

*Ines Testoni*

## **Presentazione**

Il lavoro di Elisa Rasotto nasce da un'esperienza in prima persona come specialista di Art-counseling con due gruppi di pazienti ricoverati presso un centro per la cura dei disturbi del comportamento alimentare.<sup>1</sup> Si tratta di un intervento ancora poco valorizzato in Italia, ma che nelle sue prime applicazioni mostra di vantare potenzialità notevoli, specialmente in questo ambito, ove il sintomo psicosomatico esprime l'incapacità di chi ne è portatore di intrattenere uno scambio armonico tra dentro e fuori, pieno e vuoto, ovvero, da ultimo, tra l'interiorizzazione dell'alfabeto basilare con cui si definiscono i bisogni primari e le parole del loro necessario appagamento, da cui prende avvio la narrazione della vita.

Infatti, coloro che manifestano la propria sofferenza esistenziale attraverso un rapporto conflittuale con il cibo, raccontano silenti la sostanziale angoscia che provano rispetto al proprio essere corpo, cui viene negato il sentimento dello "stare in sé" come base di partenza dell'apertura al mondo. Nel testo, centrale in tal senso è la sezione all'interno della quale, passando attraverso l'analisi dell'antropologo Le Breton, vengono analizzate le forme con cui il prodotto sensoriale si declina in esperienza percettiva, traduzione resa possibile dal processo di significazione che orienta la lettura dei segnali ambientali come cammino interpretativo e dunque come azione che cambia lo spettacolo osservato. L'intervento artistico agisce proprio sulla chiusura sensoriale che caratterizza chi non si riconosce nei propri perimetri, per introdurre il suo sentire nell'esperienza dell'intenzionare il mondo ridefinendo la sensazione come piacere di sentire e agire a partire da sé.

In questa prospettiva il corpo è visto come momento cruciale nella costruzione dell'esperienza e, rispetto alla sua espres-

---

1. La struttura che ha messo in essere questa esperienza è quella di Palazzo Francisci, a Todi.

sione individuale, l'Autrice offre una attenzione speciale alle teorie psicoanalitiche di Winnicott, Bowlby, Klein, Anna Freud, Bion per interessare la tematica relativa al delicato rapporto che fin dalla nascita l'individuo intrattiene con la madre, avviando con lei il proprio percorso di articolazione della dimensione somatica in simbolismo affettivo. Altresì, riprendendo quanto già ampiamente discusso da Galimberti rispetto al dualismo che da Platone a oggi caratterizza la cultura occidentale considerata nel suo rapporto tra greicità ed ebraismo, l'argomentazione del libro non dimentica la componente sociale del corpo e delle sue rappresentazioni nella storia. Aspetto peraltro imprescindibile, questo, come discusso da alcuni studi che il testo prende in esame e in cui il rapporto distorto con il cibo viene considerato come un "disturbo transculturale" (*culture-bound*), ovvero presente solo in alcuni contesti socio-culturali, e in particolare ove sia presente la volontà della donna di rifiutare l'antico ruolo che la tradizione le ha imposto per secoli. Si può infatti dire che, se per cultura intendiamo la cornice di riferimento entro cui si iscrive la costruzione del senso condiviso che orienta l'azione e se i costumi alimentari delineano gli universi entro cui vengono captate le espressioni più precoci della co-appartenenza, il circuito dal quale si estranea chi non riesce a modulare una equilibrata fruizione della ricchezza offerta oggi dalla disponibilità alimentare riguarda appunto il momento negoziale dell'essere in rapporto con qualcuno o a qualcosa in base al senso che viene offerto alla stessa relazione, ossia l'inscrivere nel mondo con l'assunzione di un ruolo sociale in da ultimo si completa la dinamica dell'identificazione.

Su questi nodi fondamentali punta la parte teorica del libro, il quale, dipanandosi come linguaggio capace di mediare antropologia e psicoanalisi, attraverso tematiche care alla fenomenologia, offre le coordinate teoriche per comprendere i fondamentali della relazione con l'altro.

