

Fabio Vanni
Il dolore dell'adolescente*

Anche nell'accezione comune il dolore si riferisce a due significati abbastanza distinti: il *dolore fisico* ed il *dolore psichico o soggettivo*.

Qui siamo nel tempio del dolore fisico: quando ci fa male qualcosa veniamo qua e cerchiamo di eliminarlo.

Quasi sempre ci si riesce, anche abbastanza presto di solito. Non avere dolore è diventato peraltro un diritto. Il dolore fisico, pur provenendo dal nostro corpo ed essendo dunque indubitabilmente nostro viene avvertito spesso come un 'corpo estraneo', da zittire, da estirpare.

Può sembrare un dato di esperienza in qualche modo obbligato ed univoco ma, a ben vedere, non è così, basta pensare alle tecniche di annullamento del dolore utilizzate dai fachiri o alla psicoprofilassi ostetrica.

Ma ciò che sottolineerei oggi del dolore fisico è la sua *intollerabilità soggettiva*, il diritto a non soffrire e dunque la pretesa dell'anestesia e, il passo è breve, della felicità.

Ricordo mia nonna, che stringeva i denti dal dolore per la sua artrosi, che però la considerava ciò che le sarebbe dovuto accadere alla sua età e dunque stava *dentro* al suo dolore con paziente rassegnazione.

Quindi, anche se all'apparenza il dolore fisico sembrerebbe avere un significato scontato, possiamo dire che non è proprio così. Anche per esso entra in gioco la dimensione soggettiva, nonché naturalmente quella socio-culturale.

Il dolore psichico, che preferisco chiamare soggettivo perché concetto meno dualista, sembrerebbe tutt'altra cosa.

Non riguarda il corpo che soffre, che ha una ferita, che sanguina. No.

Il dolore soggettivo è più sfuggente e meno facilmente quantificabile. Quanto soffre?

Mah! Difficile dirlo.

Freud sosteneva che l'angoscia segnala una possibile minaccia per sé, una minaccia soggettiva, cioè una minaccia per ciò che io sento 'me'.

Mi pare, e cercherò di mostrarlo, che avesse quasi ragione; non solo: mi pare che anche nel dolore fisico oggi si soffra anche per la minaccia a sé, per la perdita di qualcosa di soggettivamente prezioso. Che cosa? L'efficienza, l'autonomia, forse.....

Ma il secondo termine del binomio che dà il titolo all'incontro di oggi è *l'adolescente*. Accostare *dolore* ad *adolescente* pare un'operazione ardua. Beata gioventù, si dice. Gli adolescenti vanno poco dal medico, si ammalano poco e fanno fatica ad andarci in previsione di una malattia futura; per prevenire, diremmo noi. Dovrebbero prevedere che il loro magnifico corpo, che sta fiorendo a vista d'occhio, possa appassire, sfilacciarsi, morire. A volte si fanno male inserendo nel corpo dei monili o incidendosi improbabili mostruosità; a volte poi si uccidono gettandosi magari dal balcone di una scuola. Il dolore quindi c'è. E talvolta sembra insopportabile.

La tesi che vorrei sostenere qui oggi con voi non è nuova per chi si occupa di psicologia degli adolescenti: affermo cioè che il dolore è da mettersi in relazione con la propria *rappresentazione irrealistica di sé*.

Partiamo da alcuni esempi:

Maria è una ragazzina di 14 anni, e dopo l'ennesima discussione con la mamma sulla sua scelta di fare coppia con Abel, un 18enne africano, di fronte alla richiesta di non vederlo più, una volta che il ragazzo è sceso in strada, va verso la finestra dell'appartamento al 4° piano, gli fa un cenno di saluto e si butta di sotto.

Solo per miracolo Maria se la cava con poco, davvero con poco. Intervistata successivamente Maria racconterà di una situazione familiare nella quale la mamma, di origine sudamericana, ha fatto della sua femminilità una via regia prima per sopravvivere da emigrante nel nostro paese e poi per raggiungere un buon livello sociale; Maria sta cercando la sua strada in un mondo nel quale la figura paterna è costituita da partner della mamma, figure improbabili o pericolose, delle quali potremmo dire 'meglio perderli che trovarli', fra affari loschi, morti per droga, etc.

Quando trova Abel trova un emigrante come lei, che si destreggia per costruire un presente e magari anche un futuro; ha 18 anni ed è nero.

Non è esattamente il tipo d'uomo che la mamma di Maria sogna per sua figlia. Meglio un parmigiano ventitreenne poco rispettabile, ma di buona famiglia, che le aveva insistentemente fatto conoscere tempo addietro ma che a Maria, povera romantica 13enne, non era piaciuto un gran che.

Abel non si droga, è un bel ragazzo, ma non dà garanzie per il futuro.

