



Il bambino che ha subito abusi cresce e viene nel tuo studio di Lyn Mayo

INTRODUZIONE

Il tema della nostra conferenza è Narcisismo, Cultura e Sessualità: non mi sorprende che mi sia stato chiesto di parlare del lavoro con clienti che hanno subito abusi fisici o sessuali poiché questo argomento è correlato a tutti e tre gli aspetti del tema che stiamo dibattendo. In tutti i paesi esiste una nascente consapevolezza collettiva del grado di abuso sia fisico che sessuale dei nostri figli. Se vi sia stato un reale aumento nella quantità di abusi in anni recenti o un'accresciuta consapevolezza dell'abuso già esistente è forse da discutere. Certamente, possiamo tutti concordare che, sebbene le statistiche riguardanti la frequenza dell'abuso possono variare, la quantità di abusi è allarmante. Nel discorso di apertura il Dr. Lowen ha affermato che una donna su tre ha sperimentato abuso sessuale. Ciò è allarmante! In qualità di professionisti siamo diventati più sensibili all'abuso e i nostri clienti sono più disponibili a parlare del loro passato di abusi, di conseguenza è più di un tema terapeutico nei nostri studi, ma di solito non hanno nessuno che li porta da noi.

Devono crescere e venire nei nostri studi, portando loro, consciamente o inconsciamente, il trauma ed il dolore dell'esperienza. La complessità del lavoro con questi clienti è multipla, le sfide grandi e le ricompense incredibili. Probabilmente tutti voi in questa stanza che lavorate con uomini e donne che hanno subito abusi siete arrivati ad apprezzare che la bioenergetica ha molto da offrire loro. A mio avviso è probabilmente la forma migliore di terapia per aiutare questi individui sia a reclamare i loro corpi, le loro sensazioni ed il diritto di esprimere ciò che hanno negato a se stessi così a lungo.

LA MIA ESPERIENZA E SCHEMA DI RIFERIMENTO

Nella mia pratica privata vicino New York, circa due terzi degli uomini e donne che ho visto negli ultimi dieci anni sono stati abusati fisicamente o sessualmente o in entrambi i modi.

Queste persone mi hanno insegnato moltissimo nella condivisione del loro dolore e disperazione così come delle loro vittorie. In aggiunta anch'io ho subito abusi fisici, piuttosto leggeri a paragone della maggior parte dei miei clienti e ciò ha avuto un grande impatto sulla mia vita.

Questa area non era mai stata toccata nella mia precedente terapia non - bioenergetica, ma ho imparato molto sul ruolo dell'abuso nella mia vita lavorativa con il corpo. Sono anche riconoscente nei confronti dei miei clienti che hanno condiviso con me le loro reazioni ed interventi che sono stati d'aiuto ed hanno anche indicato delle volte in cui la mia mancanza di sensibilità si è frapposta tra me e loro.

Oggi, voglio condividere con voi un po' del mio pensiero attuale a riguardo dei molteplici problemi del lavorare bioenergeticamente con clienti che hanno subito abusi da bambini. Le mie osservazioni non serviranno in alcun modo come prescrizione di come si dovrebbe fare; ognuno di noi ha uno stile e personalità individuale. Comunque la mia speranza è che alcuni di questi insight saranno utili quando lavorerete con clienti che hanno subito abusi. Vorrei focalizzare le mie osservazioni sulle cinque aree seguenti: identificazione del cliente abusato tramite indizi biografici ed il corpo; le caratteristiche psicodinamiche dei clienti maltrattati fisicamente e di quelli maltrattati sessualmente; le implicazioni di queste dinamiche particolarmente per le terapie se si legano al transfert e contro transfert; il cliente maschio che spesso non viene individuato come chi ha subito abusi; ed infine, modi in cui l'analisi bioenergetica può essere particolarmente efficace nell'aiutare i clienti maltrattati che vengono nei nostri studi.

CLIENTI MALTRATTATI FISICAMENTE

Dapprima, vorrei soffermarmi sull'abuso fisico. Per certi versi i clienti maltrattati fisicamente non sembrano casi così drammatici come quelli che sono stati abusati sessualmente. Tuttavia l'effetto

