

Consultorio La Famiglia ONLUS – Milano

Liceo Ginnasio Berchet

18 marzo 2010

DESIDERARE DENTRO I LIMITI

Dott.ssa Roberta De Coppi

Il tema del desiderio è un tema molto caro a noi psicologi. Perché dentro questa parola è contenuta tutta la storia del nostro esserci differenziati dal resto del mondo. L'uomo ha guardato alle stelle non solo per poterle raggiungere ma forse ancora di più per poterle comprendere. Abbiamo guardato e abbiamo desiderato.

Tutti gli uomini sono dotati di desiderio fin dalla loro nascita. Innanzitutto, abbiamo il desiderio di vita e il desiderio di stare in relazione. Per il neonato queste sono cose serie e non discutibili. Non è nemmeno del tutto corretto chiamarli desideri, bisognerebbe usare una terminologia che porti in sé il senso della costrizione: il bisogno di vita e di relazione non sono scelti, sono più propriamente da considerare istinti, impulsi. Gli istinti continuano a segnare il nostro cammino, in particolare nei primi anni di vita: sentiamo la necessità di cibo, protezione, ma anche di autonomia, di crescita, di esplorazione, sentiamo la necessità di giocare, di riposare e di essere gratificati.

Ad un certo punto però della nostra vita succede l'irreparabile. Questa necessità viene vista in tutta la sua forza e viene chiamata Desiderio. Nel momento in cui l'uomo fa l'atto di riconoscersi in quel guardare le stelle, riconosce il suo desiderare e questo non è più riconducibile ai meri istinti.

Riconoscersi nel desiderare vuol dire riconoscersi nella propria identità, in ciò che si è. E questo è in genere un momento profondamente sconvolgente per l'uomo perché entra così in contatto con la propria tremenda forza e la propria tremenda fragilità e solitudine.

Quando ad un certo punto ci rendiamo conto che quello che stiamo costruendo, la nostra storia relazionale e lavorativa, ha a che fare con il nostro desiderio, lo spavento può essere molto grande. Anche perché possiamo accorgercene dopo un po' di tempo, dopo un po' di fatica già fatta, dopo un po' di investimenti compiuti, a volte tanti. Avere a che fare con il proprio desiderio può spaventare perché ne riconosciamo l'importanza per il senso che diamo alla vita: il desiderio porta in sé il significato che ognuno di noi, in modo speciale e proprio, dà alla sua esistenza, alla sua storia. Una cosa così importante che perderla, non raggiungerla, distruggerla può essere altamente depressivo. Pensiamo alla perdita del lavoro o a certe separazioni o lutti, pensiamo a chi subisce eventi catastrofici, c'è chi non regge al confronto tra l'investimento fatto e la sua distruzione, c'è chi ne rimane così sconvolto da non riuscire più a riconoscere se stesso. Ecco però che se si ha la forza di aspettare il desiderio in qualche modo riemerge, anche dalle catastrofi più gravi.

Accettare il nostro essere desideranti non è automatico o facile perché richiede innanzitutto un'opera mentale piuttosto complessa che è la consapevolezza di sé, meglio ancora definita come autocoscienza. Non è questa una capacità che l'uomo possiede fin dall'inizio della sua vita; essa emerge solo intorno all'anno e mezzo e cambia e si

arricchisce durante lo sviluppo per essere completamente funzionante solo una volta raggiunta l'età adulta dato che si basa sulla maturazione di tutte le altre funzioni mentali, sia cognitive che emotive.

Il cammino della consapevolezza di sé iniziato proprio in adolescenza continua per tutta l'esistenza della persona. Tutta la nostra identità, infatti, è il continuo percorso nel riconoscerci nelle nostre esperienze, nelle nostre emozioni, nelle nostre idee. La nostra identità è il racconto della nostra storia.

Il desiderio e la possibilità di riconoscerlo sono dunque indispensabili per vivere. La depressione, considerata "malattia del desiderio", ci rende evidente quanto senza il desiderare non può esserci la vita stessa.