Per Maria rappresenta però un portugio, una via possibile, forse, nella sua autorealizzazione di adolescente che comunque vive qua dalla nascita e si trova in

quel gruppo di migranti di seconda generazione che ha problemi ben diversi dalla prima.

Abel è un punto di equilibrio, per lei l'unico possibile da cogliere.

Il vedersi bloccata anche questa via costituisce uno smacco alla propria rappresentazione identitaria che non le risulta tollerabile, e si butta giù.

Il dolore di Maria, il dolore soggettivo di Maria prima di buttarsi dal 4° piano di casa sua era un dolore consistente nel *non vedersi più*, nel non percepire *alcuna possibilità di essere*.

Le viene posto d'innanzi un ostacolo che le appare insormontabile (Charmet) davanti al quale non si vede un futuro possibile; un solo futuro vede per sé, nella mente di sua madre che non dimenticherà facilmente, e magari nella mente di Abel che così non la lascerà.

Questa situazione ci aiuta a mettere a fuoco un aspetto del dolore soggettivo che, a mio parere, ha una portata generale.

La ferita che viene percepita è una ferita narcisistica, una ferita nella propria immagine idealizzata di sé.

Se usciamo infatti dall'identificazione con Maria che ci ha preso e che ci ha aiutato a comprenderla mettendosi nei suoi panni, potremmo facilmente aderire all'idea che Maria avrebbe avuto l'opportunità di gestire meglio quella situazione che, come tutti sappiamo per esperienza personale, i diktat materni sui fidanzati sono aggirabili e che comunque 'morto un papa se ne fa un altro', etc.

Ragionamenti da adulti.....

Cosa passa però fra il punto di vista di Maria e quello di un adulto?

In breve: passa un lavoro di dimensionamento della rappresentazione di sé, di rimodellamento di sé che consente di tenere meglio conto della realtà e di sé stessi, che sono fatti della stessa materia.

Non entrerò qui nel merito di come avvenga questo processo perché, mi sembra, esulerebbe dal tema di oggi, ma consentitemi di ricordare che la psicopatologia è proporzionale alla rigidità, ovvero alla difficoltà a darsi conto di ciò che realmente si è.

Marco ad esempio non va più a scuola.

In prima superiore è entrato in classe il primo giorno e un ragazzo lo ha apostrofato un po' bruscamente. Quell'anno non è più andato.

L'anno dopo lo ha trascorso in una scuola privata, in una piccola classe, ed è riuscito a

frequentare e superare l'anno. Così l'anno dopo ancora.

L'anno scolastico successivo però il problema si ripresenta e Marco resta a casa di nuovo. L'incontro 'traumatico' stavolta è con un professore un po' particolare.

Il lavoro psicoanalitico con Marco consente di scoprire, e di fargli scoprire, come il ritirarsi dalle situazioni scolastiche lo preservi in una sua idea di sé che oscilla fra l'onnipotenza e l'impotenza.

Nella sua cameretta, nella sua casa Marco può mantenere una rappresentazione di sé stesso come eroe, che può giocare nei videogame e nei giochi di ruolo, occasioni comunque d'incontro con i coetanei, ma che difficilmente può accettare di mettersi in gioco rispetto a compiti evolutivi veri come quelli implicati in ambito scolastico.

Marco può giocare in ambiti fittizi, ed anche questo ha una sua utilità, ma fa fatica a cimentarsi sul panno verde della realtà.

Marco era terrorizzato quando stava per iniziare l'anno scolastico, ed il suo dolore riguardava il significato dell'entrare dentro a quell'esperienza che è la scuola, un'esperienza che è contemporaneamente relazione con i pari, con gli adulti e con un sé stesso che *non si fantastica* grande ma che *fa concretamente qualcosa* per diventare adulto.

La realtà ha una grande capacità di darci un metro di noi stessi, se siamo disponibili ad ascoltarla.

E l'adolescente ha una tale esigenza autodefinitoria che il suo sguardo verso la realtà ha implicita questa domanda identitaria.

Ma farsi misurare, confrontarsi con la realtà, non è un'operazione semplice perché implica un'opportunità di ridefinizione realistica e dunque se il problema dell'adolescente è la risposta alla domanda 'chi sono?' una delle possibilità, la possibilità di Marco, è quella di tenersi fuori da questo rapporto dialettico magari stando a casa sua dove può mantenere un suo, un po' illusorio, equilibrio.

Ma anche Maria, per quanto possa sembrare strano, ha cercato di mantenere un'idea illusoria di sé buttandosi dalla finestra del quarto piano: un'idea che le è sembrata l'unica possibile per salvaguardare la sua rappresentazione di sé come donna che mantiene la sua relazione di coppia e come figlia che non si fa schiacciare.

Ma veniamo adesso al dolore.