dell'abuso fisico nell'infanzia su una persona è profondo e ciascuno di noi probabilmente ha in terapia molti clienti che fanno parte di questa categoria. In aggiunta, nella mia esperienza, quando lavoro con un individuo che ha subito abusi sia fisici che sessuali, non si può ignorare l'impatto dell'abuso fisico ed avere a che fare efficacemente con l'abuso sessuale. Una delle ragioni per cui abbiamo in trattamento così tanti clienti che hanno subito abusi fisici è che la nostra società tollera e persino sostiene l'abuso fisico dei bambini. Alice Miller dedica una parte significativa del suo libro "Per il bene tuo", a descrivere quello che lei chiama "la pedagogia velenosa" crescere i bambini tramite la punizione fisica (Miller 1983). Quando lessi il libro per la prima volta la mia reazione fu che non c'era bisogno di sottolineare di continuo che l'abuso fisico è male per i bambini e tuttavia forse ella fece così perché in molti esempi di crescita di bambini nella nostra cultura l'infliggere dolore fisico non è accidentale ma fatto apposta. Le nostre società sono nelle condizioni di valutare che l'infliggere dolore è "maltrattamento" soltanto quando le leggi, enti sociali o figure professionali esprimono il parere che un genitore ha "esagerato" o alzato le mani una volta di troppo (Walters 1975).

Sembra universalmente accertato che le pratiche disciplinari vengono valutate sulla base delle proprie esperienze parentali. I clienti che furono maltrattati fisicamente da bambini di solito ricordano l'evento, semplicemente non lo etichettano come abuso. Poiché gli eventi sono ricordati, molte informazioni utili possono essere ottenute deducendo specifici dettagli dalla storia del cliente.

Tipicamente, pongo una serie di domande cercando di scoprire che cosa è successo in famiglia per quanto concerne l'espressione di rabbia e affetto. Esempi sono: "Cosa succedeva quando i tuoi genitori si arrabbiavano l'uno con l'altro?"

Seguita subito dopo da "Cosa succedeva quando degli individui particolari si arrabbiavano con te o tu facevi qualcosa di sbagliato.?"

La seguente risposta di un mio particolare cliente non è insolita. Disse che veniva sculacciato quando faceva qualcosa di sbagliato. Quante volte? "Diverse volte al giorno, almeno" In che modo? "Con le mani, cintura, spazzola sulle natiche, gambe o viso" Quando per la prima volta suggerii a questo cliente che era stato maltrattato, mi guardò incredulo e fu lesto a dirmi che questo era quello che accadeva ai suoi fratelli, sorelle e cugini durante le riunioni familiari, infatti credeva che accadesse a tutti i bambini. Non rimasi sorpreso dalla sua risposta poiché la sua esperienza era la mia esperienza infantile e la sua reazione era la stessa reazione che ebbi quando il mio terapeuta la prima volta suggerì che ero stata maltrattata.

A livello corporeo, le persone maltrattate hanno dovuto trovare dei modi per corazzare i loro corpi contro l'invasione fisica diretta a far loro del male. Vi sono diverse aree comuni di corazzatura che provengono dall'esperienza dell'abuso fisico. In un recente articolo degli "Annali dell'Istituto di scienze Organomiche, Morton Herskowitz sottolineò come le persone corazzavano la muscolatura profonda del collo.

La corazzatura nel segmento cervicale funziona per trattenere le urla ed il pianto e per convertire la rabbia aggressiva in resistenza ostinata. Il segmento cervicale è una delle principali aree del corpo in cui la storia del pestaggio fisico durante l'infanzia è incisa nella mente.

Gli individui che sono stati picchiati fisicamente durante l'infanzia o coloro ai quali l'ambiente ha amministrato un pestaggio simbolico, hanno imparato ad indurirsi contro l'esplosione della loro rabbia reattiva tendendo il collo e tentando di ridurre la superficie. Per alcuni ciò divenne una attitudine cronica di ritiro e i loro colli divennero permanentemente così (Herskowitz 1987, 66).

In aggiunta alla tensione nei muscoli profondi del collo, un sintomo fisico che cerco sempre è un blocco negli occhi. Quello che si può notare inizialmente negli occhi è paura, ma dopo aver lavorato con gli occhi ci si troverà terrore.

Questi bambini hanno sperimentato un adulto molto più grande di loro fuori controllo, che non potevano fermare.

Il risultato fu una sensazione di terrore che derivava dalla preoccupazione che avrebbero potuto non essere più vivi quando l'esperienza fosse finita. Di solito, questa paura per la loro vita è sepolta profondamente nell'inconscio della personalità. Un volta scoperta aiuta i clienti a capire l'importanza dei molti modi in cui hanno corazzato i loro corpi e strutturato le loro personalità per difendersi contro l'invasione non voluta del loro spazio e dei loro corpi.