Molto interessante è infine lo sviluppo di tali cardini all'interno dei riferimenti categoriali e metodologici sui quali si è fondato il progetto d'intervento di Art-counseling. Elisa Rasotto riprende dunque l'essenziale teoria dei codici affettivi di Fornari messa in

collegamento con le tecniche del “counseling centrato sulla persona” di Rogers e con le tecniche espressive, in particolare quelle corporee, per evidenziare la complessità teorica che sostiene l’approccio olistico che rende possibile una tale forma di intervento. In questo testo è dunque possibile rintracciare come intervenire con chi decide di morire di fame e/o di vomitarsi per negarsi al mondo anziché trovare “le parole per dirlo” attraverso fare dell’esperienza un arte per acquisire la consapevolezza del presente sulle tracce di un passato che chiede di essere riscritto, tramite il lungo lavoro dell’ascoltarsi e del trovare le vie dell’emancipazione cosciente da quei controllori occulti che rendono inaccettabile la condizione dell’aver bisogno.

## Introduzione

I DCA vanno assumendo proporzioni inusitate riguardando, senza distinzioni di età, bambine e donne mature, con casi sempre più frequenti fra i maschi. Molti studiosi la definiscono un'epidemia epocale, una sindrome *culture-bound*, espressione di un determinato periodo storico e di uno specifico contesto sociale. I DCA si fanno portavoce della complessità dell'esistenza dell'uomo del Ventunesimo secolo, con paure e incertezze proprie di questa epoca.

Nella grande complessità tipica della patologia alimentare il punto centrale può essere individuato nel corpo. La corporeità coinvolge significati differenti che vanno ben oltre il più immediato, che è quello fisiologico. L'uomo è nel mondo in quanto essere incarnato. L'esperienza che ogni persona fa della realtà esterna trasformandola poi in conoscenza e dunque in storia personale, avviene attraverso il corpo. Il significato simbolico che unisce il corpo al mondo è molto articolato e lo diviene ancora maggiormente se si considera un ulteriore elemento, il cibo. Gli alimenti sono fortemente intrisi di senso, un senso che va ben oltre il semplice fatto che per mantenere in attività le funzioni vitali è necessario nutrirsi. Mangiare significa mettere in atto un passaggio che va dall'esterno all'interno, mettere dentro se stessi un qualcosa di altro, che proviene dall'esterno, dal mondo. Entra in scena un altro aspetto, l'alterità, che riguarda, come ho detto il cibo, ma anche l'Altro e dunque l'universo della relazione. Tutti questi elementi si possono ricondurre ad una sola fonte, ossia il corpo come intreccio di significati plurimi ed eterogenei.

C'è un aspetto che mi colpisce e mi ha sempre colpito dei disturbi del comportamento alimentare, ed è l'ossessione e la relazione che i pazienti instaurano con il proprio corpo. Esso è un corpo irreali che ha tutte le caratteristiche dell'idealità: bello, perfetto, incorruttibile e quindi irraggiungibile. In nome di tale

ideale inaccessibile il corpo reale viene sottoposto ad un ferreo regime di controllo. Le funzioni vitali vengono negate, il corpo urla, ma rimane inascoltato, in nome di quel corpo immaginario. Per questo ritengo che un lavoro corporeo che permetta ai pazienti di fare esperienza, mettendoli nella condizione di ascoltare e di contattare “la voce del corpo”, eludendo la sfera mentale, sia fondamentale.

Questo lavoro prende le mosse da un’esperienza sul campo che ha coinvolto una quindicina di pazienti in un percorso corporeo.

