

La differenziazione del Sé in una prospettiva transculturale:
ricucire il taglio dalla famiglia con l'appartenenza.

Self's differentiation in a transcultural perspective: mending the
cut off from the family with belonging.

Antonietta Longobardi*

*Psicologa, psicoterapeuta

Parole chiave

Taglio emotivo, triangolazione, differenziazione del sé, mandati familiari, cultura.

Keywords

Cut off, triangulation, self's differentiation, family mandates, culture

Riassunto

L'articolo descrive un processo clinico individuale condotto online. Dalla domanda iniziale della paziente, incentrata fortemente sul quadro sintomatologico, prende avvio la narrazione di una storia familiare contrassegnata dalla separazione violenta dei genitori di origine marocchina, e dal conseguente abbandono da parte della madre. Un conflitto coniugale, acceso e distruttivo, che si snoda su un fallimento del percorso migratorio della famiglia dal paese di origine, dalla quale la paziente prende le distanze fisiche con un conseguente taglio emotivo. Il lavoro nel percorso terapeutico ha l'obiettivo di detriangolare la posizione della paziente all'interno della sua famiglia, per arrivare ad un'autentica differenziazione del sé, che le consenta, nel presente, di sperimentare ruoli differenti rispetto a quelli imposti dal suo mandato familiare.

Abstract

The article describes an individual clinical process conducted online. From the patient's initial question, strongly focused on the symptoms, the narration of a family history begins, marked by the violent separation of the parents of Moroccan origin, and the consequent abandonment of the mother. A marital conflict, heated and destructive, which unfolds on a failure of the family's migration path from the country of origin, from which the patient distances herself physically with a consequent cut off. The work in the therapeutic path has the objective of detriangulating the patient's position within her family to arrive at a more authentic self's differentiation, which allows her in the present to experience different roles than those imposed by her family mandate.

Introduzione

Il caso clinico presentato si riferisce ad un percorso di psicoterapia individuale online ancora in corso con una ragazza di 25 anni, Bianca. Finora sono stati effettuati 11 incontri con cadenza settimanale.

La paziente chiede aiuto perché negli ultimi mesi sta sperimentando vissuti di forte difficoltà rispetto a problematiche che attraversano la sua vita.

Nel primo colloquio Bianca riferisce un elenco preciso e dettagliato di sintomi: disturbi alimentari (bulimia), tentativi di autolesionismo (tagli sugli arti) dipendenza da sostanza (marijuana), comportamenti ossessivi.

Dall'anamnesi, accanto al quadro sintomatologico che la paziente riferisce, si rintraccia una storia familiare contrassegnata dalla separazione violenta dei genitori, di origine marocchina trapiantati in Italia dopo il matrimonio, e dal conseguente abbandono della madre che, dopo la separazione, l'ha letteralmente consegnata alla nonna paterna in Marocco. Dall'età di 14 anni Bianca ha dovuto cavarsela da sola, barcamenandosi in un conflitto acceso e violento che i genitori ancora alimentano, soprattutto a sue spese. Un gioco di triangolazione familiare (Bowen, 1979) dalla quale ha preso le distanze fisiche con un cut off (Bowen, 1979).

Attualmente vive in Irlanda, lavora e frequenta una scuola di Fashion Design e convive con la compagna Melissa di anni 21. La paziente riferisce di essere riuscita, lì in Irlanda, a costruirsi un ambiente più equilibrato e sereno rispetto alle vicissitudini del passato ma riconosce che i ricordi che ha circa gli eventi della sua famiglia sono offuscati, e la confusione emotiva che sperimenta pervade la sua vita, influenzando le sue scelte professionali e le sue attuali relazioni significative.

Il bisogno di appartenere ad un contesto diverso da quello a cui appartengono i genitori e nello stesso tempo di mantenere intatta una lealtà familiare (Boszormenyi-Nagy, Spark, 1988) fa parte delle dinamiche di appartenenza-separazione presenti nel processo di differenziazione (Bowen, 1979) di Bianca, un processo labile e ancora in corso nel seguente percorso di psicoterapia.

