

PSICOLOGIA E MORBOSITÀ

Quando il male viene per nuocere

Psicologia e morbosità

Quando il male viene per nuocere

A cura di Elena Cabras e Valeria Saladino

INDICE

Prefazione

Elena Cabras, Valeria Saladino

- Dark Tourism. La psicologia del viaggiatore
- Rubberneck effect, curiosità e piacere
- Trauma e dissociazione
- L'amore "impuro"
- Sindrome del Sopravvissuto: definizione, sintomi e trattamento
- L'oggetto di tutto il mio amore
- Il suicidio, pensarlo e osarlo
- Amore insano
- Amanda Todd, cyberbullismo e suicidio
- Gaslighting: quando la violenza è manipolazione mentale

- Alcol e occultismo, il significato esoterico dell'alcolismo
- Basic Instinct. Eros e sessualità
- Cyberpedofilia. Oltre lo schermo

ABOUT THE AUTORS

Elena Cabras

Psicologa, Psicoterapeuta, esperta in psicologia giuridica e consulente tecnico di parte in ambito civile e penale. Svolge la propria attività clinica con particolare attenzione al trattamento dell'adulto, delle nuove dipendenze e alla risoluzione delle problematiche di coppia.

Valeria Saladino

Psicologo clinico, specializzata in criminologia, psicologia giuridica e scienze forensi. Si occupa di ricerca nell'ambito delle *New Addictions*, del *Sexual Offending* e dell'impiego delle nuove tecnologie in ambito trattamentoale. Appassionata di parapsicologia e metapsichica.

Prefazione a cura di

Elena Cabras e Valeria Saladino

Il fascino verso ciò che ci sconvolge e terrorizza può essere più forte di qualsiasi istinto. Il bisogno inconsapevole di guardare in faccia e toccare con le proprie mani il volto del dolore. Incidenti, catastrofi naturali, luoghi di cronaca nera, omicidi efferati e amori impossibili. Storie vere che racchiudono l'irrazionalità dell'uomo. La psicologia dà il suo contributo approfondendo questi temi e spiegandone i meccanismi.

Il male ci fa paura ma allo stesso tempo provoca in noi quel sentimento di smarrimento e curiosità che ci spinge a voler sapere come andrà a finire. Così si trasforma l'amore in ossessione, un omicidio in rituale, il suicidio in culto e le relazioni in feticismo.

Questi e molti altri i temi trattati e approfonditi in questo lavoro curato nei particolari.

Dark Tourism. La psicologia del viaggiatore

Fascinazione per la morte e ricerca del rischio

Il turismo nero o *dark tourism* è quella forma di turismo che vede la ricerca di luoghi solitamente non associati a località turistiche. Di solito si tratta di luoghi associabili alla morte o alla sofferenza. Ad esempio sono i luoghi di efferati omicidi o di catastrofi naturali. Il *dark tourism* è un fenomeno recente, anche se vede le sue radici nell'antichità. Un esempio di turismo nero è la partecipazione ai giochi dei gladiatori o alle esecuzioni di morte nel corso dei secoli bui. Dunque la fascinazione per la morte e per i luoghi a essa legati non è poi così nuova. Ciò che è cambiato nel corso dei secoli è sicuramente la motivazione che conduce le persone a questa forma di turismo. Il tema della morte oggi comporta una forma di attrazione sociale correlabile al bisogno continuo di nuove sensazioni ed esperienze. Sembra che oggi il turista desideri lasciarsi coinvolgere in questi *tour* oscuri per ricercare nuove emozioni e perché considera le forme tradizionali di turismo fuori moda.

Non è tuttavia semplice identificare il turismo nero. Le categorie di "attrazioni" che vi rientrano sono diverse, cimiteri, campi di sterminio, il Monte Sinai, le case dell'orrore, il *World Trade Center*. Ciò che realmente fa del *dark tourism* una forma di turismo nero è unicamente la motivazione che spinge il turista in quel determinato luogo e l'ottica con cui vi si approccia. Una prima differenza terminologica deriva da Rojek (1993), il quale definiva i cimiteri o luoghi commemorativi come "luoghi nostalgici" mentre attrazioni nere o *black spot* i luoghi di cronaca nera. Foley e Lennon (1996), furono i primi a parlare di *dark*

tourism o thanaturismo, descrivendo i luoghi di morte e distruzione; ad esempio, luoghi associati alla guerra. Altri ritengono che lo stare in contatto con luoghi di sofferenza aiuti a capire gli errori del passato e a valutare diversamente l'epoca in cui si vive.

Viaggiatore o turista?

Una destinazione può assumere una connotazione *dark* in base alle cause. Ci sono luoghi per cui nasce un'attrazione per motivazioni storiche, ad esempio il Colosseo o i campi di concentramento. Altri luoghi invece attraggono poiché luoghi di divertimento basati su attrazioni macabre, come il museo delle cere o le attrazioni *horror*. Altri ancora sono luoghi testimoni di morti atroci o di persone famose, dunque non hanno nulla di turistico. Da qui derivano le cinque possibili interpretazioni sulle cause del thanaturismo:

Viaggio come desiderio di assistere ad un'esecuzione di morte o al partecipare ad eventi estremi;

Viaggio come volontà di visitare luoghi testimoni di massacri;

Forma di commemorazione verso luoghi come cimiteri e memoriali;

Curiosità nel vedere musei o siti che rappresentano luoghi di guerra o di sterminio;

Ricerca del rischio connesso alla simulazione delle atrocità legate al luogo, come le case degli orrori.

La vera differenza tra il viaggiatore e il turista deriva dalla ricerca di autenticità. La motivazione che spinge il viaggiatore a vagare per i luoghi più insoliti è la totale immersione nella cultura del luogo straniero. Lo stesso vale per l'attrazione verso luoghi insoliti piuttosto che tradizionali. La ricerca di esperienze emotivamente autentiche e la voglia di confrontarsi con la faccia più cupa di una cultura spesso comporta queste forme di turismo. È dunque l'interpretazione la chiave dello stesso viaggio. Ed è anche il processo attraverso cui l'oggetto dell'osservazione comunica il suo significato (Moscardo, 2008). Il turismo nero è considerato anche una forma di *memento mori*. Il ricordare a sé stessi che, inevitabilmente, saremo tutti coinvolti dallo stesso destino.

Attrazioni macabre: Chernobyl

Sono diversi i luoghi che comportano una certa attrazione. Fra questi quello più gettonato è la centrale di Chernobyl. Centrale in cui è avvenuto il più grande disastro nucleare della storia. La disgrazia è costata la vita a 65 mila tecnici e 4 mila abitanti. Alcuni non hanno mai lasciato le loro abitazioni e vivono a trenta chilometri di distanza dalla centrale. Nel paese di Tulgovich vi sono ormai solo pochi anziani che attendono il camion settimanale da cui acquistare cibo e attrezzi da lavoro. Uno spettacolo decadente. La vecchia scuola dai vetri rotti e dai colori spenti. Il tabellone, affisso sullo steccato esterno è

aggiornato dall'ingegnere responsabile del sito e riporta quotidianamente il livello di radiazioni presenti nella zona.

La zona evacuata è oggi ripopolata da animali selvatici. Dopo venticinque anni dal disastro il Ministero per le emergenze ucraino ha approvato delle norme di sicurezza per coloro i quali verranno a visitare Chernobyl. Attualmente il governo sta progettando la possibilità di aprire la centrale ai fini turistici. Ci si chiede quanto possa essere il livello di pericolosità delle radiazioni presenti in questo luogo. In realtà, secondo gli esperti, le radiazioni a Chernobyl non sarebbero tali da essere nocive per i turisti. Il pericolo potrebbe sorgere solo nel caso di un'esposizione prolungata. A 180 metri dal reattore numero 4 da cui partì l'esplosione il 26 aprile 1986 sorge un sarcofago costruito attorno al reattore per contenere le radiazioni. Lentamente si è deteriorato. È proprio di fronte a questa grande tomba che molti turisti si fanno fotografare, con le loro maschere antigas. A poca distanza enormi pali in acciaio, fondamenta del nuovo sarcofago.

Riferimenti bibliografici

Ashworth, G. & Hartmann, R (2005) *Horror and Human Tragedy Revisited: The Management of Sites of Atrocities*. New York: Cognizant Communications Corporation.

Cataluccio, F.M. (2011). Chernobyl. Sellerio Editore Palermo.

Seaton, A. (1996) Guided by the dark: From thanatopsis to thanatourism. *International Journal of Heritage Studies* 2 (4), 234-244.

Stiver, R. (1996). Towards a sociology of morality. *International of Sociology and Social Policy*, 16 (1-2), 1-14.

Rubberneck effect, curiosità e piacere

Incidenti stradali e congestione del traffico

Un incidente, un uomo fermo sul ciglio della strada, dei detriti ammassati in un angolo. Ogni fenomeno anomalo attira la nostra attenzione. La fascinazione verso ciò che ci terrorizza è stata studiata e approfondita dalla psicologia. Un esempio di questo fenomeno è il *rubberneck effect* o l'azione di rallentare e guardarsi intorno con curiosità dinanzi ad un incidente stradale. Questo comporta un'esacerbazione del traffico sino al blocco d'intercoursie. Cambridge ha evidenziato che ben il 25% della congestione del traffico negli Stati Uniti è dovuto a "incidenti". Alcune ricerche condotte presso la Delft University of Technology (Knoop et. al., 2008) hanno analizzato il comportamento degli automobilisti di fronte ad un incidente e l'effetto del rallentamento stradale.

