

## **Il significato e la gestione della conclusione di Isca Salzberger-Wittemberg**

Il tema della conclusione viene raramente affrontato, probabilmente perché evoca emozioni molto dolorose.

La conclusione richiama la separazione dalle persone che ci sono care: ci costringe a confrontarci, come se guardassimo degli affreschi nella nostra mente, con la dipartita di parenti e amici e l'idea della nostra stessa morte. La maggioranza delle persone trascorrono la propria vita cercando di evitare di confrontarsi con i dolorosi sentimenti che sono evocati dalla fine, ma noi siamo certi di incontrarli presto o tardi.

Ogni perdita richiama sentimenti connessi alle perdite precoci ed alla minaccia di eventuali perdite future. Noi ci stiamo occupando della conclusione della relazione fra i bambini e gli insegnanti, in primo luogo esplorando le situazioni di rapporto individuale, ma dirò anche qualcosa riguardo alla classe. La conclusione significa un cambiamento, la perdita di qualcosa di familiare. Potremmo pensare che lasciare un insegnante oppure la scuola non siano in sé stessi eventi rilevanti, ma tali eventi risvegliano decisamente sentimenti più intensi e profondi di quanto possiamo credere. Allo stesso modo della perdita di una relazione attuale, -questo fa emergere emozioni che appartengono a-momenti precoci nelle vita di ciascun individuo: le emozioni-sperimentate per la prima volta nell'infanzia, quando siamo stati tutti dipendenti da altri.

Freud ha detto che nell'inconscio nulla è mai completamente perduto. Le esperienze e le fantasie ad esse legate restano nelle profondità della mente, e influenzano il modo nel quale percepiamo ed interpretiamo le situazioni che si presentano a noi più tardivamente e che rassomigliano alle precedenti. In tal modo proprio le prime esperienze e relazioni rimangono come modelli che trasferiamo poi a quelle con cui successivamente ci confrontiamo; dal padre alla madre all'insegnante e al preside, dai fratelli e sorelle ai pari, dalla famiglia a gruppi più grandi sino alle istituzioni. Questo è il motivo per il quale parliamo di transfert.

Esplorerò, per tale ragione, il significato delle conclusioni ed il modo nel quale possono essere gestite attraverso, in primis, uno sguardo alle precoci perdite ed al modo in cui furono affrontate, poiché questo influenza profondamente il modo nel quale cerchiamo di adattarci alle separazioni con cui ci confrontiamo nel corso della vita. La prima perdita si verifica alla nascita; perdiamo la sicurezza della vita intra-uterina ed il legame con la madre, costituito dal cordone ombelicale. Quando questo viene tagliato c'è una fine per l'essere in uno; c'è la separazione, con tutto quello che questa comporta. L'uomo nei suoi primi anni di vita viene al mondo senza le abilità motorie che lo sostengano; non può raggiungere le sorgenti del cibo, del sentirsi bene, sentirsi appagato (essere libero dalla sofferenza, dal dolore o dall'ansietà), e del calore in grado di sostenere la vita, né è in grado di proteggersi da solo dai pericoli. Egli è totalmente dipendente dall'altro per quanto riguarda sia la possibilità di essere raggiunto, sia quella di provvedere ai suoi bisogni ed essere tenuto al sicuro.

Questa fine/inizio grandemente drammatica, che viene a verificarsi in uno stato di mancanza di speranza, lascia in tutti noi una profonda paura di cadere, di disintegrarsi, di essere perduti, indifesi e sopraffatti dal terrore di fronte al nuovo ed allo sconosciuto. Il bambino (nei primi tre anni di vita) si adatta alla perdita di sicurezza attraverso la fantasia onnipotente di essere tutt'uno con la madre, e la "madre sufficientemente buona", come la chiama Winnicott, conferma questa fantasia rispondendo quasi perfettamente a tutti i suoi bisogni e necessità. La sua preoccupazione ed il suo amore per il bambino rendono la madre disponibile a prenderlo, a tenerlo con sé, a nutrirlo, a confortarlo (consolarlo inizialmente almeno tanto prontamente quanto il bambino dà segni di averne necessità o di provare sofferenza. Senza tale esperienza di continuità, la fine della vita intra-uterina non potrebbe essere tollerata, ed il bambino avvertirebbe la vita come una

minaccia.

Renè Spitz (1974) studiò i bambini all'interno di baby homes (asili nido) nei quali non veniva assicurata una continuità di attenzione da parte di un singolo dispensatore di cure. Egli scoprì che questi bambini sprofondavano in un tale stato di disperazione che li portava letteralmente a cedere ed a morire. Nelle profondità della mente la conclusione evoca la paura di non essere in contatto (non avere rapporti, legami, relazione) e di un'estrema debolezza (impotenza, abbandono, mancanza di risorse), perdita di speranza di sopravvivenza di fronte al terrificante ignoto. Come possiamo sopravvivere e giungere a sentire che esiste una linea di comunicazione vitale pronta a sostenerci? Noi gradualmente giungiamo a sentirci sicuri se ci sono offerte cure materne assidue sollecite, attente, grazie alle quali siamo esposti soltanto brevemente alla solitudine terrificante legata alla condizione dello star da soli e se noi introiettiamo, accanto al nutrimento fisico, un'immagine mentale di un oggetto materno in grado di dare la vita e di sostenerla.