E' legittimo ipotizzare che il dolore in adolescenza abbia questa caratteristica peculiare: si tratta di un dolore relativo alla misura della consistenza del proprio essere persona, del proprio essere un Io.

I due casi citati possono sembrare poco rappresentativi perché in qualche modo estremi.

Non è così perché la loro, pur diversa, drammaticità, enfatizza in realtà ciò che è comune anche in altre situazioni.

Facciamo quindi un passo indietro verso un livello più astratto di riflessione.

L'adolescente si trova oggi nella disponibilità, diversamente dal bambino, di alcune capacità nuove.

Ha un corpo forte e potente, di più, un corpo che sembra, nella prima adolescenza, divenire viepiù forte e potente, un corpo che appare, negli anni successivi, più potente di quello dei genitori, un corpo agile e teso.

Egli sviluppa capacità cognitive di qualità nuova, diviene capace di fare di sé stesso oggetto di autoriflessione, di allargare il suo sguardo sul mondo e di vedere la dimensione di sé rispetto all'universo.

Se prima, da bambino, ciò non gli era chiaro, a partire dall'adolescenza può concepirlo non diversamente da quanto accade per un adulto; può percepire la sua finitezza, la sua mortalità, la sua dimensione come quella di uno dei miliardi di abitanti del pianeta che si trova in un luogo imprecisato dell'universo.

Credo che questo vi possa dare un'idea della concretezza che assume la domanda 'chi sono io?' una domanda che non ha nulla di filosofeggiante e di speculativo in adolescenza.

Ma questa domanda si declina con chiarezza ancora maggiore quando pensiamo al terzo cambiamento che si presenta in adolescenza dopo quello fisico e quello cognitivo: si tratta del cambiamento sessuale, rispetto al quale mi preme sottolineare un aspetto: con lo sviluppo sessuale viene fatta quella che noi psicologi chiamiamo 'scelta oggettuale' ovvero viene scelto in modo pressoché definitivo quale oggetto sessuale c'interessa.

E' in quest'epoca che diventa molto concreto ed in seguito anche molto dialettico ciò che nell'infanzia era in qualche modo scontato: l'essere sessualmente orientato verso i maschi o verso le femmine; ma, ancor di più, ciò che rapidamente viene colto è l'essere una mezza mela, ecco la ferita narcisistica in agguato, ovvero che il mio essere maschio ha senso solo se ed in quanto vi è un'altra metà del mondo, o del cielo, che è femmina, e viceversa.

Quindi io sono maschio ma se non incontro una femmina il mio essere maschio è una virtualità, una potenzialità e non, non ancora, una realtà identitaria.

Angela per esempio, a quindici anni si mette con Andrea che ne ha ventuno. E' la sua prima storia vera e man mano che sta con lui si accorge di sentirsi capita, di star bene, di farlo ridere. Per Angela però questo stato d'animo diventa minaccioso perché sente che Andrea diventa sempre più importante, molto importante, che non si vede più senza di lui e poi sente la minaccia di esserne completamente assorbita ed allora introduce elementi che la mettono al riparo dal suo oggetto d'amore: va con un altro, ha fantasie sessuali su personaggi di nessun rilievo per lei e poi riporta tutto ciò ad Andrea scavando un solco fra di loro. Missione compiuta. Adesso Andrea è più distante e quindi meno minaccioso, ma anche meno presente ovviamente.

Ecco allora che Angela avverte una minaccia insopportabile al suo sé idealizzato e se ne difende.

Se un ragazzo si attesta su una difesa rigida di sé può fare cose anche molto gravi.

Come abbiamo visto Angela è presa dal dilemma *'o tu o io perché noi è uguale a non esisto'*. Angela in realtà potrà esistere nella misura in cui attraverserà l'esperienza con Andrea, o con un suo successore, non se cadrà in uno dei due corni del dilemma *'io o te'*. Diventerà donna quando accetterà di sporcarsi le mani con l'altro. Facile a dirsi.....

Per inciso, Marco si ritirò la seconda volta da scuola perché aveva sviluppato un interesse per Valentina, che frequentava la stessa scuola, un interesse, un'attrazione in qualche modo corrisposta per un po' ma che poi aveva portato ad un rifiuto allorquando Marco si era, infine, dichiarato.

Una vicenda che egli aveva percepito in qualche modo come pubblica, visibile (ai compagni, a sua madre, al mondo intero) e dunque vergognosa.

Attenzione perché la vergogna è un sentimento centrale nel dolore adolescenziale.

La vergogna di Marco, prima ancora di essere stimolata dal rifiuto finale di Valentina, lo era stata dalla visibilità, dalla trasparenza, così si sentiva lui, dei suoi sentimenti, dei suoi desideri per Valentina stessa.