Nel filmare il comportamento dei guidatori e l'andamento del traffico durante un sinistro, i ricercatori hanno evidenziato un aumento del traffico pari al 50% nella corsia opposta a quella dell'incidente. Il rallentamento non era dovuto a ostacoli fisici ma unicamente alla curiosità dei guidatori che rallentavano intenzionalmente. Il traffico si muove verso la posizione che offre la migliore vista dello schianto. Il blocco del traffico comincia con un veicolo definito "*leader*" che rallenta per guardare l'incidente. Questo crea un'onda d'urto che si espande su tutta la corsia coinvolgendo le auto presenti. Nel punto esatto in cui è posto il relitto, le auto riprendono un andamento normale, sbloccando il flusso.

Si impara osservando, si imita facendo

Esiste dunque un *first driver*, colui che senza saperlo, influenza gli altri che imitano il suo stesso gesto. Probabilmente se il primo veicolo non rallentasse, non esisterebbe alcun *rubberneck effect*.

Le teorie psicosociali attribuiscono questo fenomeno a una forma di apprendimento vicario (Crapara, 1997). L'apprendimento vicario consiste nell'imitazione di azioni e atteggiamenti osservati in precedenza. Da tale teoria Thomas Schelling descrive il *rubberneck effect* come l'effetto di un accordo implicito fra automobilisti. Il fatto che una sola persona osservi l'incidente comporta che tutti sentano il diritto di poterlo fare. Essendo un comportamento umano radicato nell'esperienza è difficile modularlo.

Perché si prova “piacere” nel guardare questo genere di avvenimenti? Sembra esserci una fascinazione che coinvolge la persona. Tendenza che porta l'essere umano a osservare e analizzare il luogo di un disastro. Un esempio comune è dato dai film a sfondo catastrofico. Ci immedesimiamo con i protagonisti e ci chiediamo cosa avremmo fatto in una situazione simile. Da una parte è un modo per testare, anche se simulando, il nostro eventuale “sangue freddo”. Dall'altra abbiamo forse bisogno di convincerci di essere pronti ad affrontare una tale paura in situazioni analoghe. In entrambi i casi vi è la ricerca di emozioni forti in una situazione che è comunque controllata. Alcune persone sentono il bisogno di sperimentare sensazioni di paura e terrore sapendo, però, di essere al sicuro.

Il cinema consente questo genere d'immedesimazione.

Negli occhi del testimone

L'immedesimazione, tuttavia, non è solo virtuale ma può prodursi realmente anche nella vita di tutti i giorni osservando ciò che accade nelle nostre città: rapine, incidenti, liti, aggressioni...solo per citare alcuni casi. Esaminare un incidente stradale come semplici testimoni, ad esempio, pone lo spettatore in una posizione di attento scrutatore laddove una profonda investigazione dell'accaduto fa credere di possedere gli strumenti per la giusta lettura del caso. La curiosità umana diventa morbosa alla luce di una quotidianità che vede l'informazione ormai perenne e facilmente fruibile in ogni momento e in ogni contesto. *Smartphone* e *tablet* fanno viaggiare le notizie in tempo reale. Questo porta lo spettatore direttamente sul luogo del "delitto" anche se oltreoceano.

Le eventuali responsabilità delle dinamiche tra le parti portano, pertanto, a un'illogica e transitoria onnipotenza. Questo fa credere all'osservatore che "quella cosa lì" a lui non sarebbe mai accaduta. Avrebbe reagito o agito diversamente. Vi è un procedimento mentale noto e globale che rimanda sempre agli "altri" eventuali disgrazie. Per auto-tutela psichica è impossibile pensarle dirette a noi o alle persone a noi care. Ovvio quanto lasci interdetti, invece, la smentita di tale profezia: non siamo immuni dalle disgrazie ma scandagliare quelle degli altri ci fa credere il contrario.

Un meccanismo mentale completamente diverso da quello presente nella cosiddetta sindrome del sopravvissuto dove invece chi sopravvive a un evento traumatico si stupisce dell'essersi salvato e sviluppa forti sensi di colpa poiché convinto di non meritare il privilegio di esserne uscito incolume, ponendosi in una posizione fortemente

debitoria rispetto a coloro che, purtroppo, non ce l'hanno fatta.

Riferimenti bibliografici

Crapara, G. V. (1997). Bandura. Franco Angeli: Milano.

Schelling, T. (2006). Micro motives and Macro behavior.

Bellelli, G., Gasparre, A. (2009), Emozioni morali e processi cognitivi: vergogna e colpa nelle esperienze quotidiane e traumatiche. *Cognitivismo clinico*, 6 (2), 141-160.

Trauma e dissociazione

Sono io e sono qui

La dissociazione come reazione di difesa a un trauma psichico comporta una divisione dei sistemi mentali. Questo meccanismo mette a rischio l'integrità della persona. La sfera della nostra consapevolezza viene meno e le percezioni che descrivono il nostro essere nel mondo si offuscano. Janet (Ortu F. & Craparo G., 2016) considerava la dissociazione come una forma di restringimento del campo di coscienza. L'autore associa le patologie legate ai traumi a una perdita di integrazione della psiche. Egli identifica le tre funzioni integratrici della coscienza senza le quali non saremo capaci di interagire e stare nel mondo.

- Sintesi personale: consiste nella capacità di integrare memorie ed eventi in un'unica identità costante;
- Presentificazione: concentrazione sul presente, capacità di non perdersi nelle memorie del passato;
- Funzione di realtà: capacità di agire sulla realtà e di manipolarla per raggiungere i propri obiettivi.

Tramite queste tre funzioni la persona è capace di vivere le esperienze quotidiane e porle in relazione con il passato e il futuro, mantenendo una sua personalità stabile.

Folle o sano?

Bromberg (2007) pone in relazione il trauma e la dissociazione. Ipotizza che la mente si divida in vari stati definiti discreti. Questa molteplicità di stati garantisce un funzionamento da una parte autonomo dei vari Sé, dall'altra integrato. Un evento definito traumatico rischia di invalidare l'integrazione del Sé e produrre così un senso di discontinuità. La persona potrebbe percepirsi come fuori dal proprio corpo (depersonalizzazione) o non riconoscere come reale un dato luogo (derealizzazione). Se il trauma è sistematico e continuativo nel tempo, come nel caso di abusi fisici, psicologici o sessuali, che perdurano durante l'arco dell'infanzia, potrebbe strutturarsi un disturbo dissociativo di personalità.

Esistono, infatti, vari livelli di dissociazione. La patologia sopraggiunge quando questo meccanismo è utilizzato in maniera massiva e rigida. La mancanza di riflessione sull'evento traumatico comporta un progressivo distaccarsi dallo stesso sino a sviluppare un'incapacità di integrarlo nella propria esperienza. Questa divisione consiste in una parte definita "personalità apparentemente normale" o ANP, e in una "parte emozionale" o EP. La persona diviene come un edificio dai vetri oscurati, può mostrarsi all'esterno nella sua veste migliore ma nessuno vede cosa c'è dentro. Potrebbe sembrare apparentemente normale ma essere scisso emotivamente.

Quale me? Traumi, incidenti, abusi e reminders

La mente di chi è vittima di un incidente ritorna agli eventi facendo un vero e proprio salto indietro nel tempo. I *reminders* non sono banali collegamenti con l'evento traumatico bensì ancoraggi con il trauma così forti da creare

sensazioni talmente intense da sembrare reali. Sono tutte quelle situazioni o sensazioni percettive che risvegliano il trauma vissuto. Un odore o un colore possono risvegliare il ricordo in una maniera così vivida da innescare paura e terrore simili a quelli originali, anche se a distanza di molto tempo. Alcuni sono traumi così gravi da portare a un disturbo dissociativo d'identità, come nel caso dell'abuso sessuale sistematico nell'infanzia da parte del proprio genitore; l'incesto inconfessabile e inaccettabile.

Per concludere, ecco a voi le parole di F. una ragazza poco più che ventenne che durante un'intervista condotta a scopo di ricerca ci racconta l'incidente stradale nel quale rimase coinvolta da adolescente insieme al padre in una notte invernale nella città di Roma:

“È come fosse successo pochi minuti fa! Ogni volta che incontro un incidente per strada, fosse anche solo un tamponamento...la mia testa si svuota e il corpo si paralizza. L'odore delle lamiere roventi è particolare, non saprei neanche descriverlo...acre, pungente, caldo sulla pelle ha una consistenza reale per me. E la mia mente va altrove...ritorna a cinque anni prima come non fosse trascorso neanche un giorno. Il mio corpo resta ma la mia mente e i miei pensieri no. Una scocca vuota! Impietrita...ritorna tutto il terrore di quei momenti. Devo sforzarmi di ritornare in me, di ritornare qui dove sono ora mentre parlo con voi. Finché non mi allontanano e concentro il mio olfatto altrove non sono la F. di adesso ma quella di 5 anni fa in quell'incidente. Ho imparato a contare sulle mie narici per salvarmi, per questo porto sempre con me in borsetta un piccolo campioncino di profumo... e comunque un fiore o l'odore della pioggia sono la mia salvezza per tornare nel presente”.