Questa buona esperienza getta le fondamenta. Ma c'è un altro fattore da considerare, perché ci saranno sempre distacchi e momenti di separazione, sin proprio dal principio della vita. Noi riempiamo questi spazi attraverso la nostra vita mentale, attraverso la fantasia, più tardi attraverso quanto chiamiamo immaginazione, ed ancora successivamente attraverso pensieri consapevoli su quanto è assente. La mancanza di risorse del piccolo dell'uomo dal punto di vista fisico viene controbilanciata dalla sua capacità di costruire legami con la mente per collegare gli spazi tra di loro. Quando la madre è assente, il bambino molto piccolo riesce ad allucinare il seno, utilizzando i suoi movimenti di prensione con la bocca per sentire di essere ancora in contatto con la madre. Più tardi egli potrà ripiegare su sostituti quali il pollice o il succhiare la coperta, ed in questo modo continuare a sentire che il benessere ed il cibo sono a portata di mano.

I bambini che hanno avuto buone esperienze inizialmente, ma poi soffrono per una precoce separazione o troppo presto per una grave delusione, possono divenire autistici. Questi bambini sembrano non essere in relazione con ciò che li circonda e con le persone intorno a loro. Noi li sentiamo come irraggiungibili, sembra che vivano come circondati da un guscio. Se proviamo ad infrangere questo guscio, magari portando via loro un oggetto dalle mani, essi cadranno in uno stato di collera o di terrore.

Questo oggetto inanimato agisce come una sorta di equipaggiamento di sopravvivenza che mantiene un argine contro le spaventose esperienze di non essere in contatto ed essere perso.

Frances Tustin descrive la manipolazione degli oggetti (o di parti del suo corpo) da parte del bambino autistico come un modo di creare una continua esperienza legata ai sensi, per tagliare fuori il terrore del "non io", della separazione. Ella scrive: "È divenuto chiaro per me che il fattore cruciale nel precipitare dell'autismo psicogenico fu l'aver realizzato da parte del bambino che il capezzolo del seno (o la tettarella del poppatoio) non era parte della bocca ma separata da essa, e che avrebbe potuto sparire. Questo era stato intollerabile e terrificante."

(Tustin, 1981).

Winnicott (1968) scrisse: "questa perdita fu sperimentata come la perdita di parte del proprio corpo, -non, come la perdita della madre e del suo seno." Tustin specifica ulteriormente: "questa perdita avviene ad uno stadio nel quale il bambino non ha ancora una rappresentazione mentale di sé stesso e dell'altro."

Dal mio punto di vista, l'esperienza autistica ci mostra cosa significano le conclusioni: una

tremenda paura di finire in uno spazio discontinuo, di essere incapace di raggiungere l'oggetto che può salvarci dal disastro. A volte noi tutti, quando siamo sopraffatti dalla disperazione, diventiamo poco presenti a noi stessi e ci aggrappiamo semplicemente a qualche conforto materiale. E ogni volta che giungiamo al limite delle nostre possibilità di essere consapevoli (di quanto ci sta accadendo), tendiamo ritornare alle nostre teorie predilette (favorite), esaminando gli stessi argomenti ripetutamente, volgendo alle spiegazioni intorno ad esse, nelle nostre menti, come se stessimo riferendoci ad oggetti autistici nel tentativo di sentirci più sicuri.

Altri bambini si confrontano con la fine di un'esperienza in modi meno estremi.

Possono persuadersi di avere il controllo degli altri, o che posseggono tutto ciò di cui hanno bisogno.

Questo può diventare una caratteristica permanente se le cure materne sono state insufficienti, oppure se il bambino non può tollerare la frustrazione della separazione e della perdita. Essi si dicono: "posso farcela da solo", "non ho bisogno di nessuno", "so tutto".

Questa difesa conduce a gravi difficoltà dal punto di vista dell'apprendimento; il bambino non può sopportare di non sapere, perché ciò implicherebbe di essere riportato indietro ad uno stato di infantile impotenza sia dal punto di vista mentale sia da quello emozionale. Questo diniego del bisogno e della dipendenza chiude al bambino la possibilità di apprendere, di fare nuove esperienze, poiché imparare richiede a noi di sperimentare uno stato di non sapere, di essere carenti e di dover cercare di scoprire.

Oppure il bambino può sentire di avere l'altra persona ai suoi ordini, come fosse un genio. Uno dei miei primi pazienti in analisi è stata una ragazza di dieci anni, che chiamerò Marion.

