

Le esperienze addictive, dal bisogno di autonomia al bisogno di riconoscimento*



Gli articoli di questo numero 2019-2 dei Quaderni di Gestalt riguardano per lo più il tema delle dipendenze: dalla sperimentazione delle sostanze psichedeliche negli anni '60, alle nuovissime dipendenze affettive. Questi temi si snodano lungo il numero, quasi a ripercorrere l'arco degli ultimi 70 anni, in cui si sono sviluppate le condotte *addictive*. Tutto è iniziato dalla curiosità, connotata dal desiderio di andare al di là dei propri limiti (una onnipotenza tipica del tempo), che negli anni '60 e '70 caratterizzava l'uso di sostanze psichedeliche. Queste consentivano un'alterazione dello stato di coscienza, e uno stato mentale fuori dalle possibilità quotidiane. L'uso di sostanze come l'LSD e l'eroina, o di antichi riti attuati con l'assunzione di piante allucinogene, veniva ricercato da coloro che volevano sperimentare nuovi livelli di consapevolezza su se stessi, quasi una espansione narcisistica che li rendeva eroi del loro tempo (si pensi a Jimi Hendrix, Led Zeppelin, The Doors, il gruppo musicale ispirato a "Le porte della percezione" di Aldous Axley).

In seguito, negli anni '80 e '90, l'uso di sostanze psichedeliche divenne uno degli aspetti consequenziali alla fragilità dei legami, che nel contempo la società andava sviluppando. Farsi le canne o sniffare coca divenne l'occasione per incontrarsi in gruppo, un rifugio dei giovani sconfitti dalla generazione dei padri, piena di successo, soldi e così centrata su di sé da risultare povera di cure affettive per i loro piccoli. Così, questi giovani, in gruppo, si rifugiavano in paradisi artificiali, dove potevano sfuggire alla pressione del confronto con i genitori e con la società, ricercando altre forme di aggregazione e di piacere chimico. Non era tanto la dimostrazione di

* L'articolo è stato realizzato senza alcun finanziamento.

Quaderni di Gestalt (ISSN 1121-0737, ISSN 2035-6994), XXXII, n. 2/2019
DOI: 10.3280/GEST2019-002001

nuove possibilità del sé, come per la generazione precedente, ma un luogo in cui, assieme ad altri coetanei figli di professionisti realizzati, si poteva essere dèi senza la fatica di conquistarne il ruolo; e si poteva sperimentare una forma di sé sganciata dal confronto con la generazione adulta. Ma sono anche gli anni della diffusione di massa dell'eroina e degli psicofarmaci sedativi, i cui effetti iniziavano a diventare più rilevanti e rischiosi, a livello sociale, rispetto al piacere personale legato all'assunzione della sostanza.

Da allora, infatti, il mercato della droga è diventato sempre più pericoloso e legato a clan mafiosi desiderosi di ottenere profitti facili sulla pelle di persone fragili e ricattabili. La vulnerabilità che si è andata sviluppando di generazione in generazione, legata ad una perdita di valori relazionali (a partire dalle relazioni primarie), istituzionali, politici e sociali, si è affiancata allo sviluppo di un mercato della droga sempre più aggressivo e insinuato nelle pieghe del tessuto sociale. Nessuno è fuori dai tentacoli della diffusione della droga ormai, e le sostanze che circolano, a buon mercato e quindi alla portata di tutti, creano sempre più dipendenza fisica, biologica e psicologica, quasi impossibile da estirpare con la forza del convincimento.

Oggi l'effetto della dipendenza è indotto molto più velocemente e in modo irreversibile dalle nuove sostanze, e una delle armi più potenti che abbiamo è la cura attenta e la protezione dei piccoli. Nessuna sicurezza può essere considerata scontata, neppure quella di ambienti di socializzazione di base, come la scuola.

Inoltre, la dipendenza in sé (attivata non più solo da sostanze ma anche da comportamenti o da relazioni) è diventata negli anni 2000 una facile deriva della fragilità dei giovani: un surrogato del senso di identità e appartenenza, in un mondo in cui non esistono punti di riferimento e appartenenze chiare e durature. La condizione attuale delle condotte *addictive* è angosciante. Come nel film "Beautiful Boy" (di F. van Groeningen, 2018), il mercato omicida delle droghe attrae anche giovani brillanti e curiosi, desiderosi di sperimentarsi in cose piacevoli e forti, nel consumo di sostanze che li porteranno alla morte: un destino più forte dell'amore onesto e sincero del padre, in un contesto sociale che non offre protezione e che non riesce a scongiurare questa strage.