L'importanza e la possibilità di riconoscerci nel nostro desiderio non è, quindi, cosa da poco, non solo perché implica una grande maturità, ma anche perché il suo valore porta in sé il timore di non avere la capacità di realizzarlo oppure la paura che qualcuno possa danneggiarlo, denigrarlo, distruggerlo. In effetti, per realizzare il nostro desiderio è necessario essere sufficientemente forti e avere buone relazioni con cui, a partire da desideri comuni, progettare insieme.

La matrice comune del desiderio è di poter esprimerlo per quello che è e trovare uno spazio in cui questo sia apprezzato e tollerato dagli altri. Poi ognuno trova la sua particolarissima strada nelle relazioni, nel lavoro, nelle esperienze più varie. Non è facile elencare i desideri, ma certamente si può riconoscerne la natura positiva: sono tali nel momento in cui spingono all'accrescimento, al comprendere qualcosa di più di sé e del mondo, al mettere insieme parti nuove e diverse. La natura positiva del desiderio non è tale solo per il soggetto ma anche per chi gli sta accanto. Riconoscere il proprio desiderio ed occuparsene accettandone il rischio, rende questa esperienza di vita più piena e godibile per noi e per gli altri, alla lunga per l'umanità intera. Pensiamo a quelli che consideriamo grandi uomini e donne: come M.L. King che aveva un desiderio, "un sogno davanti a lui", così potente che valeva la sua stessa vita.

In certe altre situazioni, invece, non solo non è possibile occuparsi del proprio desiderio ma cerchiamo di nascondercelo evitando di riconoscerlo perché ne siamo molto spaventati.

Questo ragazzo ha ben presente questo possibile spavento:

DESIDERIO E TIMORE

*Nulla è perfezione.
Nulla è totale appagamento.
Eppure tutto è impeccabile
Se osservato da fiduciosa prospettiva.
Ho il fiume, voglio il lago;
possiedo il lago, desidero il mare;
conquisto il mare, invidio il tale
a cui appartiene l'oceano.
Oceano.
Tremendo, vorticoso, sconfinato oceano
Sdraiato sul mondo osservando l'immenso.
Col ricordo di te rivive l'estate.*

*Gioia, spasso, spensieratezza.
Mirandoti mi rallegro,
scruto un frammento di eccellenza,
subito turbato dal terrore
dell'immane.*

(Francesco, 20 anni)

Ecco allora che in aiuto dimenticarsi di questo spavento possono arrivare le droghe, l'alcol, le relazioni superficiali, anzi le relazioni "a distanza", parziali, frammentate.

Negli ultimi tempi soprattutto si dà moltissima importanza ai "social network" e in generale ai rapporti virtuali tra le persone. A me personalmente sembra un modo un po' squallido per cominciare un rapporto perché superficiale e "casuale" e lo vedo come un impoverimento delle relazioni umane. Come si può evitare tutto ciò e si può ancora sperare in qualcosa di più profondo ai tempi di face book? (ragazza, 17 anni)

Cosa succede ai desideri in adolescenza?

Il ragazzo e la ragazza si svegliano all'improvviso con un corpo nuovo, sconosciuto che trasuda di pulsioni ed emozioni. Dentro questo nuovo corpo l'adolescente non sa bene che fare, è a disagio, impacciato. Il corpo va, tira avanti, spinge fuori di casa.

L'adolescente è colui che vede per la prima volta i suoi desideri o meglio ancora che capisce che quelli sono proprio suoi, che c'è lui dentro quel sentire, che il loro destino dipende da lui.

Ma cosa desidera l'adolescente?

IL DESIDERIO DI ESSERE ANCORA BAMBINO

Il pubere stava or ora finendo di giocare con i suoi giochi preferiti, passando dalle braccia della madre all'incontro con gli amichetti a lui tanto simili nell'aspetto e nei desideri. Un mondo rassicurante, tanto amato, familiare: desideri tutti leciti, qualche cartone, la play station, quella bambola che tutte hanno, le scarpette rosse. Desideri che la mamma e il papà potevano dosare con buon senso.