Riferimenti bibliografici

Bromberg, P.M. (2007). Clinica del trauma e della dissociazione. Standing in the spaces. Cortina Raffaello: Milano.

Giamundo, V. (2013). Abuso e maltrattamento all'infanzia. Franco Angeli: Roma.

Ortu, F. & Craparo G. (a cura di). (2016). Trauma, coscienza, personalità. Scritti clinici. Cortina Raffaello: Milano.

L'amore "impuro"

Incesto, quella vicinanza proibita

L'incesto, o meglio il suo profondo divieto, congiunge i popoli. Insieme al cannibalismo, è un tabù così radicato nella società da essere disapprovato per motivi che si estendono oltre il credo religioso attraverso l'apprensione per la protezione della specie umana, sia in senso educativo che biologico. Il divieto alla fantasia incestuosa e alla sua pratica, pertanto, si configura quale norma universale accettata da tutti...o quasi, quando fatti di cronaca riportano alla realtà episodi di amori incestuosi tra consanguinei che non sono più frutto di virtuali congetture.

Per alcune società arcaiche, come ad esempio i faraoni egizi o gli Inca, l'incesto era sovente una consuetudine in quelle famiglie molto potenti che avevano come obiettivo la conservazione del loro potere. Indipendentemente da eccezioni storiche del passato, a oggi, non vi è collettività disposta a rassegnarsi a probabili relazioni sessuali tra consanguinei, specialmente se consumate tra genitori e figli o tra fratelli e sorelle.

Amore e piacere, al di là del legame di sangue

Secondo l'antropologo Claude Lévi-Strauss il divieto di praticare l'incesto è la proibizione dell'endogamia e, quindi, l'esortazione all'esogamia che porta le famiglie a stabilire relazioni esterne che consolidano la solidarietà tra i gruppi e ne escludono un eventuale isolamento o una discendenza danneggiata geneticamente dalla consanguineità. A tal proposito, sempre Lévi-Strauss (1949), sostiene che il veto all'incesto sia una costante universa-

le che segna il passaggio dal puro stato di natura a una società umana organizzata. Siamo umani poiché non disposti all'incesto. La proibizione all'incesto è, pertanto quel "passo fondamentale grazie al quale, per il quale, e soprattutto nel quale, si compie il passaggio dalla natura alla cultura".

Come fratello e sorella...

L'incesto, quindi, è un tema molto delicato, scabroso e morboso, assolutamente non facile da descrivere sia in termini scientifici sia di pura narrazione di alcuni episodi di cronaca.

Nuovo Galles del Sud. Australia. Il Daily Telegraph Australia ci racconta la storia della famiglia Colt. La famiglia era composta da 40 individui nati da rapporti sessuali tra consanguinei. È stato definito il più grave caso d'incesto della storia in quanto ha coinvolto quattro generazioni. La famiglia viveva fra le colline. Il caso è uscito fuori unicamente perché si notò la mancanza dei bambini a scuola. Le autorità recatesi sul luogo notarono la presenza di due camper, due tende e due baracche prive di acqua potabile e servizi. I bambini vivevano nello sporco, mangiando da stoviglie ricoperte di muffa e nutrendosi di cibo avariato. Addirittura sul letto di uno dei bambini dormiva un canguro. Dalle analisi si vide come la famiglia era nata dai trisavoli, fratello e sorella, tutti accoppiatisi tra loro. I padri erano anche zii e i bambini mostravano un grave ritardo cognitivo, danni neurologici ed avevano subito violenze ed abusi. I bambini avevano rapporti sessuali fra loro e, quando non protagonisti, erano costretti ad assistere alle violenze sui fratelli.

Madri e figli

L'amore, la morbosità del legame. L'unione incestuosa che consolida il rapporto fra una madre e un figlio. Sin dalla nascita uniti nelle viscere. Il rapporto incestuoso può consumarsi anche in termini unicamente psicologici. In casi estremi il terrore di perdere l'oggetto del proprio desiderio e del proprio amore può comportare un gesto atroce, come l'omicidio.

Asherville. Carolina. Una donna di 44 anni, Melissa Kitchens, mamma di Thomas, 25 anni. I due avevano una relazione sessuale. Thomas, 25 anni, aveva già un figlio di pochi mesi e abitava con la moglie poco distante dai familiari. Nonostante tutto, la moglie ha comunicato sul social network Facebook che perdona il marito: "Quando si decide di prendere qualcuno, bisogna anche imparare ad amarlo nonostante gli errori. La mente può arrabbiarsi ma il cuore rimarrà con lui".

Si ricorda il famoso film di Alfred Hitchcock, *Psycho*, che narra la vicenda di Norman, arrestato per omicidio. Durante il colloquio con lo psicologo, Norman è completamente soggiogato dalla personalità della madre, che egli stesso aveva ucciso. Dopo la morte del padre, la madre di Norman cominciò a frequentare un altro uomo. Il ragazzo geloso, li uccide entrambi ma non sopportando di perdere la sua unica figura di gratificazione, la sua personalità subisce una scissione che lo porta a identificarsi, da una parte, con quella parte di sé stesso che è ancora geloso della madre, dall'altra parte, con la madre stessa, la cui personalità lo porta a eliminare tutte le giovani donne che minacciano il loro rapporto. Hitchcock tratta la tematica del complesso edipico, estremizzandone i risvolti psicologici. Tuttavia non così estremizzati, giacché la storia

di Norman è ispirata alle vicende del serial *killer* Ed Gein, il quale fece della madre un elemento chiave della sua vita e della sua casa.

Riferimenti bibliografici

Les Structures élémentaires de la parenté (1949, 1968). Trad. *Le strutture elementari della parentela*, trad. di Alberto Mario Cirese e Liliana Serafini, Feltrinelli, Milano, 1972.

Guidorizzi, G. (a cura di) (2007). *Legami di sangue, legami proibiti. Sguardi interdisciplinari sull'incesto*. Quaderni del D@MS di Torino.

Violetti, A. (a cura di) (2012). *Storie d'incesto. Tempi e spazi nell'«Apollonio di Tiro»*. Università.

Sindrome del Sopravvissuto: definizione, sintomi e trattamento

La Sindrome del Sopravvissuto è una condizione psicologica che sopraggiunge nelle persone che riescono a sfuggire a eventi catastrofici. Tutte le volte che avvenimenti di eccezionale gravità implicano un gran numero di perdite, è plausibile che tra i superstiti si manifesti tale sindrome, un genere di trauma psichico collegato al senso di colpa di avercela fatta rispetto ad amici, parenti, conoscenti e non. In generale, quindi, il pensiero di avercela fatta rispetto al prossimo che non c'è più! *“Perché gli altri sono morti e io no?”* è la domanda che ripetutamente alberga nella mente di chi resta. Di chi si salva, appunto. Quello che contraddistingue l'emozione di base dei sopravvissuti, pertanto, è che questi si riconoscono (a torto) non solo colpevoli per un ingiusto danno cagionato all'altro ma anche responsabili attraverso l'eventuale astratta fantasia di aver causato tale male.

Quali sono i sintomi della Sindrome del Sopravvissuto e come affrontarli?

I primi studi legati all'argomento sono stati eseguiti sulle persone sopravvissute ai lager nazisti, che cominciarono a manifestare disagi psicologici legati a un senso di colpa talmente forte da limitarne il corretto funzionamento sociale. Erano, infatti, riscontrabili: tendenza a rivivere l'evento traumatico, ruminazione mentale, ritiro sociale, sentimenti d'inadeguatezza, ansia e sviluppo di disturbi depressivi. Nonostante il trascorrere del tempo, tali sin-

tomi sono gli stessi che oggi si rilevano nei sopravvissuti a catastrofi naturali o incidenti importanti. Per affrontare questo quadro sintomatologico è auspicabile il sostegno della psicoterapia. La relazione terapeutica è importante per aiutare la persona colpita dalla sindrome a diventare più consapevole delle false credenze e dei pensieri “parassita” che alimentano il suo senso di colpa, anche mediante una nuova e più funzionale interpretazione della realtà. È importante rendere questi soggetti più compassionevoli nei loro riguardi, per non alimentare il severo e rigido giudizio di Sé e delle proprie responsabilità che si sviluppa in questi casi. Il paziente, pertanto, può apprendere a essere meno giudicante e più indulgente nei propri confronti, rendendosi conto che l'evento tragico accaduto era al di fuori del suo potere. Una volta accettato l'episodio traumatico, e diminuito il senso di colpa, si può passare al potenziamento del controllo dei propri sentimenti e pensieri tramite un approccio più morbido e *mindfulness*.

Cos'è la terapia EMDR e perché è utile in questi casi?