Tra i suoi sintomi c'era la paura della morte e terribili accessi d'ira ogni volta che era frustrata. Ella mi disse che non avrebbe usato i miei giocattoli, non era una bambina.

Comunque ella disegnò lo stesso ed i suoi disegni espressero la fantasia che io fossi una magica madre-dea il cui compito fosse quello di esaudire tutti i suoi desideri. Allora, avendola resa una promessa sposa, io dovevo essere il promesso sposo che le avrebbe dato attenzioni illimitate e ammirazione. Noi non dovevamo mai essere a distanza. Il suo controllo sugli altri, la sua incapacità ad accettare la separazione e la distanza, si manifestarono nel suo lavoro a scuola. La sua fantasticata onnipotenza si esprime nella sua ortografia; la parola poesia "poetry" era diventata "powatry". La matematica era stata rifiutata perché concretamente rappresentava il contare differenti membri della famiglia come unità separate. Nei suoi stessi libri, che ella a volte portò alle sue sedute, tutte le risposte portavano ai numeri 1, 7 oppure 8. Il numero uno rappresentava chiaramente lei stessa; ella avrebbe dovuto essere per sempre la sola.

Il sette e l'otto stavano invece a rappresentare le sue richieste che io mi occupassi di lei per sette od otto giorni a settimana, ininterrottamente.

Quando le parlai del fatto che stessero per sopraggiungere le vacanze estive, ella mi parlò dell'esercitazione dei pompieri a scuola, volendo significare che averle parlato delle vacanze estive era come una prova che non aveva la necessità di prendere seriamente perché, come un incendio, era improbabile che realmente accadesse. Quando le comunicai la data, ella scrisse "33rd of July", una data inesistente, poiché io non dovevo lasciarla. Ella continuò a perdere il foglio sul quale avevo scritto la data. Alla fine, quando la spaventosa verità che realmente intendevo andarmene la colpì, ella scrisse sotto il foglio che io avevo preparato per lei, sul quale era segnato il periodo delle vacanze: "questa è la FINE", scrivendo le lettere molto, molto grosse e sottolineandole due volte. Di seduta in seduta, passò il tempo coprendo le pagine di: "questa è la fine". Poi disegnò una ragazza che andava via da casa in lontananza. Poi giocò nella vasca della sabbia, mostrandomi un -troppo grande da poter essere attraversato. Chiaramente sentiva che le vacanze erano uno spartiacque che non avrebbe potuto essere superato. In una successiva

seduta la terra si trasformò in una palude, ed alla fine in un deserto. Per molte sedute dopo questa ella stette a guardar fuori alla finestra; quasi si fosse allontanata da me. Chiaramente si sentì abbandonata a sentimenti di vuoto, inedia e morte.

Nel caso di Marion, non avevo alcuna ragione per credere che non avesse avuto una madre capace, che fosse stata in grado di andare incontro alle necessità della bambina e che l'avesse lasciata inutilmente frustrata o angosciata troppo a lungo. Queste soddisfacenti cure materne generalmente conducono all'introduzione di un grembo ed un seno buoni, in grado di contenere, di nutrire, di dare vita, che gradualmente diventano parte dell'equipaggiamento interno del bambino. Questo gli permette di tollerare inizialmente dei periodi molto brevi in cui rimane da solo, ma che gradualmente possono aumentare. Egli costruisce un'immagine mentale intima di una relazione una madre in grado di sostenerlo, la cui voce ed il cui contatto possono essere richiamati anche in sua assenza, e sul cui ritorno si può contare. Noi possiamo immediatamente comprendere che bambini che non hanno avuto questo tipo di cure materiali sono incapaci di fidarsi, tendendo a sperimentare tutti gli adulti come inaffidabili e sentendosi di fronte ad ogni conclusione, totalmente rifiutati, abbandonati e perduti.

Probabilmente questi ragazzi costituiscono una larga parte del numero dei nostri pazienti e qualsiasi interruzione, anche la fine dell'ora, conferma loro che siamo crudeli, incapaci di prenderci cura e capaci di arrecare dolore di proposito.

I sentimenti di rabbia e disperazione possono essere evidenziati nel loro comportamento e nel gioco. E' necessario comprendere questi sentimenti, tollerarli e verbalizzarli per comunicare a loro che siamo consapevoli di cosa possa significare la conclusione. Oppure possono avere la necessità di mostrarci di avere il controllo della situazione piantandoci in asso presto o non andando via in tempo. O ancora possono adattarsi al dolore ed al senso di impotenza, esprimendo sentimenti quali: "non m'importa, non mi piaci e non ho bisogno di te in alcun modo."