Descrizione del caso

Bianca è la primogenita di tre figli, a lei fanno seguito la sorella di anni 19 e il fratello di anni 15. I genitori, entrambi di provenienza marocchina sono cresciuti nello stesso villaggio rurale, si sono sposati in Marocco e, a distanza di un anno dalla sua nascita, hanno concretizzato il loro sogno di spostarsi in Italia e affacciarsi ad una vita migliore rispetto a quella che il Marocco gli prospettava.

Bianca racconta che, come spesso si rintraccia nelle storie familiari marocchine, i genitori sono cugini di 2° grado, ovvero suo nonno materno e paterno sono fratelli. I primissimi ricordi che ha della sua infanzia sono belli, ricorda un clima sereno e un rapporto disteso con entrambi i genitori. La sua famiglia, anche se di cultura islamica, si era ben integrata. Il padre portava avanti la sua società e la madre aveva cominciato a lavorare come mediatrice culturale in diversi contesti che si battevano per i diritti delle donne. L'educazione che i genitori le hanno impartito in quegli anni la spronavano ad una cultura liberale, meno rigida di quella che la tradizione islamica imponeva e più aperta ad una visione occidentale.



Con il passare degli anni l'equilibrio si è rotto, il clima familiare sereno è stato spiazzato da forti liti, anche violente che hanno portato alla separazione dei genitori. Accanto alla complicata fase del ciclo di vita familiare, si aggiungono le tensioni relative al processo di emigrazione, un evento stressante che ha un peso rilevante nel determinare conflitti familiari (Sluzki, 1980). Quegli anni sono stati per Bianca devastanti, catapultata negli accesi conflitti dei genitori, ha conosciuto una realtà familiare differente, contrassegnata da comportamenti violenti del padre e forte instabilità mentale della madre (depressione, attacchi di panico, comportamenti ossessivi).

Ancora oggi Bianca si chiede quale delle due versioni familiari corrisponda al vero e se abbia vissuto e stia vivendo tutt'ora in una grande menzogna.

Man mano che le liti aumentavano le tesi che i genitori portavano avanti diventano sempre più divergenti e lei, come una trottola, si trovava a fare da portavoce tra i suoi genitori e le rispettive famiglie d'origine. Il divorzio era l'argomento principale che masticavano tra le mura domestiche, fino a che, il giorno prima del 14° compleanno di Bianca, il padre è andato via da casa ed è tornato in Marocco. Da allora la sua famiglia non è stata mai più unita.

Solo più avanti nel percorso di terapia, dopo una telefonata con la madre, quasi come se lo stesse scoprendo per la prima volta, Bianca confesserà che il padre è stato costretto ad andare via dall'Italia perché denunciato e accusato di violenze dalla madre. Rispetto ai giorni che fanno seguito all'allontanamento, Bianca riferisce un atteggiamento ostile e oppositivo della madre a qualsiasi sua affermazione. La madre ha proiettato su Bianca tutto l'odio che desiderava riversare sul marito, annullando completamente la sua persona e abdicando a qualsiasi spinta materna al punto che, a distanza di qualche mese, l'ha consegnata "come un pacco" alla nonna paterna in Marocco, sottraendola ai fratelli e a tutta la sua vita italiana.

Bianca, scaraventata in una realtà a cui sentiva di non appartenere, ha vissuto due anni in Marocco come un automa, sottoposta a qualsiasi violenza verbale e fisica dal padre, che la chiamava con il nome della madre aggiungendo infiniti appellativi dispregiativi.

Bianca da allora è diventata l'arma che ciascun coniuge usa contro l'altro, lei il frutto del loro amore è diventata il ricettacolo di tutto l'odio latente per la vita promessa e non realizzata. La figlia rappresenta esattamente quello che i genitori avrebbero voluto diventare e che non sono riusciti a essere, l'incarnazione di tutti i desideri liberali e il fallimento di qualsiasi integrazione in Italia.