I sintomi di cui si è discusso caratterizzano il Disturbo Post Traumatico da Stress (PTSD). Chi soffre di questo disturbo ha una spiccata sensibilità allo stress, ricordi intrusivi legati all'evento che ha scatenato il trauma e comportamenti di evitamento. Oltre alla psicoterapia, sono diversi i metodi utilizzati per mediare tali sintomi: uno di questi è la terapia basata *sull'Eye Movement Desensitization and Reprocessing*, ideata nel 1987 dalla psicologa americana Francine Shapiro. Quest'approccio utilizza i

movimenti oculari per l'elaborazione di ricordi traumatici. L'EMDR è stato considerato fra i metodi terapeutici più efficaci nel trattamento del PTSD e della Sindrome del Sopravvissuto.

La stessa Shapiro racconta (Craparo, 2013): *“Mentre camminavo cominciai a fare attenzione. Notai che quando un pensiero fastidioso mi entrava nella mente, i miei occhi cominciavano spontaneamente a muoversi avanti e indietro, compiendo rapidi spostamenti ripetitivi in diagonale, da in basso a sinistra a destra in alto. Allo stesso tempo notai che il pensiero era svanito dalla mia consapevolezza e quando vi riportavo l'attenzione molto del suo carattere molesto era scomparso. La cosa m'incuriosì. Cominciai a provocarla deliberatamente. Pensai a qualcosa che provocava una leggera ansia, e questa volta effettuai i movimenti oculari intenzionalmente. Anche quel pensiero andò via”*

Da queste considerazioni emerge che è possibile ridurre l'effetto negativo dato dal trauma attraverso una procedura di desensibilizzazione consapevole. Ciò che caratterizza tale consapevolezza è la capacità di distinguere le proprie sensazioni psicofisiche. La terapia si basa, infatti, sul rievocare il ricordo traumatico e muovere gli occhi a destra e a sinistra contemporaneamente: questa stimolazione bilaterale produce in un primo momento una desensibilizzazione e secondariamente una rielaborazione delle informazioni. A dimostrazione del fatto che corpo e mente viaggiano insieme, l'EMDR è considerato un metodo efficace per la cura del PTSD, e di conseguenza della Sindrome del Sopravvissuto, in diversi paesi e strutture, tra cui: Clinical Resource Efficiency Support Team

(CREST) dell'Irlanda del Nord, Dutch National Steering Committee Mental Health Care, French National Institute of Health and Medical Research (INSERM) e Medical Program Committee /Stockholm City Council.

Riferimenti bibliografici

APA (American Psychiatric Association), (1994). Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali (*DSM-IV*). Trad. it. Masson, Milano.

Craparo, G. (2013). Il disturbo post traumatico da stress. Carocci Editore.

Mancini, F. (1997). Il senso di colpa: un'analisi cognitiva. *Psicoterapia*, 9, 12 – 27.

Shapiro F., (1995). Eye movement desensitization and reprocessing: basic prinples, protocols and procedures. Guilford Press, NY. Trad. It. (a cura di I. Fernandez) EMDR. Desensibilizzazione e rielaborazione attraverso i movimenti oculari. Mc Graw Hill, Italia, Milano (2000).

L'oggetto di tutto il mio amore

Il legame feticista

Lo sviluppo sano della personalità deriva sia da un appropriato progresso dell'area sociale, cognitiva e affettiva sia dal tipo di relazioni che la persona crea con l'ambiente circostante nel corso della propria infanzia.

L'affettività che ne consegue è formata da emozioni, sentimenti e stato umorale prodotti proprio dal tipo di relazioni stabilite. Studiare lo sviluppo affettivo e questi elementi, pertanto, vorrà dire approfondire il tipo di relazioni che il soggetto instaura e le caratteristiche personali influenzate da fattori esterni quali: l'accettazione o il rifiuto dell'ambiente esterno, il comportamento dei genitori e l'opportunità di cimentarsi in situazioni sociali positive.

Di grande importanza è la relazione madre-figlio poiché essa rappresenta la prima relazione oggettuale del bambino in base alla quale egli organizzerà i successivi rapporti sociali. Se il rapporto con la madre sarà lacunoso o prematuramente interrotto, si produrranno, sul versante emotivo, mancanze tali che condizioneranno sfavorevolmente, e nei casi più gravi senza possibilità di recupero, lo sviluppo psicofisico del bambino. Vi sarà, quindi, una carenza affettiva dovuta all'impossibilità di godere del sostegno materno, delle sue cure e delle capacità di contenimento fisico ed emotivo; in sintesi, uno stato di inadeguatezza emotiva dovuto a bisogni primari non soddisfatti nel rapporto diadico con la propria madre.

Feticismo: in adorazione di un pezzo di te

Se il rapporto oggettuale con la madre è bruscamente interrotto o non basato sulla soddisfazione delle necessità basilari del bambino, nell'età adulta egli ricercherà tale oggetto all'esterno anche attraverso la venerazione di parti corpo di altre persone, che diverranno la meta del suo desiderio, del suo amore e della sua soddisfazione erotica. È il caso del feticismo: una parafilia che sposta la meta sessuale dalla persona considerata nella sua interezza a un suo sostituto dato, appunto, da una parte del corpo, un indumento o altro oggetto.

Il feticista, pertanto, prova attrazione per elementi che fuoriescono dagli schemi tradizionali della sessualità. Si rientra, quindi, nel caso della patologia quando il feticcio rimpiazza completamente la persona oggetto d'amore e desiderio; si distacca dalla persona trasformandosi in oggetto sessuale irrinunciabile per il raggiungimento del godimento personale. Vi è, in questi casi, una supervalutazione a livello psicologico dell'oggetto sessuale che diventa di primaria importanza nella vita del feticista. Attraverso l'oggetto si crede di amare il mondo e si ha l'illusione di essere amati, in un auto-inganno di riavvicinamento con quella relazione oggettuale materna tanto bramata poiché mai posseduta.

Un caso di feticismo estremo: il macellaio di Plainfield

Quali pensieri passavano per la mente del giovane Edward Gein quando la madre Augusta leggeva ad alta voce a lui e al fratello i passi della Bibbia dell'Antico testa-

mento? cosa stava domandandosi nell'immaginare scenari di morte e distruzione? La madre, fanatica religiosa, lo aveva educato al pentimento e all'obbedienza. L'immoralità del mondo e l'impudicizia delle donne erano i soli principi che riconosceva possibili. Il sesso era inaccettabile se non ai fini della procreazione.

Edward cresce in un contesto spoglio di qualsiasi libertà. In casa subiva abusi sessuali da parte del padre alcolizzato e assisteva alle violenze sulla madre. Poteva uscire unicamente per andare a scuola. Il padre era spesso disoccupato e la madre aveva acquistato una fattoria in periferia, a Plainfield. La fattoria divenne la dimora della famiglia ed anche la famosa casa degli orrori del "macellaio di Plainfield" come Gein verrà soprannominato.

Ossessione e possessione materna

Crescendo, come tutti gli adolescenti, Edward cominciò a sentire il bisogno di conoscere il proprio corpo e la propria sessualità. Il suo primo orgasmo fu provocato dal vedere i genitori che macellavano un maiale. La madre divenne talmente possessiva nei confronti del figlio che una volta, dopo averlo sorpreso a masturbarsi, l'afferrò per i genitali che chiamava "maledizione dell'uomo" e li immerse nell'acqua bollente. La madre riteneva le donne delle prostitute, solo lei si salvava da questo peccato. Quando Edward compì ventuno anni, insieme al fratello, promise alla madre di rimanere vergine per tutta la vita.

Gracile e timido Gein subiva violenze e insulti da parte dei compagni di classe. Aveva un atteggiamento strano. Era solito sogghignare e ridere senza motivo durante le conversazioni più serie. Nel 1940 il padre morì. I fratelli cominciarono a scontrarsi per le diverse opinioni circa il

pensiero della madre sulla sessualità. Nel 1944 un incendio alla fattoria provocò la morte del fratello di Edward. Il corpo fu poi ritrovato grazie alle indicazioni dello stesso Edward che riferì di aver perso di vista il fratello. Il cadavere del ragazzo mostrava la presenza di un trauma alla testa. Tuttavia il caso fu archiviato e la morte del ragazzo dichiarata per asfissia.

Vivere con la madre

Dopo la scomparsa del fratello, Edward visse con la madre per due anni, sino alla morte della donna. La perdita della madre lasciò l'uomo nella completa desolazione. Isolato nella fattoria, la vita di Gein era priva di significato senza la madre, divenuta unico oggetto d'integrazione delle varie parti dell'uomo. Perderla provocò in Gein un progressivo allontanamento dalla realtà e dalla percezione di sicurezza che il grembo materno gli assicurava. A quel punto Gein si rese conto che avrebbe dovuto ricostruirla, pezzo dopo pezzo, con feticistico amore.

Il rapporto ambivalente che Edward aveva con la madre lo portava a elogiarla e ritenerla creatura quasi divina da una parte, e a rifiutarla e temerla dall'altra. La amava e la odiava, dipendeva da lei ed era completamente dominato dai suoi pensieri. Da qui comincia il bisogno di aggrapparsi a ciò che ne mantiene viva la memoria e la presenza.