Ma anche ove vi siano state delle cure materne ottimali, qualsiasi fine può essere avvertita come intollerabile, come successe con Marion. Il problema nel suo caso era che la vicinanza a sua madre nei primi giorni di vita aveva significato per lei che ella stessa era il seno della madre oppure che lo aveva completamente sotto il proprio controllo. Marion era molto intollerante nei confronti delle frustrazioni che la facevano sentire così furiosa rispetto alla separazione che quanto di buono le era stato dato veniva da lei attaccato, frantumato, trasformato in urina e feci, fino al punto da sentire che non c'era nulla di buono rimasto dentro di lei. Ella ebbe timore che la sua avidità avesse potuto esaurire le mie risorse al punto da avermi trasformata in un deserto, impossibilitata a darle di più, e da questa situazione non avrei fatto ritorno. La sua storia era quella di una bambina che aveva vissuto un rapporto di beata felicità con il seno, ma aveva necessità di un'attenzione costante e di un sostegno ogni qualvolta era sveglia. Quando fu svezzata ad otto mesi divenne una bambina collerica, e si allontanò dalla madre per rivolgersi al padre. Le sue difficoltà nell'alimentarsi divennero sempre più gravi, raggiungendo il loro apice a diciotto mesi, quando si lasciava nutrire soltanto da qualcuno che non fosse la madre, e rifiutò tutto tranne il bacon e le banane. Ella mostrò una tale forza di volontà, tenendo in bocca (senza ingoiare) per un'ora o più il cibo che non voleva, che i genitori alla fine smisero di fare quest'inutile battaglia. Ella continuò a richiedere costante attenzione.

Melanie Klein ha constatato che lo svezzamento ed il modo in cui viene affrontato pone le fondamenta delle nostre capacità di affrontare i vissuti connessi alla perdita nella vita futura.

Se il bambino (nei primi tre anni di vita) è capace di elaborare il lutto per la perdita del seno piuttosto che rivolgersi arrabbiato verso un altro oggetto, sentendosi onnipotente come Marion, ma sperimentando nelle profondità della personalità la paura di una fine messa sullo stesso piano

della morte – tutto questo dipende dalla sua costituzione, per esempio se è capace di amare e perdonare la persona che la ha deluso, così come dipende anche dal contesto ambientale. Questo spiegherebbe perché alcuni bambini riescano a gestirsi relativamente bene a dispetto di considerevoli deprivazioni mentre altri, benché abbiano avuto cure materne sufficientemente buone, esplodono letteralmente dalla collera ogni qualvolta sono messi giù, come se questo anticipasse la fine. Alcuni di questi bambini non ritornano in terapia dopo un giorno di vacanza, e si rivolgono a qualcun altro nella vana speranza di trovare un compagno ideale che non li lascerà mai. D'altra parte alcuni bambini hanno avuto così spesso le loro speranze infrante, hanno avuto così tante perdite ripetute, che essi non rischiano di coinvolgersi profondamente in alcuna relazione per timore di ulteriori dolori e delusioni. Questi bambini sono in fondo depressi, benché possa sembrare apparentemente che si relazionino prontamente con gli altri.

Molto dipende da come gli adulti si comportano quando s'avvicina una conclusione. Se noi siamo completamente consapevoli del transfert, il fatto che sentimenti che sono collegati alle precoci precedenti relazioni si associano a qualsiasi persona dalla quale si è in qualche modo dipendenti, allora la responsabilità che questo pone ai terapeuti didatti nel rispettare la vulnerabilità dei bambini diviene evidente nel nostro prenderci cura. Siamo a rischio di diventare ancora un altro adulto inaffidabile, minando la speranza che possa esistere qualcuno del quale ci si possa fidare. È questo che rende così essenziale l'essere puntuali, il non cancellare sedute, tranne che in casi di reale emergenza o non giungere al momento della separazione senza essere adeguatamente preparati; perché non solo il passato viene evocato dal presente, ma le nuove esperienze confermano o possono lenire le peggiori paure.

Tutto ciò è applicabile, naturalmente, ai gruppi così come alle singole persone, sia che siano adulti sia bambini. Prendendo un gruppo di qualsiasi classe e qualsiasi età si voglia, si noterà come essere in una situazione di apprendimento evochi una relazione che ha molte similitudini con quella del bambino con il maestro. Fornirò alcuni esempi di come un gruppo di studenti adulti reagì all'averli lasciati, da parte mia, temporaneamente in carico ad un altro insegnante.

“oh Dio, dovremo iniziare dal principio di nuovo andando indietro a tutti quei sentimenti di caos.” “ci eravamo abituati a lei, ci faceva sentire sicuri.” “quando lei va via, il legame si rompe.” “lei mantiene la memoria del gruppo”.

