso, per significare quanto accade tra di loro con me.

Gli incontri successivi sono più sciolti. Mi accorgo che Sofia porta in sé quanto accade nell'incontro precedente. Ad ogni fine esce contenta e impaziente del nuovo appuntamento.

Nel frattempo, Marta non mi porta più le cose che la sua bambina non sa fare, comprende l'importanza di valorizzarla e lasciarle i suoi spazi anche se sono diversi da quelli delle altre bambine. Mi parla di amichette invitate, di una ricerca costante di vicinanza ma meno urgente e carica di mancanza. Sofia esprime la sua rabbia perché nei litigi la mamma prende sempre le difese del fratello, che la provoca ma poi riesce a rimanere fuori. Si ascoltano e io sono contenitore di quanto sta accadendo.

Fra il terzo e il quarto incontro vengo contattata da Marta. Sembra un'urgenza che mi trasmette preoccupazione. In realtà la mamma vuole ringraziarmi perché Sofia sta finalmente imparando ad avere con lei un legame più sereno. Dopo l'ultimo incontro in consultorio, Sofia le ha detto che era molto felice di quanto era accaduto tra loro due, che era stata una bellissima settimana, che però avremmo dovuto parlare di meno...

Alla fine degli appuntamenti si respira una nuova aria fra Marta e Sofia, è un'aria di complicità, di gioia della scoperta che però... ha scatenato le gelosie del fratellino: anche lui ora vorrebbe venire!

Nei pochi incontri a disposizione, Sofia ha imparato a guardare nel suo sacchettino, a trovare i suoi oggetti, a valorizzarli. Marta ha guardato la sua bambina e l'ha vista nel suo essere persona separata, nei suoi bisogni e nei suoi limiti. È come se si fosse di nuovo innamorata di lei, senza idealizzazioni, ma trovandola per quello che è.

A questo punto, entrambe sarebbero pronte per un percorso terapeutico più canonico perché forse su Sofia agirà meno la ferita antica di Marta e della sua storia di figlia. Sofia potrà beneficiare di uno spazio di crescita e di scoperta di sé.

Si tratta di una porta aperta... e di una possibile nuova storia.