La scia di sangue, sino a casa

Nel 1957 Gein entra in un negozio per acquistare una lattina di olio. Quando s'imbatte nella commessa Berenice

Worden e qualcosa scatta dentro di lui. Prende il fucile che trova nello stesso negozio e le spara alla nuca, poi porta via il corpo sino a casa. I sospetti ricadono immediatamente su di lui, che aveva la fama di “tipo strano” del paese. Così la polizia si reca alla fattoria, dove fa la macabra scoperta. Il corpo di Berenice era nel capanno, scuoiato, privato della testa, svuotato dalle interiora, penzolava dal soffitto come una preda appena catturata dopo una partita di caccia. Vi erano dei chiodi infilati nelle orecchie della vittima, come se volesse conservarla appesa dentro casa. Quello era solo l'inizio.

Dopo la morte della madre Gein fu come ossessionato dai cimiteri, era solito profanare tombe di donne di mezza età e trafugarne i resti per collezionarli come feticci. A ogni funerale del paese l'uomo di recava al cimitero munito di torcia e pala per depredare altri resti che potevano ricordargli la madre. Mesi prima la scomparsa di Berenice Gein aveva ucciso un'altra donna, Mary Hogan, proprietaria di una locanda. I resti della stessa furono ritrovati durante la perquisizione degli agenti di polizia, insieme a teschi di bambino, bulbi oculari, dentiere e moltissimi oggetti gettati alla rinfusa.

Il feticcio

L'abitazione di Gein sembrava rispecchiare il caos esploso nella sua mente. La sola stanza tenuta in ordine era quella della madre, al piano di sopra. Ogni oggetto era al suo posto come se la donna fosse ancora viva. Tra i resti ritrovati nell'abitazione, vi era una scodella da brodo fatta con il cranio di un bambino, un tavolino da caffè i cui piedi erano fatti con ossa di tibia, una cintura costruita interamente con capezzoli di donna, un tamburo la cui cassa

era fatta di pelle umana, genitali femminili e nasi conservati nell'alcol. Vi era anche una poltrona i cui braccioli erano stati sostituiti da braccia umane, la camera da letto era decorata con ossa e teschi.

Tuttavia la scoperta più macabra fu il vestito di pelle umana. Un abito femminile che riproduceva il corpo nudo di una donna di mezza età. Diverse furono le spiegazioni psicologiche che si susseguirono circa la follia di Edward Gein. L'uomo odiava e amava la madre a tal punto da non riuscire a sopravvivere in quella condizione di solitudine. Quel feticcio rappresentava per lui la madre che aveva perso e di cui aveva un disperato bisogno. Dopo l'incarcerazione di Gein, molti curiosi si recarono davanti la fattoria, sino a che un incendio non la rase al suolo. Mentre l'auto, usata per trasportare i cadaveri fu comprata e usata come attrazione turistica, insieme alla lapide di Gein che si trova, attualmente, al museo della contea di Waushara, Wisconsin.

Quello di Edward Gein rappresenta sicuramente un caso limite di feticismo che sfocia in omicidio. Tuttavia, da questa storia è possibile ricavare alcune riflessioni circa l'ambivalenza del rapporto con la madre. Nella mente di un bambino il bisogno di accudimento e l'impossibilità di reagire alla perdita sono piuttosto normali. La perdita materna se non elaborata diviene malsana e disfunzionale per il benessere psicologico in età adulta. Inoltre, l'isolamento sociale e la sessualizzazione traumatica possono provocare un pregiudizio negativo. La persona potrebbe pensare che non avrà mai una relazione affettiva e sessuale. Questo comporta spesso l'ottenere l'oggetto desiderato con l'uso della forza.

Riferimenti bibliografici

Freud, S. (1905), *Tre saggi sulla sessualità*. Vol. 1. “Le aberrazioni sessuali”, Bollati Boringhieri.

Schechter, H. (1998). *Deviant*. Gallery Books.

Tucker, B. L. (2015). *Ed Gein: A True American Psycho*.

Il suicidio, pensarlo e osarlo

La sofferenza senza nome

Il suicidio non è semplice da interpretare. Le motivazioni che spingono qualcuno a compiere un atto tanto estremo sono del tutto soggettive e personali. Non esiste un giudizio, né una morale, tali da comprendere e spiegare un così oscuro e lucido pensiero. Il suicidio si traduce nella volontaria messa in atto di azioni che provocano la morte. Ciò che distingue il suicidio dalla morte naturale o accidentale per definizione, è la volontarietà e la consapevolezza dell'azione compiuta.

Il pensiero che sconvolge e anima le menti ancora oggi ruota attorno a tale definizione. Ci si chiede come sia possibile desiderare a tal punto la morte, come si possa pensare a morire invece che pensare al proprio futuro. Questo pensiero ci porta a riflettere sul concetto di "determinismo" rispetto al proprio corpo. Da esseri viventi e senzienti abbiamo il diritto e la responsabilità totale su noi stessi, oppure c'è qualcosa, o qualcuno, di più grande di noi che controlla ciò che possiamo decidere o meno di fare?

Tra te e me

Ci sono tanti tipi di sofferenza. Il dolore può essere soggettivo, poiché vissuto da ognuno di noi in base all'esperienza; ma può essere anche oggettivo, poiché esistono situazioni che provocano un dolore e una sofferenza condivisibili indipendentemente dalle esperienze. Le persone decidono di togliersi la vita per paura di affrontare situazioni difficili, perché gli è stata diagnosticata

una malattia incurabile, per un lutto che non si riesce a metabolizzare o per via di tanti altri motivi.

Casi, anche recenti, ci raccontano la storia di persone toltesi la vita perché non potevano più permettersi di mantenere la famiglia o perché lasciati dal *partner* o per gravi incidenti. Una persona può scegliere di morire nella solitudine della propria abitazione e di andarsene in silenzio senza lasciare traccia né spiegazioni. Oppure può decidere di recarsi in cliniche specializzate in eutanasia, per lasciare la vita attraverso la dolce morte accanto ad un figlio, un compagno, una compagna, qualcuno che gli tiene la mano.

Altri fanno della propria sofferenza senza voce un urlo contro la società e contro lo Stato che non permette loro di andarsene come desiderano, senza soffrire in un letto d'ospedale. Sicuramente non c'è un modo giusto di morire e sicuramente la morte è qualcosa di talmente personale e intimo da non essere giudicare.

Memorie di Adriano

C'è chi il suicidio non l'ha compiuto ma solo vissuto e ripetuto tante e tante volte intensamente nel suo cuore. Quando la sofferenza ci afferra la mano e si stende con noi posando la testa sul cuscino la sera; quel pensiero di morte può diventare ossessivo e portare ripetuti tentativi di suicidio o ad una sofferenza lenta e agonizzante che ci rende schiavi. L'Imperatore Adriano, proclamato nel 117 d.C., fa della sua vita un'opera di pace e tolleranza. Appassionato di arte e cultura greca, Adriano è un uomo sensibile e affascinato dal "bello".

Si innamora del giovane Antinoo che rappresenta per lui l'esempio massimo di equilibrio e serenità nelle forme e nell'animo; Antinoo quale morirà nel 130 d.C. per annegamento. Dopo la sua morte la figura dell'Imperatore sarà costantemente adombrata dal pensiero di morte, dalla voglia di allontanarsi dalla vita.

Qualche tempo dopo comincia a soffrire di uno scompenso cardiaco e al pensiero di morte già costante, si aggiunge la stanchezza del suo corpo. Egli desiderava morire a tal punto da chiedere la complicità di un giovane medico di Alessandria il quale si uccise poco prima, non potendo così accontentare la richiesta dell'Imperatore.

Questa storia, rapportata a quella di tanti altri che il suicidio l'hanno meditato e desiderato, ci fa riflettere su quanto la sofferenza e la ricerca quasi spasmodica del senso della vita possa a volte stendere un velo scuro fra noi e la vita, rinnegando tutto ciò che potrebbe renderci meno infelici.

Riferimenti bibliografici

Giampieri, E., Clerici M. (2013). Il suicidio oggi: implicazioni sociali e psicopatologiche. Springer-Verlag: Milano.

Giubbolini, F. (1992). Il fenomeno suicidario: fattori psicopatologici e sociali, *Psichiatria e Medicina*, anno VI, 1.

Yourcenar, M. (2014), Memorie di Adriano. Einaudi Editore: Torino.

Amore insano

Amo l'idea di amare più dell'amore

Il concetto di amore resta ancora un mistero. Negli ultimi anni si è verificato un calo dei matrimoni. In base ai dati ISTAT nel 2011 sono stati celebrati 204.830 matrimoni, ossia 12.870 in meno rispetto l'anno precedente. Inoltre anche l'età media del matrimonio è salita, e con questo, il numero delle coppie di fatto e coloro i quali vivono ancora con i genitori. Tuttavia, per molte donne il mito del matrimonio è ancora vivo con tutta la ritualità che questo comporta. Probabilmente, l'idea fiabesca diffusa dalla letteratura e dal cinema alimenta la fantasia di molte persone. Questo mito, infatti, continua a sopravvivere nella mente della maggior parte delle bambine convinte di riuscire a raggiungere il cosiddetto finale da fiaba, nonostante questa sia l'epoca del cosiddetto Internet 2.0 che rende le relazioni molto più fumose rispetto al passato.