Possiamo notare in questi commenti la perdita di sicurezza ed i sentimenti di impotenza e di caos evocati dalla perdita della persona la cui mente è sentita in grado di mantenere insieme le varie parti del gruppo e le differenti parti della personalità individuale. La scomparsa dell'insegnante minaccia di infrangere questa rete di sicurezza. Quando l'intero personale di una scuola va via e l'edificio viene chiuso può essere provocata un'ancora maggiore ansietà. L'intera istituzione è ora indisponibile, evocando paure che la struttura della casa, della famiglia, dei genitori e fratelli possa venire meno, lasciando il ragazzo perduto in un grande vasto mondo, senza alcun supporto. Nonostante l'adesione alle limitazioni ed alle richieste possa essere fonte di dispiacere o irritazione, la loro assenza può lasciare il ragazzo, ed il ragazzo all'interno dell'adulto, disorientato e spaventato della libertà al quale lo espone il confrontarsi con il caos ed il vuoto del suo mondo interno. Nei sentimenti espressi dal mio gruppo di adulti quando io li lascio temporaneamente, c'era tanto rabbia quanto ansietà.

“lei ci sta abbandonando.” “non sembra che le importi di noi, lei ci prende e ci mette giù appena sente di farlo.” “non ho intenzione di frequentare mentre sarà via”.

Queste osservazioni vengono espresse in forma verbale in modo chiaro e forte, come avrebbero potuto fare anche di fronte ad un bambino più grande. Ma quando la comunicazione avviene sotto forma di gioco può essere più difficile comprenderla e si ha bisogno di alcuni chiarimenti. Ronnie, che aveva otto anni, mi mostrò un disegno nel quale c'erano solo alcuni punti verdi nell'angolo a destra; il resto della pagina era bianco. Richiese delle domande e una certa esperienza, fatta in precedenza, con questo bambino, così come l'assunzione di alcuni rischi da parte mia, dire che forse la parte bianca sulla sinistra era quanto aveva sentito quando non mi aveva visto durante la settimana, che poi aveva espresso con un grande spazio sulla sinistra, con nulla, soltanto uno spazio bianco. Ronnie non disse nulla, ma aggiunse un altro po' di verde sul lato destro. Osai dire che ora che avevo parlato avevo aggiunto un po' più di colore alla sua vita, un sentimento che io ero insieme a lui sul lato destro (del disegno). Il nostro lavoro è cercare di comprendere la comunicazione del bambino, sia che venga sotto forma di parole sia di disegni o azioni. I bambini spesso esprimono i loro sentimenti in modi molto concreti, lanciando effettivamente o frantumando oggetti o scagliandovisi sopra. È interessante che noi percepiamo il termine della pausa tra un trimestre scolastico ed un altro (la sospensione per le vacanze) come se implicasse la disintegrazione, sia attraverso un cadere in pezzi, sia attraverso una distruttività volontaria.

Mentre alcuni bambini reagiscono alla fine del trimestre isolandosi o diventando depressi, altri, incapaci di contenere con le loro menti la depressione e la rabbia di fronte alla perdita, agiscono la loro rabbia nei confronti del termine delle lezioni attraverso comportamenti al di fuori del controllo, distruggendo il loro equipaggiamento, strappando i libri, imbrattando i loro disegni, i mobili e le pareti. Come pure, sentendosi abbandonati, provano rabbia anche per effetto della gelosia nei confronti di coloro che sono sentiti avere l'attenzione dell'insegnante; in questo modo il vandalismo può essere un modo per dire: "se non posso avere delle cose, farò in modo tale che nessun altro possa averle." (danneggiare, rovinare, può anche avere alla radice l'invidia per le conoscenze dell'insegnante). Un bambino che si è comportato in modo distruttivo può non solo aver timore del ritornare alla memoria di queste esperienze, ma tiene lontana, nella sua mente, l'immagine di una persona e di un luogo danneggiato. Come conseguenza di ciò egli è lasciato con una pesante situazione interna senza alcuna possibilità di un contenimento interno né di una presenza che lo possa sostenere. Naturalmente alcuni bambini farti sentire che loro sono soltanto troppo felici che tu sarai in vacanza.

Essi stanno per andare incontro ad un periodo meraviglioso ed esaltante nel quale vedranno i loro desideri esauditi, qualcosa di molto meglio di quanto avremmo potuto offrirgli noi. "Avrò una grande bicicletta;" "comprerò moltissimi dolci"; oppure "non sai cosa farò." Queste dichiarazioni sono una copertura piuttosto evidente per sentimenti depressivi di essere lasciati vuoti e poveri. Essi sono intesi a far sentire l'insegnante od il terapeuta esclusi, lasciati fuori, sconfortati ed a mani vuote. Questo ci mostra quali siano le spaventose ed intollerabili emozioni che essi non riescono a sopportare di provare, e così le fanno sperimentare a noi. Essi spesso riescono a irritarci, a coinvolgerci con successo, particolarmente quando queste emozioni sono espresse attraverso le azioni (agiti), i silenzi, per esempio quando il bambino non presta attenzione, dimentica gli appuntamenti o ci tratta come nullità. Questo può farci sentire di non essere importanti, di non essere pensati, di essere inutili, indegni di attenzione.