Il primo, e più nascosto, desiderio dell'adolescente è proprio quello di cancellare tutto l'orrore di questo nuovo corpo pulsante e ritornare alle dimensioni giuste per poter stare in braccio di mamma, il paradiso. Poter essere ancora riconosciuto come il piccolo di sempre e non doversi far trascinare fuori di casa da questo nuovo corpo che reclama di essere visto in quello che veramente è.

IL DESIDERIO SESSUALE E D'AMORE

Tra i desideri, quello sessuale e d'amore aiutano a capire la natura stessa del desiderare.

Il nuovo corpo è maschio e femmina e pretende di incontrare il diverso, esso è, per dirlo con le parole di Charmet, *originariamente e intrinsecamente esogamicoin direzioni ancora sconosciute.*

La spinta sessuale che in adolescenza si rende così concreta ed evidente, costringe l'adolescente a mettersi vicino ai suoi coetanei e a farsi vedere. Non tutti hanno voglia di farlo, non subito almeno. Non tutti vorrebbero salire su questa "giostra degli affetti" dove l'altro, sconosciuto, diventa per sé stessi importante, così importante che se c'è il rifiuto da parte di quest'altro ci si sente morire.

Il desiderio sessuale è quello che più fa emergere la domanda *Chi sono io?* Gli adolescenti colgono immediatamente che elaborare la propria trasformazione non può prescindere dall'elaborare la diversità di cui l'altro è portatore. I propri cambiamenti sono significativi non solo per se stessi, ma anche perché "visti" dall'altro, ma ciò crea anche problema. Confrontarsi esplicitamente e pubblicamente sulle diversità e cogliere il desiderio all'incontro, è un cammino faticoso che parte spesso dal rifiuto difensivo, o dalle reciproche accuse tra i due sessi. Assumere la propria femminilità o la propria mascolinità ed esprimerla a pieno attraverso la propria personalità adulta è compito difficile. Più di ogni altro desiderio esso costringe ad una elaborazione che permetta di integrare aspetti diversi di sé e di esprimerli in modo personalissimo e accrescitivo. Il desiderio sessuale è il motore che spinge a ipotizzare una propria piena realizzazione nell'incontro con l'altro diverso da me, a cercare una persona che accolga questo mio essere così come sono.

L'amore tra uomo e donna è sentito a questa età come una cosa molto importante ed impegnativa, da non dare per scontata nei suoi significati

Si dice sempre di fare l'amore e non il sesso. Ma "ti amo" è una parola grossa, significa essere capaci di sacrificarsi per l'altra persona. Molti ragazzi lo dicono ma è possibile amare davvero a questa età? O spesso è solo un simbolo per far capire all'altra persona che si è molto legati?" (ragazzo, 16 anni).

Questo desiderio può anche essere vissuto come colpevole: esso costringe ad allontanarsi dal cerchio familiare, far fuori mamma o papà come oggetti di desiderio, disinvestendo dalle figure più amate e temute. I genitori non sono più necessari né interessanti perché l'orgasmo lo si procura da sé e con l'altro, sconosciuto. Il rifiuto categorico di spartire con i genitori la dimensione del desiderio, dell'eccitamento, del piacere è funzionale a tutto questo e porta l'adolescente a non voler sapere del desiderio del genitore né del desiderio tra genitori. L'adolescente è malinconico: il suo desiderio lo costringe ad andare via rinunciando all'idea infantile di relazione totalizzante con i genitori.

In questa necessità di esporsi non va dimenticato il tema della vergogna. Mentre il senso di colpa fa riferimento all'interiorizzazione delle regole e della morale, propria del vivere con gli altri, la vergogna nasce dal confronto tra l'ideale di sé e ciò che siamo, ciò che

IL DESIDERIO DI ESSERE GIA' ADULTO

Molti comportamenti dei ragazzi richiamano l'idea che l'adolescente non vorrebbe fare l'adolescente, costretto tra un'infanzia già lontana appena svoltato l'angolo, non più accessibile a pena di gravi vergogne, e un'adulità anch'essa molto lontana realmente; egli cerca un modo di essere ciò che gli è chiesto di essere sia dal suo corpo sia dagli adulti, e cioè autonomo e responsabile; ma lo fa prendendo dei pezzi dell'adulità, quelli più facili o quelli più affascinanti, quelli più propagandati o non leciti. Un modo insomma apparentemente più veloce di diventare adulti, un modo per evitarsi quei lunghi anni di

indefinitezza. Questi comportamenti che possono spaventare gli adulti dovrebbero essere capiti nella vitale dimensione di crescita e trasformati, incoraggiando l'assunzione di responsabilità.