Sorge spontanea quindi una domanda: che cosa spinge ancora oggi a credere in questo finale da fiaba? E soprattutto cosa si vuole raggiungere attraverso il matrimonio e la relazione di coppia, che spesso nonostante non funzioni continua a sopravvivere? Prima di ogni cosa bisogna scoprire come trovare se stessi e la propria felicità piuttosto che cercarla nel rapporto con gli altri che diventano spesso surrogati del nostro benessere mentale. Inoltre, spesso si è convinti della necessità delle relazioni di coppia. Dovrebbe essere invece una condizione che si sviluppa in maniera fisiologica piuttosto che forzata, si può, infatti, trovare la propria felicità anche in sé stessi.

Amore sano o patologico?

Un amore patologico è caratterizzato da malessere e frustrazione a differenza di un amore sano che invece ha una funzione quasi terapeutica. Le persone che vivono un buon rapporto di coppia sono più serene e più determinate nel raggiungimento dei propri obiettivi, mentre un amore patologico rende schiavi nei confronti dell'altro e comporta un deterioramento della sfera personale. Il rapporto disfunzionale mina l'autostima e il funzionamento della persona nella sua globalità.

Un'altra caratteristica è l'ossessività del rapporto. La persona diventa, infatti, del tutto inglobata e schiava del pensiero della coppia. Ogni sua preoccupazione ricade nel rapporto con il *partner* e nel soddisfare quest'ultimo. Quest'ossessione ricade su tutti gli altri rapporti che sono completamente messi da parte. La persona lentamente si allontana dai familiari e dagli amici. Si è assorbiti dal vortice della sofferenza e non ci si sente in grado di sottrarsi alla condizione di disagio poiché si teme di perdere il Grande Amore.

Vivere nel “come se”

Le principali caratteristiche di un amore patologico riguardano:

- Attaccamento progressivo al *partner* nonostante i maltrattamenti.
- Giustificazione dei suoi atteggiamenti violenti o indifferenti.
- Vivere il rapporto più nella fantasia che nella realtà, non valutando ciò che realmente è e ciò che provoca.

- Vivere in attesa che capiti qualcosa che modifichi la relazione in positivo. Si è, dunque, attratti da ciò che il *partner* potrebbe diventare, immaginandolo “come se fosse” in quel modo che tanto vorremo. La persona vive perennemente in un’ottica di autoinganno.
- Forte ambivalenza affettiva verso il *partner* per il quale si prova amore e odio, attrazione e repulsione. Ciò provoca sentimenti contrastanti che non permettono di vivere bene la relazione.
- Rigidità nei ruoli della coppia. Invece di esservi reciprocità e flessibilità, i due *partner* restano fissi nei loro ruoli non riuscendo a distaccarsene e rendendo il rapporto statico e distruttivo.
- Congelamento della coppia nei comportamenti disfunzionali.
- Incapacità di esternare i propri sentimenti e le proprie necessità.

Sottrarsi a tali atteggiamenti e condizioni non è semplice poiché la solitudine che la persona crea attorno a sé diventa la sua stessa infelicità. Esistono dei segnali che ci permettono di individuare se viviamo un amore patologico, dal quale, con il giusto supporto, si può uscire.

Riferimenti bibliografici

Cenci, F. (2016). Amare da morire. Come sopravvivere all'amore malato. Tecniche nuove: Milano.

Amanda Todd, cyberbullismo e suicidio

La storia di Amanda, la rete violenta

10 ottobre 2012, la quindicenne Amanda Michelle Todd è trovata senza vita nella sua abitazione a Port Coquitlam, vicino Vancouver. Qualche tempo prima di togliersi la vita, aveva pubblicato su *Youtube* un video che la ritraeva mentre raccontava la sua storia con una serie di *flashcard*. Le sue parole mute descrivono la sofferenza di una vittima di bullismo e di cyberbullismo che non riesce più a sopportare il peso delle violenze subite. Il video, *My Story: Struggling, bullying, suicide and self harm*, diviene presto di portata internazionale e raggiunge l'attenzione dei media che fanno del caso di Amanda un monito.

La storia di Amanda comincia a scuola. Amanda frequenta un istituto per coloro i quali hanno problemi di apprendimento. Vuole fare nuove conoscenze e decide di partecipare a una *video-chat*.

Durante questi incontri fotografa il suo seno e lo invia a un estraneo in chat. L'uomo la minaccia di pubblicare *online* la foto qualora non si fosse mostrata nuovamente. La ragazza si rifiuta. Tempo dopo la polizia bussa alla porta di casa Todd per comunicare che la foto di nudo è in rete. Da quel momento la vita di Amanda cambia per sempre. La ragazza è costretta a trasferirsi, comincia a soffrire di attacchi di panico e depressione, a fare uso di alcol e droghe. Dopo un anno di assenza l'uomo crea un falso profilo *Facebook* di Amanda e usa la foto del suo seno come immagine di profilo. Nel frattempo la ragazza si era invaghita di un vecchio amico con cui ha un rapporto sessuale. Il giorno seguente, però, è aggredita e scherni-

ta dal ragazzo e dalla fidanzata dello stesso. Questa vicenda peggiora l'umore di Amanda che tenta il suicidio ingerendo candeggina. Riesce a salvarsi grazie al tempestivo intervento dei soccorsi.

Il suicidio

A seguito del tentato suicidio *Facebook* brulica di commenti offensivi nei confronti di Amanda. «Doveva usare un solvente differente»; «Spero che la prossima volta muoia davvero e non sia così stupida». Amanda si trasferisce nuovamente, ma le sue ferite non hanno il tempo di guarire perché è presa di mira per le sue difficoltà di apprendimento e per la sua depressione. Il suo stato peggiora a causa delle vessazioni subite dai coetanei attraverso il social. Prende anti-depressivi, consulta uno psicologo, compie atti di autolesionismo. Un'overdose di psicofarmaci la porta al ricovero in ospedale. Sino a quando posta su *Youtube* il video che racconta la sua storia. Mesi dopo tenta nuovamente il suicidio. Questa volta però non arriva nessuno a soccorrerla. Tra le sue significative frasi ricordiamo: «Non ho nessuno. Ho bisogno di qualcuno»; «Ogni giorno penso: perché sono ancora qua?».

Quanti “Amanda Todd” esistono?

Il video di Amanda non è stato eliminato da *Youtube* per volere della madre la quale ha fondato l'*Amanda Todd Trust* per sensibilizzare circa il bullismo ed il cyberbullismo, seconda causa di morte tra i canadesi adolescenti e preadolescenti. Il Premier della *British Columbia* suggerì di introdurre il reato penale di cyberbullismo. Inoltre, la *House of Commons* del Canada propose uno studio sul

bullismo nel paese per incoraggiare la lotta contro il fenomeno. Gli studi nazionali e internazionali sono concordi nell'affermare che il bullismo, anche se recente, è già ampiamente diffuso tra gli adolescenti, con percentuali che crescono negli anni. Le vittime di bullismo e cyberbullismo sperimentano emozioni contrastanti, tra cui rabbia, paura, vergogna e colpa. Questo intreccio di emozioni porta la persona a chiudersi in se stessa e nei casi peggiori a togliersi la vita.

In uno studio (Hinduja & Patchin) condotto nel 2007 negli Stati Uniti, su un campione di 1.963 studenti adolescenti è emerso che le vittime di cyberbullismo e bullismo avevano tentato il suicidio e avevano pensieri suicidari in misura maggiore. Ciò mostra come le azioni di bullismo e cyberbullismo debbano essere prese seriamente in considerazione. La prevenzione dal suicidio è un elemento essenziale per il benessere dei giovani che vivono quotidianamente disagi a scuola.

Riferimenti bibliografici

A.A.V.V. (2009). *Bullying and Cyberbullying in Adolescence*. Carocci: Roma.

Genta, M. L., Brighi, A. & Guarini. A. (2009). *Bullismo elettronico*. Carocci: Roma.

Hinduja, S., & J., W. Patchin (2010). Bullying, Cyberbullying, and Suicide. *Archives of Suicide Research*, 14 (3).

Gaslighting: quando la violenza è manipolazione mentale

Gaslighting, o manipolazione mentale, è una forma di maltrattamento molto subdolo che s'inserisce all'interno di quella che potremmo definire violenza psicologica e, quindi, non attuata mediante atti fisici. Il termine *gaslighting*, entrato nel linguaggio comune dagli anni '60, probabilmente deriva dal titolo del film *Gaslight* del 1944 (in Italia conosciuto con il titolo di *Angoscia*), in cui un uomo tenta di convincere sua moglie di "esser pazza", alterando continuamente la luce delle lampade a gas presenti nella casa e nascondendole oggetti e gioielli. Come ben descritto nella pellicola, il *gaslighting* è una particolare tipologia di abuso che consiste nel mettere in atto dei comportamenti manipolatori a danno di un individuo allo scopo di farlo dubitare di se stesso e dei propri giudizi. Questa forma di violenza, tutt'altro che rara, s'instaura soprattutto in caso di relazioni molto intime come quelle tra *partner* oppure tra genitori e figli. All'interno di queste relazioni si trovano i due protagonisti, funzionali l'uno all'altro:

- Il manipolatore che proietta i suoi conflitti psichici sulla vittima per avere una maggiore sensazione di controllo.
- La vittima che subisce questi atteggiamenti perché profondamente coinvolta a livello emotivo, con autostima bassa e scarsa fiducia nelle proprie capacità.