Il suo essere sessuato era divenuto, per lui, pubblico e dunque sociale, ed infine esso era stato pubblicamente respinto.

Un dolore insopportabile, da lenire con un solo mezzo: l'uscita dalla scena scolastica, cioè dalla scena sociale.

Perché uno dei compiti evolutivi che l'adolescente va a svolgere è la cosiddetta *'nascita sociale'*, il trovare cioè un posto nel mondo in quanto Io.

Marco non regge questo ruolo da sconfitto perché evidentemente attribuisce al *palcoscenico-scuola* un grande potere: il potere di promuoverlo o bocciarlo sul serio, mica in matematica, bensì come persona, come essere umano.

Ma anche Maria non ce la fa: quello che vede del suo futuro viene tarpato ed annichilito dal no materno e se le viene impedito di essere femmina, compagna, etc che futuro si può avere? Maria non ne ha visti di futuri possibili, non ne immagina altri, e si stava procurando l'unico futuro per il quale non è necessario vivere: quello potenziale ed inespresso presente nella mente della mamma e di Abel.

Ma estendendo adesso questa tesi al dolore fisico, che all'inizio avevamo messo da parte, dobbiamo mettere in luce che il dolore fisico ricorda a tutti noi l'esistenza e la gravidanza del corpo. Quale stimolo migliore della malattia o dell'incidente per ricordarci la finitezza del nostro corpo e dunque di noi stessi?

Appare chiaro tuttavia, da ciò che abbiamo detto finora che l'operazione della *mentalizzazione del corpo*, un altro compito evolutivo dell'adolescente, ancorchè reso sensibile dal dolore, non sarà né automatica né scontata. Sarà complesso invece, e talvolta drammatico, l'accostarsi alla realtà precaria della propria esistenza.

Paola Carbone, una collega di Roma che si è occupata a lungo di incidenti e comportamenti autolesivi in adolescenza, raccontava di un ragazzo da lei intervistato in un Pronto Soccorso romano che, avendo fretta, una sera in scooter non aveva trovato miglior espediente che spegnere i fari arrivando ad un incrocio.

Davanti alla richiesta di spiegazioni della collega, piuttosto esterefatta, aveva risposto che così non l'avrebbero visto.

Il senso dell'affermazione, altrimenti piuttosto criptico, è probabilmente rintracciabile nell'estrema difficoltà che il ragazzo aveva incontrato nel prendere atto di due dati di realtà: *il tempo* come dimensione reale dell'esistenza, e *l'esistenza fisica dei corpi*, suo e degli altri utenti della strada con i loro rispettivi mezzi, come dato altrettanto reale.

Se io non vengo visto non esisto, sembra essere stata la sua tesi, e se non esisto arrivo subito, senza tempo e senza spazio.

In conclusione sembra di poter affermare che in adolescenza, a fronte di un compito evolutivo portante, centrale, che riguarda l'affacciarsi sul balcone della propria vita e scrutare l'orizzonte, il dolore sembra avere frequentemente a che fare con la difficoltà

di includere nella propria rappresentazione affettiva di sé una serie di dati di realtà che riguardano la propria ed altrui finitezza.

Se in quest'epoca della vita dovessimo immaginare un processo di sviluppo della propria persona dovremmo pensare che la capacità autoriflessiva incontra, nel suo dispiegarsi, una serie di dati e che, un po' come un bravo scienziato, l'adolescente si trovi nell'opportunità di capire molto di sé quanto più riuscirà a tener conto dei fatti che trova sulla sua strada.

Questi incontri di scoperta sono però tutt'altro che indolori. Diceva Newton che quando trovava un fatto in conflitto con la sua teoria se lo scriveva per non dimenticarselo mentre per le prove a favore non ce n'era bisogno.

L'incontro di scoperta di sé e del mondo è molto più agevole e gioioso quando egli, il nostro ragazzo, la nostra ragazza, illumina con il suo sguardo ciò che si aspettava, è molto più doloroso invece l'incontro con ciò che lo sorprende.

E' possibile che accada che egli non intraveda altra possibilità di rappresentare in maniera accettabile sé stesso se non in quella che appare negata e allora il dolore, l'annichilimento, che egli prova è terribilmente grande e, come abbiamo visto, può dar luogo a soluzioni drammatiche.

E' altresì possibile che l'esperienza d'incontro con la realtà (del proprio corpo, della propria collocazione relazionale, sociale, etc) venga fatta oggetto di un processo di apprendimento e divenga dunque occasione di riconsiderazione di sé.

Sarà allora una delle innumerevoli occasioni che la vita gli offre per darsi una dimensione identitaria più corrispondente alla realtà di ciò che va divenendo.

*presentato il 19 ottobre 2005 in
Azienda Ospedaliera Universitaria di Parma
Dipartimento Materno Infantile