ALTRI DESIDERI

Da citare almeno la pulsione sociale con la sua necessità di entrare in gioco e di costruire legami sociali, cercare nuove forme di convivenza e cooperazione e il desiderio di conoscenza che non può più essere fatto discendere dalla conoscenza degli adulti perché la questione è proprio la necessità di trovare la propria verità sulla vita e sull'amore.

Senza dimenticare i particolari desideri di ciascuno di noi, la scelta scolastica, lo sport, l'espressione artistica... che danno voce a ciò che siamo.

Tutti questi desideri sono motori della crescita dentro questi desideri, come fosse un canovaccio, si svolge poi la storia particolare di ciascun ragazzo.

E I DESIDERI DEI GENITORI?

Che cosa dire infine dei desideri dei genitori sui figli? Essi sono motivo di confronto e di discussione continui. Il genitore ha riposto sul figlio un suo desiderare; il figlio è, infatti, l'espressione più evidente del desiderio di due persone. Il momento dell'adolescenza del figlio è il momento della resa dei conti di questo desiderio: sarà vero che lui sarà in grado di fare ed essere tutto quello che abbiamo sperato? Sarà vero che sarà eccellente in tutto, che si realizzerà nelle relazioni, nel lavoro, che sarà sempre amato, ma che soprattutto che lui o lei sarà migliore di noi? Si scrutano le prime trasformazioni, si indaga sulle prime amicizie sul primo amore, si storce il naso alle prime scelte... Non si riconoscono gli sforzi fatti per anni per insegnare qualcosa o forse, peggio, si rivedono gli stessi errori.

E poi, senza approfondire ora questo aspetto, ricordiamo che c'è anche il destino dei desideri personali dei genitori stessi con tutte le implicazioni dovute all'età, al periodo e agli eventi della vita.

Allora come educare i figli a riconoscere i propri desideri e assumerseli responsabilmente?

Scrive una ragazza di 16 anni:

Ciò che mi fa più paura è il mio desiderio di sentirmi accettata per quello che sono, forse perché non ho fiducia in me stessa e commetto molto spesso l'errore di credermi inferiore agli altri, perché ogni giorno sono costretta a confrontarmi con persone migliori di me, che probabilmente giudicano il mio modo di essere, accrescendo in me il timore che, per quanti sforzi io faccia, non riuscirò mai ad essere come voglio.

A volte mi sembra di mentire a me stessa, fingendo di essere diversa, più socievole, estroversa, interessante, ma la verità è che le delusioni che ho subito, mi fanno sentire insicura e sola.

Mi sto accorgendo proprio ora di quante volte ho cercato di cancellare questi sentimenti per non essere soffocata, ma credo che l'unico modo per riuscire a farlo sia affrontarli e rendermi conto che anch'io, forse valgo qualcosa, ma non so da che parte incominciare.

I genitori temono il desiderare del figlio perché ben sanno, in quanto adulti, che questo sarà la causa del loro soffrire. Investire nei propri desideri è scommettere nella propria

storia ritagliandola entro i limiti di questa vita e delle persone che coinvolgiamo nella narrazione. Eppure è proprio questo limite che permette di sentire il valore e la forza del nostro desiderio fino al punto paradossale che qualcuno può riconoscere il desiderio di vita solo quando si ammala o il desiderio per quella persona solo quando se ne va. Il limite disegna i confini del nostro essere questo permette di essere visti e di vederci, di riconoscere l'altro e di responsabilizzarsi sia di fronte alla nostra vita e a quella degli altri.

Lasciare che i figli impattino soli con il limite della vita è rischioso. Il limite dato dagli altri, quelli che non sono interessati a loro non sarà caldo e affettuoso come solo quello di un genitore può essere. Oppure, ancora più spaventoso, saranno loro stessi a cercarlo nelle esagerazioni pericolose.