Il *gaslighting* è un sopruso assai difficile da rilevare poiché non si attua attraverso l'aggressività fisica o verbale,

bensi per mezzo di una gestione selettiva delle informazioni da parte del *gaslighter* (chi agisce la violenza psicologica) che mira a far dubitare la vittima della propria percezione di realtà, della propria memoria e in casi estremi della propria salute mentale. Possiamo parlare di un vero e proprio “lavaggio del cervello” che genera confusione e fa vacillare il senso di fiducia che l’individuo ha di sé.

Tutto questo segue in linea di massima delle fasi ben precise:

1° fase, Distorsione della comunicazione: il manipolatore utilizza la relazione per indurre il dubbio nella vittima, che appare confusa.

2° fase, Incredulità: in un primo momento, la vittima non crede a ciò che le succede intorno e neanche al manipolatore.

3° fase, Difesa: la vittima si difende mostrando rabbia verso chi tenta di manipolarla, rivendica la sua oggettiva capacità di analisi, di percezione e di giudizio.

4° fase, Depressione: la vittima si convince della ragione del manipolatore. Sperimenta sensazioni di rassegnazione e s’innesci un meccanismo di dipendenza.

Non è semplice rendersi conto del fenomeno ed è ancora più complicato che lo faccia la vittima stessa, con l’assenza di richiesta di aiuto esterno. Accade questo perché ci troviamo di fronte ad una grave forma di perversione relazionale che immerge le vittime in un totale stato di confusione, portandole a una condizione di as-

suefazione che fa sorgere un paradosso: la vittima invece di liberarsi del suo carnefice, lo idealizza e fa propria la sua percezione di realtà. È comprensibile, quindi, la difficoltà della situazione in cui si trova la vittima di *gaslighting* e quanto sia importante sostenere la persona manipolata con preparazione e delicatezza all'interno di un percorso di psicoterapia. Trattandosi di una vera e propria forma di violenza, è fondamentale che il soggetto sia seguito da un esperto che lo guidi nella riappropriazione dei propri pensieri e della propria esistenza. Lo psicoterapeuta aiuterà, inoltre, la vittima a superare il trauma derivante dal "risveglio" sull'avvenuta manipolazione e la profonda delusione che a mettere in atto tutto ciò sia stato qualcuno affettivamente importante. Il *gaslighting* è, inoltre, valutabile come una vera e propria offesa alla persona e alla sua integrità psico-fisica (danno biologico di natura psichica), in termini di maltrattamento psicologico e di abuso emotivo eventualmente patiti. Nel campo della psicologia forense, uno psicologo giuridico debitamente preparato, valuterà la presenza di *gaslighting* e ne quantificherà, ai fini di un risarcimento, il livello d'intrusione nella vita della persona.

Riferimenti bibliografici

Calef, V. & Weinshel, E.M. (2003). In Weinshel, E.M. & Wallerstein, R. S. Commitment and Compassion in Psychoanalysis. p. 83

Stern, R.& Veronese, C. (2011). Non mi puoi manipolare. Riconoscere e difendersi dagli abusi emotivi. TEA: Milano.

Alcol e occultismo, il significato esoterico dell'alcolismo

La simbiosi nell'alcol

L'uomo fa uso di alcol sin dai tempi antichi. Nella Lemuria era usato come stimolo del sistema termo regolatore dell'organismo. Le cellule del lievito erano abbondanti perché derivanti dal regno vegetale, e in quel periodo gli uomini consumavano molta frutta e succhi che una volta conservati, a seguito della fermentazione, producevano una bevanda che aveva degli effetti esilaranti. Questo conduceva a stati di coscienza alterati simili a una condizione estatica. Per un lungo periodo l'uomo ha considerato l'alcol un dono divino. Il termine alcol si pensa che derivi dall'arabo ed anche dal greco "olos" che vuol dire "tutto intero". Si pensava che l'alcol avesse il potere di restituire all'uomo l'unione fra corpo e mente. In seguito, l'interpretazione delle proprietà alcoliche ricadde maggiormente sull'influenza emotiva. L'apparato emotivo dell'uomo era stimolato dall'uso di alcol, non più visto unicamente come forma di congiunzione fra soma e psiche.

In tempi remoti sacerdoti e stregoni preparavano bevande alcoliche per i loro rituali. L'alcol assumeva un ruolo rievocativo rispetto alle memorie del passato e di unione dei membri del gruppo. Durante le battaglie enfatizzava la vittoria e rincorava gli animi nei momenti difficili. In Grecia e Roma l'alcol celebrava i riti orgiastici di Bacco e Dionisio. Dunque, l'alcol non era assunto a caso ma in maniera simbolica e rituale. Secondo Browning (Baker, 1991) vi era una programmazione di quest'uso alcolico in

base alla precessione, ossia la variazione dell'inclinazione dell'asse terrestre.

L'intossicazione dal mondo materiale

Oggi sembra che l'alcol sia piuttosto uno strumento di fuga dalla realtà e dal senso di vuoto cristallizzato nell'anomia sociale (Durkeim, 1893). Lo stimolo continuo del nostro senso di riconoscimento equivale al bisogno di sentirsi accettati e rassicurati nel nostro quotidiano. Le neuroscienze hanno mostrato come il riconoscimento sociale attivi gli stessi centri del piacere stimolati dalle sostanze (De Zulueta, 2009). L'alcol anestetizza il corpo e la mente dal dolore. Il caro prezzo è il sacrificio della genuinità delle emozioni. Gli effetti della concentrazione dell'alcol nel sangue possono essere devastanti:

- 100 mg per 100 ml, stordimento ed euforia
- 200 mg per 100 ml, ubriachezza e disorientamento
- 300 mg per 100 ml, perdita di coscienza
- 400 mg per 100 ml, morte

Inoltre comporta infiammazione del tratto gastrointestinale, acidosi, malessere e nausea, mal di testa, spossatezza, diminuzione delle facoltà creative, flashback, sogni vividi, insonnia, sensazioni di ansia. L'alcol produce una sorte di dolce morte, in cui non ci si rende conto della sofferenza fisica poiché si è completamente alla mercé della percezione del proprio benessere psicologico.

Alcol e spiritus

Secondo Jung, la sete di alcol era la manifestazione esteriore di un bisogno dell'anima di ricongiungersi alla sua unicità. L'essenza definita da Laing (1978). Il termine latino per alcol è traducibile come "spirito", identificabile come stato di coscienza in cui s'incontrano le due parti dell'uomo che tendenzialmente sono divise dal principio di realtà. Jung spiega questo concetto in una lettera in cui parla di un suo paziente che fa uso di alcol: "Vedete, il termine latino per alcol è SPIRITUS", che era usato sia per la più elevata esperienza religiosa, sia per il più depravante dei veleni. La formula che può essere d'aiuto è, dunque: SPIRITUS CONTRA SPIRITUM (Baker, 1991). Secondo Baker l'abuso di alcol deriva da uno stile di vita che non corrisponde al proprio modo di essere. C'è differenza tra il servirsi dell'alcol in maniera consapevole ed essere asserviti a esso.

Riferimenti bibliografici

De Zulueta, F. (2009). Dal dolore alla violenza. Le origini traumatiche dell'aggressività. Raffaello Cortina Editore: Milano.

Durkheim, E. (1893). La divisione del lavoro sociale. Parigi.

Laing, R.D. (1978). L'io diviso. Studio di psichiatria esistenziale. Einaudi: Torino.

Baker, D. (1991). Alcolismo. Il significato occulto. Edizioni Crisalide: Spigno Saturnia (LT).

Basic Instinct, Eros e sessualità

Il limite di non avere limiti

Eros dimenticato

La sessualità era come un quadro dal volto coperto, celava il mistero dietro la tela. Eros viene oggi svalutato. La nostra società libera dalle catene e dalle aspettative del piacere. Con il modificarsi dei costumi e con la fine della repressione, il piacere sembra essersi affievolito e con questo anche il desiderio e la fantasia. L'eccessiva libertà rende marginale l'immaginazione. L'accessibilità di tutti a tutti in qualsiasi momento, l'immediatezza nell'esaudire il piacere crea un'assenza d'intervallo fra il desiderio e il suo appagamento. L'avere tutto e averlo subito agisce un effetto contrario sul nostro soddisfacimento, portando frustrazione e compulsività nella richiesta. Il chiedere diventa pura abitudine e perde di significato. Secondo Pascal Bruckner (1981) l'uomo ha la tendenza a seguire la moda e i cambiamenti proposti dal sociale. Sia si tratti di abiti da indossare che di sessualità. Facendo riferimento all'anno 1985 Bruckner affermava "In un'epoca di minoranze contagiose è raro, quando una strada è aperta, che non sia percorsa da molti". Già negli anni '80 si comincia a parlare di deviazioni sessuali, di libertà di espressione. Sui giornali francesi aleggiavano titoli insoliti che fanno riferimento a una nuova forma d'immaginazione senza limiti e inibizioni. Ecco alcuni esempi tratti dalla rivista *Union*:

- "Il feticismo del piede. Come realizzare le proprie fantasie"
- "Il sadismo sessuale"
- "La sculacciata decolpevolizzata"

- “L’amore per le donne mutilate”
- “Stivaletti e scarpette, un piacere molto particolare”

Inizia così una prima spinta verso una forma di sessualità diversa. L’esortazione alla scoperta da una parte comporta una rinascita della sessualità e delle sue possibili forme di espressione. Tuttavia, questo può ricadere anche in una forma di banalizzazione del sesso. La sessualità non è più un mistero e non richiede una faticosa conquista. Da affascinante mistero, Eros diviene luogo comune.