L'arrivo di un figlio rompe "l'idillio" di questa coppia e alle fantasie di unione reciproca subentra la disillusione di un rinnovato abbandono e sentimento di perdita, tutto quello che rappresentava il fascino e la ricchezza della diversità si trasforma in ostacolo e difficoltà. Le differenze culturali diventano motivi di reciproca incomprensione e oggetto di aggressione. Riemergono prepotentemente stereotipi culturali e pregiudizi reciproci il cui superamento (o negazione) ha rappresentato fino a quel momento il cemento dell'unione ed ora sono le armi del conflitto. (Andolfi, Cavalieri, 2010).

I genitori di Bianca sono diventati per lei, due sconosciuti, due persone estranee e irriconoscibili. La cura, il sostegno e la spinta all'autonomia, alla quale era sempre stata proiettata, improvvisamente è stata soppiantata dalla rigidità,

dall'aggressività e da una mancanza assoluta di libertà. Dopo due anni, grazie all'aiuto del nonno materno è tornata in Italia, ha vissuto con la madre e i fratelli fino al conseguimento della maturità, dopodiché, racimolato qualche risparmio, si è spostata in Irlanda per gli studi classici universitari insieme al fidanzato dell'epoca. Gli anni di convivenza con la madre si sono rivelati catastrofici, una continua lotta in Bianca tra quello che sentiva di dover essere e quello che era realmente. Ha vissuto quegli anni in una contraddizione paradossale: in casa una persona, fuori casa tutt'altra. Questa linea di demarcazione tutt'oggi sembra molto evidente in lei, una lotta continua tra apparenza ed esistenza.

Oggi Bianca è tutto quello che non poteva essere agli occhi della sua famiglia, in particolar modo della madre: non segue l'Islam, è lesbica, è tatuata, ha piercing sul corpo e per giunta non ha sposato l'uomo promesso. Da un lato è l'incarnazione di tutto quello che le donne della sua famiglia vorrebbero essere, dall'altro di tutto quello che non possono essere. Porta in sé un mandato catastrofico, una profezia che si autoadempie, rispetto a quante auspicano un futuro migliore di quello che la tradizione islamica impone e che invece si trovano a vivere intrappolate nella prigione della loro stessa via di fuga.

Abbiamo a lungo lavorato in terapia su questa duplicità che attraversa la sua vita e su quanto sia pesante per Bianca reggere il mandato di figlia intellettualmente occidentalizzata in una realtà familiare islamica.

I genitori l'hanno sempre chiamata "frutto del vento", un trofeo da esibire alle rispettive famiglie d'origine, simbolo della realtà differente che erano stati capaci di costruire in Italia ma al contempo l'espressione del loro allontanamento dalle radici islamiche che, con il tempo, li aveva condotti alla rottura.

In una prospettiva trigerazionale nella storia di Bianca non va dimenticato il ruolo della famiglia d'origine, anche nella sua assenza, per la scelta migratoria; a volte può trattarsi di un vero e proprio "mandato familiare" come lo definisce la Scabini (1993) con grandi aspettative e investimenti su coloro che lasciano la loro terra. Il peso del mandato può diventare insostenibile e i percorsi migratori accompagnati da tagli emotivi, debiti di lealtà e sensi di colpa, che emergono a volte chiari a volte sotto forma di negazione del passato o delle origini (Andolfi, Cavalieri, 2010). Un mandato che Bianca sembra incarnare nella sua vita e sulla quale sta lavorando in questo spazio terapeutico affinché possa sperimentare al posto dell'opposizione, "*sono esattamente il contrario di quello che loro mi hanno chiesto*", una seppure labile occasione di individuazione. Da sempre le sue scelte scolastiche hanno seguito la strada tracciata dalla madre, diplomata al classico avrebbe dovuto proseguire gli studi in lettere antiche e così è stato. Ma oggi sente di potersi concedere la possibilità di imboccare una direzione diversa, abbracciando l'arte e la moda che rappresentano le sue passioni e gli strumenti attraverso i quali liberamente trova espressione.