I genitori di quest'epoca si sono forse scontrati duramente contro limiti irremovibili e sono cresciuti con la fragilità di non essere stati riconosciuti nel loro desiderare, nella legittimità del loro provare emozioni e avere idee. Ora rischiano di fare da cassa di risonanza rispetto ai primi dolori del figlio. Vanno avanti pensando che nessuno debba soffrire, nessuno debba avere paura. Loro soffrono si ritrovano soli, senza famiglia con le difficoltà lavorative ma chiedono ai figli di renderli felici, non possono tollerare che anche i loro figli siano in difficoltà. Per questo addossano le responsabilità dei limiti del figlio al mondo, agli altri, a volte anche a se stessi.

Per prima cosa è importante sostenere il desiderare del figlio anche quando esso si nasconde dietro desideri poco in sintonia con i propri.

Poi è necessario guardare lontano: il figlio adolescente non è in grado di riconoscere il proprio desiderio più pieno. Tentenna, sobbalza, guarda non più lontano di qualche giorno. Avrà bisogno di rafforzarsi e di accrescere il senso di sé Agente ed efficace prima di pronunciarsi sul suo desiderio più importante. L'adulto deve saper aspettare.

Mentre aspetta, il genitore sa mettere da parte le assolutizzazioni, non per devitalizzare idee, valori e sentimenti, ma per promuovere un atteggiamento di responsabilità alla ricerca di un proprio senso accettando il rischio e la fatica.

Educare al rispetto delle regole senza paura al dire no, senza la paura di perdere l'affetto dei figli. Sapendo che proprio grazie ai limiti il figlio riconoscerà se stesso e il suo desiderio, e lo troverà degno di essere investito. I limiti danno valore a ciò che è limitato. I desideri superficiali non verranno altrettanto investiti. Il confronto con il limite insegnerà anche al ragazzo che le difficoltà possono essere sfide da prendere con gusto. Esse infatti aiutano a pensare: senza difficoltà si crea il vuoto. Oggi forse le patologie in adolescenza sono meno gravi ma vanno aumentando le difficoltà legate alla mancanza di senso, all'inutilità di qualsiasi investimento. La società del benessere, dove tutto sembra possibile, paradossalmente produce un diffuso e sempre più forte senso di vuoto, di disagio e di impotenza. L'assenza di limiti crea una sorta di bulimia per cui si vorrebbe divorare tutto, oppure un atteggiamento di rinuncia perché nulla sembra più desiderabile, interessante e si perde così il senso stesso del vivere.

Far sentire il valore del tempo, altrimenti si assiste al dilagare di comportamenti che presuppongono uno stato di PRESENTE INFINITO: ci siamo sempre e per sempre. La nostra storia invece ha un limite ma in questo limite assume anche una dimensione di valore. Se invece penso che ci sono per sempre e che l'altro c'è comunque, va sempre bene tutto, non mi devo preoccupare, ci sarà sempre un rimedio a tutto.

Continuare ad essere persone desideranti: l'adolescente più che dar retta a quel che gli si dice, guarda e valuta riorganizzando una propria idea del mondo. Se guarda ad adulti appassionati, che non hanno paura di rischiare, che reggono il proprio dolore crescerà in lui la speranza di riconoscere i propri desideri e di poterli reggere.

Gli adolescenti, con l'irruenza e la provocazione, ci lanciano sempre un appello chiaro: entrare in relazione, dare voce ai loro desideri, avvertire che ciò che portano con sé, la loro vita, la loro richiesta affettiva, è importante prima ancora di ogni pensiero giusto preconfezionato. Questa è la nostra responsabilità, che, a volte, lascia tracce significative.

“Quando penso al mio futuro, mi piace osservare mia mamma, con quale amore aiuta me e mio fratello e mio papà che, al ritorno dal lavoro aiuta mia mamma. Questo mi fa pensare al mio futuro: io, mio marito e i miei figli...”.

Perché si ha paura a dire di no? Cosa viene messo in discussione?

Essere genitore è un proprio desiderio?

I desideri dei genitori quando erano adolescenti: ora sono realizzati?