Il fantasma della perversione

Il concetto di perversione cambia e diviene una libertà che definisce il nostro modo di essere. Non esiste più un programma comune della libido, non più un unico modo di stare insieme che garantisca la sicurezza agli amanti di seguire la “giusta via”. La perversione è il limite estremo dell’intimità, oltre ad essere una grande prova di fiducia nella coppia. La nuova frontiera dell’erotismo è dunque il mettersi continuamente alla prova e abbandonarsi sempre più all’ignoto. La perversione intesa come possibile esperienza sessuale non è più un fantasma ma è entrata nella nostra realtà. Non esiste più un vero limite fra il principio di piacere e il principio di realtà. Inoltre, tutto ciò pone fine al concetto di perverso come mostruoso. Il perverso può essere ovunque in mezzo a noi.

Il corpo non è più un tempio da preservare ma un laboratorio in cui sperimentare. Infatti, il soggetto dell’esplorazione tende a coincidere con l’oggetto esplorato. La pelle diviene estremamente sensibile e ogni zona del corpo possibile teatro di piacere. La legge imposta

dalla tradizione decade e così gli antichi piaceri deputati a un copione prestabilito. Questa esplosione di possibilità confonde lo stesso piacere che tenta di accaparrarsi un angolino di soddisfacimento. Il sesso vede dei limiti, come le droghe, genera tolleranza e bisogna rinforzare la portata dell'eccitazione. È la ricerca della così detta "alta tensione" a generare piacere. Il gioco, i narcotici, lo sport, la violenza, tutto ciò che comporta un superamento dei propri limiti e uno sfaldamento delle barriere che ci costringono a stare con i piedi per terra, ne è un esempio l'orgasmo polmonare dei *joggers*. Sembra dunque esservi una difficoltà nel vivere di sfumature.

Si tende piuttosto a stare esattamente agli estremi, come se bisognasse scegliere il torpore o l'eccesso e perdere l'uno se vi si dedica all'altro. Questo comporta una povertà di scelta a differenza di ciò che si possa pensare. Si potrebbe definire quest'atteggiamento come quello del genitore che dice al bambino "sii spontaneo", negando così la sua naturale spontaneità.

Riferimenti bibliografici

Bruckner, P. (1985). Liberateci dal sesso. *La storia e l'immagine dell'Eros*, ES, n.1. pp.5-12. Studio editoriale: Milano.

Bruckner, P. (2012). *Il paradosso amoroso*. Guanda: Milano.

Galimberti, U. (2009). Le cose dell'amore. Feltrinelli: Milano.

Reich, W. (1994). Genialità. Sguardo Edizioni: Milano.

Cyberpedofilia. Oltre lo schermo

Pedofilia e cyberpedofilia. Due realtà a confronto

La pedofilia e la cyberpedofilia sono due realtà molto simili eppure molto diverse. Pedofili, uomini in carne ed ossa. Parlano pacatamente e con gentilezza attirano i bambini. Per le strade, per i parchi, all'uscita della scuola, nel percorso verso casa. Possono avere il volto del maestro, dello sconosciuto, del papà. Prendono con la forza, con le coccole. Regalano attenzioni o spargono minacce. Accarezzano o afferrano a grandi mani "l'oggetto" ormai inerme.

Cyberpedofilia. Uomini in rete. Ticchettano silenziosamente sfiorando la tastiera consunta. Nessun parco, nessuna strada ma tutto il mondo a disposizione, un mercato di oggetti da osservare e acquistare. Possono avere qualsiasi volto dietro lo schermo scuro di un *computer*, chattare a tutte le ore dal telefonino sempre acceso. La loro forza è misurata dalle parole che persuadono i bambini soli. Il cyberspazio è la loro casa, immateriale. Stabiliscono relazioni intangibili e creano alter ego dai mille volti che scandagliano nel labirinto della rete come cani da segugio.

Le strade sono vuote. Il web è un luogo d'incontro e di scambi comunicativi. "L'io reale" scompare per fare spazio all'"io virtuale". Quanto si è distanti dalla definizione classica di pedofilia? Nel Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali (DSM-V) si parla di disturbo pedofilico. Il disturbo indica un'attività sessuale con bambini prepuberi, generalmente di 13 anni o più piccoli. La persona deve avere almeno 16 anni ed essere di almeno 5

anni maggiore del bambino/a. Se l'impulso, fantasia o comportamento pedofilico non determina nella persona una condizione di disagio, né questo agisce spinto dalle sue fantasie sessuali, allora non si può parlare di disturbo (APA, 2016).

La rete e i social network

Accedere alla rete è diventato semplice e immediato. Cellulari, *smartphone*, *tablet* sono alla portata di tutti, anche dei più piccoli, che non faticano ad apprendere le loro funzionalità. Tutto questo incrementa il rischio di essere vittima di cyberpedofilia. In particolare, attraverso l'utilizzo dei *social network* (*Facebook*, *Twitter*, *Myspace*) l'individuo si apre al mondo, con tutti i pro e contro che ne derivano. Soprattutto attraverso l'utilizzo di questi ultimi entra in scena il cyberpedofilo o pedofilo telematico. La Polizia di Stato ne ha tracciato un *identikit*: " Il pedofilo telematico è un individuo socialmente inserito, quasi sempre maschio, di età compresa tra i 20 e i 30 anni, buon titolo di studio, nessun precedente, la maggior parte delle volte celibe. Spesso la modalità d'approccio online è omogenea, nel senso che vengono utilizzate tecniche comuni da pedofili diversi: iniziano subito a creare un clima di fiducia e amicizia fingendosi coetanei dei bambini, si assicurano più e più volte che il bambino sia solo o non sia controllato da persone adulte. Gradualmente introducono argomenti sessuali, inviando fotografie pedopornografiche. In seguito, accendono la curiosità sessuale del bambino, prescrivendogli compiti di tipo sessuale. Infine, si tenta di convincere il bambino a un incontro reale, faccia a faccia".

Il grooming

La cyberpedofilia richiama alla strategia utilizzata dai pedofili *online*, il *grooming*, definibile come l'interazione che l'adulto, tramite l'uso di *chat*, *e-mail*, *sms*, *social networks*, telefonini ed in generale la rete internet, stabilisce con un minorenne, ottenendone la fiducia allo scopo di ricevere benefici di tipo sessuale. Queste persone sono nella maggior parte dei casi individui insospettabili che hanno fatto della rete il loro strumento di adescamento. Navigano tra le chat e i forum alla ricerca della "preda" perfetta, di quella bambina o di quel bambino che si lascia soggiogare dalle loro doti manipolative e persuasive. Il pedofilo utilizza la rete internet anche per incontrare altri pedofili, per alimentare le sue fantasie sessuali, per rintracciare e scambiare materiale fotografico o video pedopornografici. Il cyberpedofilo può con maggiore facilità reperire materiale pedopornografico, mettersi in contatto attraverso le chat con i ragazzini e i bambini da adescare, ed incrementare le fantasie erotiche, fino ad entrare nel giro del turismo sessuale.

La rete offre ogni giorno ai *groomer* un mezzo per muoversi nella società, scrutando nell'intimità, passando inosservato. Esistono vari profili di *groomer* e differenze sostanziali che lasciano trasparire le modalità di interazione del pedofilo e del cyberpedofilo. Spesso coloro i quali si avvicinano alla rete con certe fantasie, trovano in questa un'opportunità di "sperimentare" la loro perversione, vissuta sino a quel momento solo a livello intrapsichico. Allora internet è il catalizzatore della perversione, rende le persone libere di mostrare e di mostrarsi in tutte le sfaccettature? No, bisogna ricordarsi che è solo uno strumento, decidiamo noi come usarlo.

Riferimenti bibliografici

Davidson, J., Webster, S., Bifulco, A. (2014) Online offending behaviour and Child victimisation, New findings and policies. Palgrave Mcmillan UK, London.

Davidson, J., Gottshcalc, P. (2010) 'Online Groomers: Profiling, Policing and Prevention'. Russel House Publishing, London.

Di Maria F., Cannizzaro S., (2001). Reti telematiche e trame psicologiche. Nodi, attraversamenti e frontiere di internet, Franco Angeli: Milano.

Rugnone, L. (nd). Internet rischi e risorse per la comunità.

tp psicotipo

Serie DARK PSYCHOLOGY