Abbiamo a lungo lavorato affinché Bianca nel *hic et nunc* riconoscesse e mantenesse la priorità su questi punti piuttosto che farsi inondare dal dovere di essere altro e procrastinare qualsiasi obiettivo prefissato.

Il setting online, all'interno di questo lavoro, rappresenta una cornice spazio-temporale, un terreno neutrale e senza storia propria entro cui costruire una narrazione diversa che nasce dall'incontro terapeutico. Il restringimento del campo d'azione allo schermo offre la possibilità di intendere il setting uno spaccato di vita

e relazionale: un piccolo mondo nel quale si vivificano elementi del grande mondo nel quale l'individuo vive (Vallario 2020). Dunque, se da un lato il terapeuta può sentire una minore possibilità di allargare le potenzialità tematiche, d'altra parte può direzionare i contenuti del colloquio verso aree implicitamente suggerite. Il paziente, dal canto suo, ha l'occasione di portare realmente il terapeuta nel suo quotidiano, dentro il suo mondo, tra le mura della propria casa, scorgendo accanto al racconto del passato i vissuti che lo attraversano nell'attualità. Difatti alla storia familiare di Bianca fa seguito il racconto di un presente completamente assorbito dalla relazione con la compagna Melissa.

La loro relazione, per quanto presentata in prima battuta dalla paziente come una risorsa, rappresenta un ulteriore spazio di stress per lei. Conosciute e conviventi da un anno e mezzo, si sono perfettamente incastrate nelle loro difficoltà, Bianca bulimica e Melissa anoressica, sono l'una per l'altra la cura e la malattia. Bianca riferisce di essere bulimica dall'età di nove anni, le grandi abbuffate e il vomito hanno accompagnato la sua vita in tutti i luoghi e in tutti gli spostamenti. E' arrivata al punto che lo sforzo per i conati le ha causato problemi alla schiena, denti corrosi e calli sulle mani. Il vomito è sempre stata la via attraverso la quale buttava fuori da sé tutte le emozioni, senza darsi la possibilità di attraversarle. Da quando ha intrapreso la relazione con Melissa, ha smesso di procurarsi il vomito anche se di tanto in tanto la tentazione è forte. La loro relazione finora è stata unica, nonostante Bianca si professi poligama e predisposta a relazioni aperte, ha accettato l'esclusività che Melissa ha sempre richiesto nel rapporto. Negli ultimi incontri però qualcosa sembra essere cambiato, proprio nel tempo d'estate che le ha viste lontane, Melissa riferisce di aver conosciuto un'altra persona a lavoro e di essere particolarmente interessata e incuriosita al punto da voler aprire la loro relazione ad altre frequentazioni.

Questa richiesta ha messo Bianca profondamente in crisi, l'ha divisa letteralmente. Da un lato la sua razionalità la spinge ad accettare la richiesta di Melissa in quanto Bianca si è sempre professata aperta rispetto a questa possibilità (riferisce di essere felice del fatto che Melissa si senta libera di parlarle di ciò prova anche con altre e di sperimentare nuove conoscenze), dall'altro lato la possibilità che possa essere messa in secondo piano, che possa essere esclusa, attiva in lei vissuti abbandonici che la destabilizzano.

Conclusioni e commenti

In questa famiglia il sottosistema genitoriale è completamente venuto a mancare e Bianca, la più grande tra i fratelli, è stata inglobata in una dinamica familiare che la vede contesa. L'unico modo che conosce per essere vista significa, per lei, abbracciare la posizione di un genitore a discapito dell'altro. Ed è quello che ha fatto negli anni, sentirsi più vicina ad una versione piuttosto che all'altra, fino a che le versioni sono diventate confuse e con loro anche la sua esistenza.