Nella prima parte vengono considerati alcuni elementi cruciali per le attuali società del benessere: il cibo, con la sua valenza simbolica, antropologica e la complessità del rapporto che lega ogni società e ogni essere umano all’atto del cibarsi e alle strutture culturali che regolano l’alimentazione; il corpo in Occidente, frutto di un pensiero filosofico e religioso, che ha portato, con Cartesio, alla definitiva separazione di mente e corpo e alla svalutazione di tutti gli aspetti legati all’esperienza che l’uomo, grazie al suo essere incarnato, fa del mondo. È il trionfo della scienza e dei suoi modelli perfetti, a cui si rifanno tutti gli oggetti sensibili, il corpo umano fra essi; i cinque sensi, la loro importanza nel fare esperienza e conoscenza del mondo. Particolare attenzione è riservata al condizionamento educativo e culturale ai quali sono soggetti i sensi; l’adolescenza come fase fondamentale nel passaggio dall’infanzia all’età adulta, con cambiamenti e conflitti profondi, sia per quanto riguarda il mondo interno al soggetto che quello esterno; i DCA, la molteplicità delle cause, la varietà dei sintomi, che rendono questa patologia un disturbo mutante che si manifesta in forme nuove e sconosciute. Una riflessione specifica viene dedicata all’adolescenza, momento assai vulnerabile per i mutamenti fisici e psicologici e all’identità femminile che, secondo vari autori, esprimerebbe nella patologia alimentare la crisi di un modello femminile tradizionale e il tentativo di una sua ridefinizione in ambito privato e sociale.

Le basi teoriche e metodologiche fanno riferimento alla teoria dei codici affettivi di Fornari, che si inserisce nella corrente della psicoanalisi relazionale, e all’Art-Counseling, strumento principe

di intervento che pone la relazione al centro e che nasce dalla comunione fra l'approccio attuato da Rogers e il complesso delle tecniche espressive corporee e artistiche.

Nella seconda parte viene illustrato il progetto proposto e condotto presso la Residenza Riabilitativa a Carattere Intensivo "Palazzo Francisci", Centro disturbi del comportamento alimentare di Todi, dell'ASL 2 dell'Umbria. Per due settimane ho accompagnato una quindicina di pazienti in un percorso che proponeva esperienze mirate al recupero di un rapporto diverso con il corpo, con lo scopo di destrutturare ossessioni e percezioni errate. Sento di dire che è stata un'esperienza intensa e proficua, per me come per i partecipanti al laboratorio. Personalmente, la sfida era quella di riuscire a creare uno spazio di accoglienza e assenza di giudizio dove ognuno si sentisse a proprio agio. Posso dire che questa sfida l'abbiamo vinta tutti assieme, riuscendo a condividere momenti di grande intensità e intimità, sempre nel massimo rispetto.

Questo lavoro pone l'accento sull'importanza, nell'ambito del trattamento dei DCA, di una figura professionale come quella dell'art-counselor che si occupi, sia dell'aspetto relazionale, del prendersi cura più che del curare, sia di un percorso che, attraverso le tecniche espressive corporee offra la possibilità ai pazienti di sperimentare un rapporto diverso con il proprio corpo, che si tradurrà poi in un rapporto diverso con se stessi e con il mondo esterno, fatto di relazioni e affetti.

Il valore attribuito al cibo  
nella società contemporanea  
è tanto grande quanto invisibile  
(Testoni, 2001: 74)