Tutte queste emozioni che i bambini trovano troppo pesanti da tollerare sono proiettate dentro di noi, e ci vengono fatte provare. In verità credo che per poter comprendere queste cose dobbiamo sperimentarle, poiché è soltanto allora che possiamo pienamente realizzare cosa possa rappresentare la conclusione (la fine) per un bambino, e potremo dargli un rimando sulla profondità dei suoi sentimenti attraverso il nostro comportamento o quanto diremo.

Al di fuori di questa approccio emozionale, il lavoro resta un tirare ad indovinare puramente

intellettuale, oppure sarebbe, nella migliore delle ipotesi, superficiale e non in sintonia con la forza dell'esperienza emozionale.

Potrà essere utile, a questo punto, ritornare a Marion, dieci anni, che scriveva: “questa è la FINE” prima delle vacanze estive: dopo le vacanze ella sedette, settimana dopo settimana, mostrandomi la schiena e leggendo un fumetto. Tutto quello che fui in grado di vedere era una figura che si nutriva da sola con caramelle, sigarette di cioccolata e lunghi bastoncini di liquirizia, e che a volte si girava. Mi sentii sempre più ignorata, esclusa e totalmente inutile.

Nulla di quanto dissi sembrò fare la più piccola impressione.

Fu difficile trattenermi dal farle ripetutamente domande, dalla necessità di muovermi per alleviare la mia frustrazione, o dall'evadere verso altri pensieri o verso il sonno. Ma queste esperienze di contro-transfert mi aiutarono a comprendere cosa rassomigliava all'essere lasciato fuori, ignorato, respinto e pieno fino all'orlo di rabbia e frustrazione. Mi toccò un lungo periodo nel quale dovetti sopportare questi sentimenti, e comunicare a lei che pensavo mi stesse volendo dare l'esperienza spiacevole di ciò che lei aveva sentito e avevo fatto, ma alla fine la mia comprensione di quanto terribile fosse stato il periodo delle vacanze per lei sembrò essere accolta e alleviare un po' del suo odio e rifiuto. Un'immediata risposta sarebbe stata, naturalmente, reagire piuttosto che tollerare i sentimenti proiettati, ma si doveva contenerli e quando si riuscì a trovare un senso ad essi, essi divennero più tollerabili. Così il dolore viene modulato e questo rende capace il bambino di sentire che è possibile sperimentarlo riuscendo a sopravvivere, può essere provato e ci si può pensare. D'altro canto, quando i bambini si comportano pericolosamente, è importante considerare se non stanno comunicando: “se tu non mi sosterrai, morirò”, oppure “la tua partenza mi sta uccidendo”, volendo mettere alla prova il nostro proprio interesse per loro e chiedendoci di comprendere e assicurare la loro sopravvivenza affidandoli a qualche altra persona in grado di prenderne la responsabilità. Il bambino può anche essere in reale pericolo perché si sta confrontando con intollerabili sentimenti di essere piccolo ed escluso sviluppando una convinzione delirante di essere adulto, oppure un bambino ancora all'interno della propria madre. Una volta avevo una paziente di cinque anni la cui fantasia di entrare dentro di me ed essere una bambina nel ventre, la spinse a gettarsi dentro la piscina quando la classe stava avendo la prima lezione di nuoto. Il custode dovette tirarla fuori.

La fine del trimestre, la fine dell'anno, possono sembrare all'insegnante delle conclusioni insignificanti, se non avessimo visto che l'ansietà viene stimolata da ciascuna fine a causa delle precedenti perdite. Una temporanea interruzione ha bisogno di molte settimane di preparazione, l'episodio finale di una relazione in corso e consolidata ha bisogno di molto mesi di preparazione. Per spiegare i lunghi tempi che sono necessari, dobbiamo pensare ancora al lutto. Come Freud sottolineò, questo avviene non soltanto nelle esperienze di deprivazione per morte, ma accompagna tutte le esperienze di perdita, sia della relazione con una persona, sia della perdita di un arto, della patria, della prima infanzia, della seconda infanzia, dell'insegnante e dell'edificio scolastico divenuti familiari oppure dei pari. Un bambino che stava attraversando un periodo di cambiamento da uno stato ad un altro, fu sentito dire: “ho amato la mia cara stanza, la perderò”. Gli stati mentali associati al lutto avvengono violentemente nella seguente successione:

1) violenta emozione-incredulità, diniego. “non può essere vero.”

Ricordiamo Marion, che non poteva credere inizialmente che io realmente intendessi prendere una vacanza; era voler fare credere qualcosa, come nell'esercitazione dei pompieri. Quando io continuai a ricordarle questo ella disegnò una ragazza la cui testa era piegata da una folta chioma di capelli arruffati, ad indicare la gravosa e violenta emozione che ella

aveva dovuto sostenere per le novità che erano troppo dolorose da assumere sulle prime.