Da qui la necessità di Bianca di spezzare il filo con la sua famiglia, fare le valigie e andare via lontano, un taglio in cui la distanza fisica sostituisce la distanza emotiva necessaria per una relazione equilibrata ed una indipendenza emotiva dalla famiglia d'origine, che non si riesce a raggiungere se non mettendo tra sé e la propria famiglia un oceano o tanti chilometri (Bowen, 1979).

Il risvolto di tale taglio emotivo per Bianca è il diniego dell'intensità dell'attaccamento non risolto ai propri genitori: si comporta in modo da fingersi più autonoma di quanto in effetti sia, ma in realtà si ritrova intrappolata in una pseudo individuazione che si riversa nelle relazioni attuali. Ha bisogno della vicinanza emotiva ma è allergica ad essa. Se ne va illudendosi di conquistare l'indipendenza. Più netto è il taglio con i genitori più è prevedibile che egli ripeterà lo stesso modello nelle relazioni future (Bowen, 1979).

Difatti sono proprio gli ultimi risvolti della relazione sentimentale con Melissa che oggi riattivano in lei vissuti abbandonici, da cui nelle precedenti relazioni si è difesa andando via prima che lo facesse l'altro. Incastrata nelle sue stesse dinamiche difensive oggi sperimenta una confusione emotiva che la spiazza.

Queste ultime vicissitudini con Melissa legate all'esclusività del loro rapporto hanno dato la possibilità di aprire in terapia uno spazio sulla qualità delle sue relazioni, all'interno delle quali lei riferisce di voler sperimentare la libertà d'espressione totale senza limiti o confini, esattamente perché fa fatica a pensare al legame. Le differenze rappresentano nella vita di Bianca tutto ciò che conduce alla rottura, e lei se ne difende professando una vita liberale che però, al tempo stesso, le sottrae la possibilità di sperimentare l'unicità, nella sua esistenza e nelle sue relazioni.

Il lavoro in terapia con Bianca si muove sulla possibilità di detriangolare la sua posizione all'interno della famiglia per arrivare ad una differenziazione del sé più autentica. Man mano uno comincia a vedere i triangoli e le parti che gioca nei modelli reattivi familiari, può iniziare il più complesso processo di differenziarsi dai miti, dalle immagini, dalle distorsioni e dai triangoli che precedentemente non riusciva a vedere (Bowen, 1979). Questo lavoro le darà la possibilità di accedere ad una ricostruzione attiva dei legami familiari e un recupero di quelle aree affettive che risentono di tagli emozionali mai elaborati, che riversano oggi malessere e tensioni relazionali nei rapporti con gli altri. Riprocessare la sua storia familiare, accedere alla sua versione potrebbe aiutarla a sperimentare un senso di appartenenza, che lungi dalla separazione fittizia adoperata in passato, prematura e traumatica, possa concederle nel presente la possibilità di entrare nei legami in modo più consapevole e meno compensatorio.

Bibliografia

- [1] Andolfi, M., Cavalieri, L. (2010). Famiglie immigrate e psicoterapia transculturale. *Rivista di psicoterapia relazionale*, 31: 11-28.
- [2] Andolfi, M. (2004). *Famiglie immigrate e psicoterapia transculturale*. Milano: Franco Angeli.
- [3] Bowen, M. (1979). *Dalla famiglia all'individuo*. Roma: Astrolabio.
- [4] Bozsormenyi-Nagy, I., Spark G.M. (1988). *Lealtà invisibili*. Roma: Astrolabio.

- [5] Scabini, E. (1993). La famiglia in una società multietnica. *Studi Interdisciplinari sulla Famiglia*, 12.
- [6] Sluzki, C.(1980). Emigrazione e conflitti familiari. *Terapia Familiare*, 8: 76-90.
- [7] Vallario, L. (2020). Il trasferimento delle terapie dall'offline all'online: una questione di setting e relazione. *JPS*. Vol. 4(1), pp. 6 – 19.