### **Il cibo e la sua valenza simbolica**

«L'essere umano non si nutre di alimenti indifferenti, si nutre anzitutto di significati» (Le Breton, 2007: 378). Parlare di cibo e di alimentazione presuppone la necessità di andare oltre il bisogno primario e vitale di ogni individuo, al fine di abbracciare un aspetto simbolico molto potente. Nell'incorporazione (*embodiment*) c'è una dimensione che riguarda un "dentro di noi" e un "fuori di noi", attraverso l'atto del mangiare noi incorporiamo il mondo. «Il mangiare è un rapporto di intimità. Mettiamo dentro di noi pezzi della realtà esterna; ingoiandoli li mandiamo ancora più dentro, dove vengono incorporati nella nostra materia, nella nostra carne e nel nostro sangue. È straordinario come noi trasformiamo alcune parti della realtà esterna nella nostra stessa sostanza. Quando mangiamo la distanza tra noi e il mondo si riduce al minimo. Il mondo entra in noi; diventa noi. Noi siamo fatti di pezzi di mondo» (Nozick, 2004: 56). La nostra identità è fortemente legata al cibo e quindi, come dice Bourdieu, è un'identità "incorporata". Il rapporto che ogni essere umano detiene con l'esterno, con il mondo, può dunque dirsi fortemente connesso con il rapporto che ha con il cibo e più in generale con la sfera alimentare. A tale proposito, l'antropologo Le Breton sostiene che il mondo e il gusto del vivere sono talmente regolati dalle categorie alimentari, da parlare di "de-gustazione" del mondo. «Il gusto di vivere sovrintende il gusto ali-

mentare. La fame e la sazietà, o l'appetito che ne regola il rapporto, non pertengono mai alla pura fisiologia, non sono oggettivabili in termini calorici. Il senso di fame è uno schermo di proiezione su cui si misura l'appetito di vivere» (Le Breton, 2007: 396). Il fatto che la nostra identità sia così determinata dall'«esterno» può, come osserva Robert Nozick, determinare alcuni quesiti: «C'è pericolo a ingerire il mondo? Come possiamo saperlo e fidarci? Il mondo si cura abbastanza di noi da nutrirci?». Il rapporto che ogni essere umano detiene con il cibo è fortemente determinato da fattori culturali e da esperienze personali. «Apprendere e gustare un piatto consiste anzitutto nell'entrare in un registro culturale, condividendo i valori. Il gusto alimentare è un dato sociale e culturale, una forma interiorizzata di preferenza o di rifiuto, una memoria in atto dell'infanzia, che la storia personale ha arricchito di sfumature o affinato» (p. 359). Gli alimenti commestibili sono culturalmente determinati fra tutti i prodotti vegetali, animali e minerali. Ogni cultura è caratterizzata da tabù alimentari (gli Occidentali non mangiano carne di cane e di gatto), spesso regolati dalla religione. Il cibo che l'uomo assume è soggetto a operazioni di trasformazione (manipolazione, cottura...) che da sostanza nutritiva lo porta a diventare alimento, elemento naturale culturalmente elaborato e consumato all'interno di pratiche sociali codificate.

Il processo d'inculturazione determina i gusti degli individui fin dall'infanzia, cosicché anche da adulti saranno guidati nelle loro scelte alimentari, da regole e codici ben interiorizzati.<sup>1</sup>

## Nutrimiento e cura

Come è già stato detto in precedenza, il rapporto che ogni uomo detiene con il cibo è determinato da aspetti culturali e da aspetti propri dell'esperienza personale di ognuno. «Gli alti e bassi

---

1. Guigoni A., *Il messaggio è nel piatto: antropologia dell'alimentazione*, in AA.VV. *Nello stato delle cose. La luce era buona. Antropologie* Edito da Gramma (Perugia); cfr sito internet



dell'appetito sono in ogni individuo quelli della vita stessa e sono in gran parte anche conseguenza dell'antico rapporto con la madre» (Le Breton, 2007: 396). La nostra relazione con il cibo pare determinata anche dalle cure che l'ambiente a noi circostante ci ha prodigato quando eravamo bambini. Scrive Moulin al riguardo: «Mangiamo i nostri ricordi, perché ci danno sicurezza, così conditi di quell'affetto e di quella ritualità che hanno caratterizzato i nostri primi anni di vita» (p. 359).

Lo stimolo della fame e l'atto del mangiare non possono dunque dirsi regolati da un rapporto di causa-effetto, come ben dimostrano anoressia e bulimia, «L'appetito è affettività in atto. Benché la percezione delle sensazioni propiocettive della fame sia un dato inerente alla nascita, una disposizione destinata a svilupparsi come il camminare o parlare, è il clima affettivo in cui cresce il bambino a determinarne l'orientamento» (p. 397).