- 2) La rabbia sempre segue ad una perdita, rabbia contro la persona per averla lasciata ed abbandonata, sola e desolata a fronteggiare i pericoli esterni ed interni.
- 3) Senso di colpa rispetto a quanto si sarebbe potuto fare diversamente, al non aver fatto abbastanza, all'essere troppo complicato, all'aver sprecato tempo, all'essere sfinito
- 4) Disperazione, evocata dal senso di colpa, che sia o possa essere troppo tardi per potervi porre rimedio.
- 5) Afflizione per aver perso la relazione per sempre.
- 6) Tristezza per qualcosa di valore che è giunto al termine e ardente desiderio per ciò che si è perduto.

Alcune di queste fasi di lutto possono essere avvenire contemporaneamente o esser scambiate. Esse si verificano regolarmente in occasione dello svezzamento dal seno o dal biberon, dalla prima significativa relazione. Le emozioni sono estremamente piene di dolore ed è necessario del tempo per superare le difficoltà come in una lotta, e l'aiuto degli altri per renderle tollerabili. C'è il rischio di rimanere bloccato in ciascuno di questi stati della mente. Si potrebbe andare avanti nel negare la perdita attraverso l'atteggiamento "non ho perso nessuno o nulla. Posso farcela da solo; il mio pollice, il mio proprio corpo, la mia propria mente sono quelli che realmente mi forniranno di quanto ho bisogno." Questo è lo stato mentale di onnipotenza, che è come una barriera rispetto all'essere abbastanza dipendente da poter imparare. La rabbia porta alla distruzione di quanto è stato dato o di quanto è stato appreso, smettendo di confrontarsi con una relazione deludente e liberandosene mentalmente. D'altra parte si potrebbe idealizzare la relazione perduta per proteggerla dalla propria rabbia; allora il nuovo insegnante sarà probabilmente inaccettabile.

Una cattiva fine interferisce con un nuovo inizio. Ciascuna fine (conclusione) risveglia frustrazione e rabbia; la domanda è se queste sono così forti da cancellare quanto di buono si è ottenuto, o se nel corso del tempo prevarranno i buoni sentimenti di apprezzamento e gratitudine, e possano essere utilizzati in futuro all'interno di una nuova relazione.

Se riusciamo a fare con successo il lavoro del lutto, provando dolore e rimpianto per la perdita di qualcuno o qualcosa, dipende, in larga misura, da quanto aiuto ci viene dato per tollerare i dolorosi sentimenti destati dalla perdita; il sostegno dato agli adulti dai parenti e amici, e quello dato ai bambini dagli insegnanti e dalla famiglia. Ma ancora, le fondamentali esperienze individuali dell'infanzia gettano le fondamenta per la propria personale capacità di superare la perdita e di far uso degli altri che possono offrirci un aiuto. Alcuni insegnanti, come alcune madri, mettono in condizione il bambino ad adattarsi alla violenta emozione di una conclusione concedendogli moltissimo tempo e rendendo la conclusione un processo graduale. Ma proprio come alcune madri non sono accanto al bambino nel momento dell'angoscia e mettono tale angoscia fuori portata d'orecchio, così alcuni insegnanti allontanano dalla mente l'angoscia del bambino, oppure ancora trattano duramente i suoi comportamenti, non comprendendo che questi scaturiscono dalla frustrazione.

In molte conclusioni degli adulti vengono destati i propri infantili, indigeriti sentimenti di deprivazione, dolore e frustrazione, così che questi adulti si allontanano, lasciando da solo a far



fronte ai sentimenti di lutto il bambino molto piccolo o un po' più grande oppure l'adulto. Questo è destinato a far sentire il bambino, nella prima o nella seconda infanzia, più respinto ed ansioso, poiché l'adulto è stato incapace o non ha voluto prendersi cura di lui, e non vuole questi sentimenti sgradevoli.

Alcune madri ed alcuni insegnanti, non essendo in grado di far fronte alla tristezza, tentano di mantenere la persona addolorata in uno stato d'animo piacevole e amichevole, felice, per allontanarlo dal suo stato di dolore procurandogli prontamente dei sostituti. Tutto ciò comunica che questi sentimenti sono intollerabili; il bambino afflitto non viene aiutato a dare un significato ai suoi sentimenti e non può elaborarli.