Davanti al pericolo che incombe sui nostri figli, occorre lottare spendendoci in prima persona, non delegare a nessuno la cura di ciò che ci è più caro. La terapia va pensata in modo complesso, coinvolgendo tutte le agenzie di socializzazione e le scelte politiche ed economiche di un territorio. Per il pezzo che ci riguarda, come psicoterapeuti, gli articoli e le ricerche presentate in questo numero focalizzano innanzitutto le relazioni primarie: in particolare la forza basilare che la cura precoce, amorevole e costante dei caregiver trasmette al bambino. Questi, sperimentando il contenimento nel-

lo sguardo e nel corpo dell'altro, può costruire un senso del sé solido e capace di affrontare le situazioni stressanti in modo autonomo. Più avanti, in età scolare, il caregiver sostiene la capacità del bambino di farcela, di attraversare la fatica di impegnarsi in un compito, perché possa sentirsi orgoglioso di sé e forte, sia nel corpo che nella mente. Sono queste acquisizioni del senso di sé (che gli articoli di questo numero descrivono con dimensioni specifiche) che daranno poi all'adolescente la forza di rivolgersi alla pienezza del senso di sé come antidoto alla astinenza dalle sostanze *addictive*.

Il numero inizia con un'intervista ad Adriana Schnacke, fondatrice della psicoterapia della Gestalt in Cile e Argentina, un racconto inedito e interessante sul modo in cui il nostro approccio è nato ed è stato diffuso nei paesi dell'America Latina, da cui emerge il rapporto tra tre personaggi fondamentali: l'autrice stessa, Pacho Huneus e Claudio Naranjo.

Adriana racconta anche come è nato il suo metodo chiamato "enfoque" e il suo approccio psichiatrico ai disturbi ossessivo compulsivi e alla psicosi. L'articolo è un contributo alla conoscenza della sua opera, poco diffusa fuori dal Sud America, e un anticipo della sua trilogia che verrà pubblicata in italiano a breve, a cura della collega Elisabetta Muraca.

La sezione Relazioni include un articolo di Giancarlo Pintus e Marialuisa Grech, "Neuroscienze dell'*addiction* e clinica gestaltica: integrazioni funzionali". Gli autori sostengono che l'esperienza *addictive* ha caratteristiche simili alle esperienze traumatiche. Fanno un'interessante analisi che integra neurobiologia e fenomenologia, dando al lettore degli elementi di base per comprendere la fisiologia del piacere che si innesca nell'esperienza *addictive*. Uno studio nuovo, in cui il riconoscimento dell'intenzionalità di contatto nelle relazioni significative diventa la base per una relazione piena, unico antidoto efficace alla "relazione assoluta" che caratterizza la dipendenza.

Il contributo di Michele Lipani, "Silenzi tra parole sospese. Il mutismo selettivo nella prospettiva gestaltica", nella sezione Gestalt in Azione è particolarmente innovativo, considerando l'attenzione recente che viene data a questo disturbo, oggi in aumento, e la conseguente scarsità di letteratura. L'autore descrive l'emergenza clinica del mutismo selettivo in alcuni bambini durante la prima scolarizzazione, intrecciando il racconto con la lettura gestaltica e con le linee guida per un intervento terapeutico ad ampio raggio, che includa anche il contributo della scuola.

Nella sezione Ricerche, Giancarlo Pintus e Giulia Pappalardo presentano "Sintonizzazione genitoriale, riconoscimento degli stati affettivi e vulnerabilità alle *addiction*: alcuni dati di ricerca", uno studio sulla sintonizzazione parentale, la co-regolazione affettiva e la vulnerabilità al comportamento *addicted*. Lo studio è in linea con la considerazione delle *addiction*

come adattamento creativo in un campo relazionale contrassegnato da desintonizzazione relazionale primaria, e con la lettura estetica dello “sviluppo polifonico dei domini”.