Winnicott, Bowlby, Spitz, Klein e Anna Freud nei loro studi psicoanalitici hanno riscontrato l'importanza delle cure materne: «per loro è stato chiaro che il modo in cui un bambino si sviluppa dipende in buona parte dall'insieme delle cure che riceve durante l'infanzia e non dalla sola relazione nutritiva» (Anzieu: 2005, 35). Spitz parla di «ospedalismo» per definire forme gravi e irreversibili di regressione che riguardano bambini separati dalla madre precocemente a causa di lunghi ricoveri in ospedale. Il bambino riceve puntualmente tutte le cure delle quali ha bisogno, ma senza il calore affettivo e la comunicazione sensoriale, tipica di quella che Winnicott ha definito la «preoccupazione primaria materna» (Anzieu, 2005).

Come dice Maurice Corcos, psichiatra e psicoanalista francese, il bambino, per essere nutrito, ha bisogno degli occhi della madre. La madre è uno specchio per la costruzione dell'identità del figlio, se la madre non guarda il bambino, ma guarda da un'altra parte, al bambino mancherà qualcosa<sup>2</sup>.

Secondo Winnicott la relazione che si instaura tra madre e bambino è determinante per lo sviluppo psichico ed emozion-

---

2. Relatore al convegno «Terra madre e mele avvelenate. Dal buon cibo alle passioni tristi della anoressia mentale», Savona 19-20-21 marzo 2009

ale dell'individuo e per il suo rapporto con il mondo esterno. Fin dalla nascita madre e bambino sono un'unità simbiotica dove il Sé e il non-Sé non trovano distinzione. Quando il Sé inizia il proprio processo di differenziazione, lo fa sulla base del vissuto emotivo che il bambino sperimenta nella relazione con la madre. Il bambino sperimenta il contenimento empatico (*holding*) materno: più tale funzione corrisponde ai bisogni che egli esprime, più si creano le condizioni per la formazione del vero Sé. Nel caso in cui la madre non riesca ad incontrare le esigenze del bambino, si costituisce il falso Sé, che avvolge il vero Sé e porta a costruire apparenze e relazioni false.

W. Bion ha elaborato il concetto di *reverie* per definire lo stato mentale della madre, pronta ad accogliere e a dare significato ai sentimenti e alle esperienze del bambino. Il processo che dà un senso ai vissuti del bambino, portandoli da dati grezzi a contenuti mentali è detto "funzione alfa".

Un altro psicoanalista ha sostenuto l'importanza del legame che si viene ad instaurare fra la madre ed il figlio, J. Bowlby. La teoria dell'attaccamento sostiene che la relazione madre-bambino getta le fondamenta per quelli che saranno i rapporti affettivi dell'adulto. Bowlby parla di "pulsione di attaccamento", sostenendo che essa ha "carattere primario" e che non è collegata "alla problematica orale intesa in senso stretto (allattamento, svezzamento, perdita e quindi allucinazione del seno)" (Anzieu, 2005; Galimberti, 1999; Zonta: 1999).

## Cibo e società

Se, come detto in precedenza, la nostra identità è profondamente connessa all'incorporazione di pezzi di mondo, significa che noi siamo ciò che mangiamo. Questo indica che «mangiare artefatti sconosciuti, senza passato e senza radici sociali, come è avvenuto con l'avvento della modernità, può significare perdere il senso ultimo del sé» (Nicolosi, 2007: 43).



Visita il nostro sito web  
[www.edizionaltravista.com](http://www.edizionaltravista.com)

© Copyright Edizioni Altravista  
via Dante Alighieri, 15  
27053 - Lungavilla (PV)  
tel. 0383 364 859 fax 0383 377 926  
[www.edizionaltravista.com](http://www.edizionaltravista.com)