Nei seguenti episodi di perdita la persona non avrà avuto l'esperienza di una rabbia che non conduca a un danno permanente, di una melanconia che sia tollerabile e che vada a formare le basi per mantenere in vita la memoria di una buona persona che si è perduta. La cosa bella è che al momento dello svezzamento, del dire addio (o arrivederci) ad una relazione, diversamente dal lutto per la perdita di qualcuno, c'è la possibilità ed il tempo di verificare la realtà rispetto alle terrorizzanti fantasie di essere danneggiato, non amato. Queste ansietà possono essere lenite in notevole misura mentre ancora è in corso una relazione. Se l'insegnante riesce a permettere che la rabbia venga espressa in sua presenza, questo rende capace il bambino di vedere che l'insegnante può sopravvivere a un tale feroce attacco e continuare a prendersi cura di lui nonostante ciò. Le fantasie (del bambino) di un insegnante cattivo, che non si prende cura o danneggiato possono essere confrontate rispetto alla realtà. I fatti (ovverosia gli elementi di realtà) possono quindi essere messi di fronte alle ansie che sono destinate a sorgere durante la temporanea o permanente assenza dell'insegnante. Se viene concesso abbastanza tempo per poter lavorare su queste e superarle (il senso è quello di muoversi attraverso, passare attraverso, per giungere a una nuova posizione quindi metabolizzarla, questo permette l'emergere di sentimenti più positivi e riparativi mentre ancora è in corso la relazione. Questo permette di separarsi, e per il bambino di portare via con sé un'immagine interna di una relazione che ha resistito a battaglie, e può essere riparata. Gli insegnanti spesso trovano quasi tanto difficile accogliere espressioni di tristezza e di affetto come se venissero espressi sentimenti più ostili.

Non è solo il bambino che subisce una perdita. Anche per l'insegnante c'è la necessità di essere in grado di far fronte alla perdita di questa particolare relazione, nella quale così tanto del suo tempo e dei suoi sforzi sono stati investiti. Le conclusioni fanno domandare a noi stessi quali mete abbiamo raggiunto e dove abbiamo fallito: ci sentiamo in colpa perché vogliamo liberarci di un bambino che non ha fatto progressi? O perché non abbiamo tentato più intensamente o non siamo stati abbastanza flessibili da trovare un modo di stabilire una buona relazione o di facilitare l'apprendimento? Quando siamo coloro che decidono rispetto alla conclusione probabilmente ci sentiremo in colpa, sapendo che arrechiamo dolore, così negheremo che la nostra vivace partenza è importante e dolorosa nel bambino. Ci sentiamo anche preoccupati di che cosa accadrà al bambino senza di noi. Manterrà i progressi raggiunti o sarà tutto perduto?

Sentimenti senz'altro condivisi dal bambino, ma non solo suoi. Forse proviamo rabbia perché non è stato ottenuto di più e tendiamo a accusare i genitori. Ci può essere rabbia perché proprio quando si sono raggiunti progressi e una relazione è più soddisfacente, si è giunti al termine. Potremmo desiderare di continuare questa relazione piuttosto che di iniziare di nuovo con un altro caso difficile o con un nuovo gruppo di bambini.

C'è realmente anche tristezza nel separarsi da un bambino o da una classe alla quale possiamo essere rimasti legati. Credo che non può esserci una buona separazione fin quando entrambi i partners della relazione non riescono a riconoscere la loro perdita e malinconia. Questi argomenti sono esplicitamente considerati, ma praticamente mai portati a buon fine dagli insegnanti. Invece

c'è la negazione che la relazione sia finita, la collusione con l'assenteismo, e una volta che gli esami siano finiti ciascuno si comporta come se il trimestre fosse realmente giunto al termine, e la relazione giunge a termine in modo insoddisfacente.

I sentimenti dolorosi sono letteralmente evitati cimentandosi in rumorose attività come lo sport, o soffocandoli nel riso, nel cibo e le bevande delle feste di fine corso. Non che non ci sia un posto per celebrare in modo scherzoso che si è stati capaci di superare l'anno, e di ottenere con buone speranze qualcosa di pregio. Riunirsi come gruppo oppure come un'intera istituzione ci rassicura rispetto alla paura della dissoluzione, della disintegrazione, e aiuta ciascuno a mantenere un'immagine dello stare insieme, un'armonia che andrebbe ricordata.

Se il lavoro di base del lutto è stato compiuto, possiamo portare dentro di noi gli aspetti migliori di quanto abbiamo appreso dalla relazione, e questo costituisce la base per essere pronti per ulteriori sviluppi. Queste conclusioni ci forniscono anche uno stimolo per utilizzare quanto è stato dato per ulteriori tentativi (di raggiungere qualcosa).

Le conclusioni sono essenziali se dobbiamo fare progressi.

La frustrazione e la rabbia procurate non sono a lungo termine maggiori dell'amore e dell'apprezzamento, e la fine, sia nell'infanzia sia nell'età adulta, ci stimola a rendere più elastici i nostri muscoli fisici e mentali per superare sentimenti di impotenza ed inadeguatezza. La gratitudine per quanto abbiamo ricevuto, ed il desiderio di conservare un legame interno con la persona che è stata perduta all'esterno, ci conduce a mantenere quanto abbiamo appreso, a trasmetterlo agli altri, e questo diviene uno dei moventi principali per la crescita e lo sforzo creativo.

### **Bibliografia**

Spitz, R. (1974) *Analytic Depression. In the Competent Infant*, ed. Joseph L. Tavistock Publication.

Tustin, F. (1981) *Autistic states in children*. Routledge and Kegan Paul.

Winnicott, D.W. (1968) *Collected Papers*, Tavistock Publications.