Nella sezione Studi e Modelli Applicativi, Matteo Limiti con “L’amore che fa male: una lettura gestaltica della dipendenza affettiva” prende una posizione diagnostica sulla dipendenza affettiva, e la considera come una vera e propria dipendenza, laddove altre fonti propendono per una sofferenza personologica, dunque legata a conflitti relazionali e di personalità. Molto critico verso le prassi “no contact”, l’autore è convinto che non è attraverso la privazione, ossia il disabituarsi al bisogno dell’altro, che si sconfigge il comportamento dipendente. Al contrario, la cura passa da un’esperienza sostitutiva di pienezza relazionale, che rende non più esclusiva la relazione dipendente. Citando le parole stesse dell’autore, essa si incentra su «quella quota di “tra” che è ancora improvvisazione e non coazione a ripetere» (p. 110).

Nella sezione Convegni, gli autori hanno assolto un compito difficile, quello di rappresentare in parole la complessità dei temi trattati in tre convegni. Il primo è il convegno svoltosi a Palermo a febbraio 2019, organizzato dall’Istituto di Gestalt HCC Italy, “La psicoterapia della Gestalt al passo coi tempi. Si può far crescere solo ciò che si ama”, con la presenza di Dan Bloom, decano del New York Institute for Gestalt Therapy. Questo evento è stato focalizzato sulla necessità di un’evoluzione della teoria della psicoterapia della Gestalt, e ha raccolto varie voci su come i temi cruciali del modello vanno aggiornati. Si è parlato dei concetti di coscienza e consapevolezza, dell’emergere dei processi psicopatologici, della peculiarità dell’approccio estetico e di campo.

Il secondo è il convegno sulla ricerca in psicoterapia della Gestalt, svoltosi a Santiago del Cile a maggio 2019, in un mondo, quello latino americano, così diverso dalla cultura europea. Organizzato dal Centro de psicoterapia Gestalt de Santiago, l’evento di è rivelato ricco di futuro, sia nella ricerca che nella clinica.

Il terzo è il tradizionale convegno organizzato dall’Istituto di Gestalt HCC Italy durante le rappresentazioni classiche presso il teatro greco di Siracusa, svoltosi a giugno 2019, sul tema “Adolescenti senza Tempo”. Con la significativa partecipazione di Massimo Ammaniti, autore del recente libro omonimo, questo evento ha acceso i riflettori sulla condizione adolescenziale oggi.

Nella sezione Recensioni, Silvia Tosi presenta una scheda sul libro *La psicoterapia della Gestalt con i bambini* (FrancoAngeli 2019), a cura della sottoscritta e dei colleghi Nurith Levi e Andrew Williams. Pubblicato originariamente in inglese nella Gestalt Therapy Book Series, tradotto in spa-

gnolo, russo, georgiano, vede adesso la luce anche in italiano. Un libro molto atteso, introdotto da Massimo Ammaniti nella versione italiana, da Violet Oaklander e da Gordon Wheeler nella versione originaria inglese. Infine, Malcolm Parlett recensisce in modo critico, ma anche poetico, il libro di Jack Ailward, *The Anarchy of Gestalt Therapy: A proposal for Radical Practice*, una sfida per il dialogo tra il modello gestaltico centrato sull'individuo e quello relazionale.

Ringrazio tutti gli autori e i collaboratori che hanno lavorato a questo numero, in particolare i *Section Editors*: Barbara Crescimanno e Domenico Scarpaci per i Dialoghi, Giuseppe Sampognaro e Alessandra Vela per le Relazioni e per Studi e Modelli Applicativi, Maria Mione e Betti Conte per la sezione Gestalt in Azione, Luca Pino per la sezione Ricerche, Alessia Repossi per la sezione Congressi e Silvia Tosi e Dan Bloom per la sezione Recensioni.

Ma il grazie più grande va a Maria Luisa Grech, che con questo fascicolo chiude la sua esperienza di coordinatrice editoriale, iniziata con il numero 2017-1. La sua capacità di focalizzarsi sull'obiettivo e di relazionarsi con tutti i collaboratori con grande rispetto e fiducia sono stati un valore impagabile per la Rivista. Il suo ruolo viene assunto da Elisa Spini, che è già al lavoro per i numeri del 2020.

Avviandoci alla fine dell'anno 2019 con la pienezza dei contributi che i Quaderni di Gestalt hanno portato in questo anno, e lo sforzo di adeguamento ai criteri del Web of Science, e con la fiducia verso le ricerche di cui ci occuperemo nel 2020, auguro a tutti i lettori buona fine e buon principio!

Margherita Spagnuolo Lobb
Dicembre 2019