Un terapeuta deve ricordare che da questo terrore non ci si difende sempre con il congelamento che associano con le prime difese contro l'annullamento. Di solito dal terrore ci si difenderà nella personalità

con qualsiasi mezzo disponibile al bambino nel momento che l'abuso diviene sovrachiaro, un modo, per esempio è per il bambino sapere dov'è la più vicina uscita. La consapevolezza di questa difesa, prima di lavorare in profondità sul terrore, può mettere in grado il terapeuta di essere preparato a che un cliente possa non solo andare via da una sessione, ma anche andare via dalla terapia.

Può verificarsi un appiattimento nella regione delle natiche non solo a causa della tensione nei muscoli dei glutei per gestire precocemente l'abitudine alla toilette, ma anche per tendere in giù questi muscoli per ridurre il dolore di continui sculacciamenti. Ci si può aspettare di trovare tensione e forse rigonfiamento in qualsiasi area del corpo in cui un cliente venne colpito ripetutamente così come tensione nelle aree che hanno trattenuto la risposta come colpire, piangere o mostrare rabbia. Spesso imparo guardando qualcosa portato all'estremo. Una cliente che fu gravemente maltrattata da bambina, e mia paziente da lungo tempo, mi insegnò a mantenermi umile ed insegnarmi la pazienza poiché il lavoro con lei è stato lungo e lento.

Nei suoi giorni più difficili lei ed io siamo nella stanza assieme ai suoi mostri che lei deve fronteggiare sempre. Se le chiedo qualcosa che lei pensa i mostri non vogliono che lei comunichi, si fa piccola come se si stesse preparando ad essere colpita.

Così per molti giorni è incapace di parlare o, se lo fa, sussurra. Nei suoi giorni migliori siamo solo lei ed io nella stanza, ma è sempre all'erta e se dovessi muovermi in un qualsiasi modo che le sembrasse improvviso si ritrarrebbe come se si aspettasse di essere colpita. Se avete mai visto un cane che fu maltrattato da cucciolo, avete visto un comportamento simile.

A livello meno drammatico qualsiasi reazione fisica che implica un leggero ritrarsi quando toccate un nuovo cliente è un indizio che il cliente ha sperimentato un'intrusione sul suo corpo, forse un abuso.

PSICODINAMICHE DELL'ABUSO

I clienti che provengono da famiglie violente in cui vi è stato abuso hanno diverse caratteristiche psicodinamiche comuni che rivivranno nel transfert e possibilmente causeranno alcune reazioni controtrasferali.

Una prima caratteristica è un senso di mancanza di potere. Da bambini i nostri clienti maltrattati ebbero l'esperienza di essere totalmente incapaci di fermare la violenza nei loro confronti, intesa ad invadere i loro corpi per far loro del male fisico. Fu certamente perduta la capacità di dire "NO" e la sensazione che fossero in grado di difendersi fisicamente.

Strutturate nel carattere vi sono le difese alternative che furono disponibili al bambino ed adesso entrano nella relazione con il terapeuta. Questi clienti hanno bisogno di sviluppare la sensazione di avere la direzione delle loro vite, avere il controllo dei loro corpi ed avere il diritto di dire "NO".

Abbiamo molti modi di lavorare con il corpo per facilitare ciò, la maggior parte di noi è consapevole che è importante aiutare i clienti a divenire radicati, avere il senso dei loro confini fisici e mobilitare la loro aggressività in modo che li mettano in grado di usare le loro braccia, gambe e voce per ottenere la sensazione di controllo di se stessi. In aggiunta, hanno bisogno di essere in grado di dire "NO" a te, anche se non sempre può piacerti il momento che scelgono per fare ciò. Un primo "NO" può essere in rapporto a lavorare con il corpo.

Mentre l'analisi bioenergetica è forse il modo migliore per lavorare con i clienti che hanno subito abusi, alcuni di essi faranno resistenza a lavorare con il corpo.

La resistenza è lì a causa di tutte le solite paure a proposito della intromissione nelle modalità caratteriologiche di difesa. E' lì anche perché stiamo parlando di lavorare fisicamente con il corpo in un modo che può far male ed essere avvertito come intrusivo. Questi clienti hanno paure cosce ed inconse che si troveranno nuovamente in una posizione di impotenza in cui i loro corpi verranno invasi per far loro del male. E' difficile per questi clienti mantenere la consapevolezza di avere il controllo nei nostri studi e che non debbano far nulla che non vogliono fare.

Il mio stile particolare di rispondere alle resistenze nel fare lavoro sul corpo è spiegare perché ho suggerito un esercizio o un modo di lavorare particolare e poi se loro resistono ulteriormente di rispettare il loro "NO". Ad ogni modo non rinuncio a lavorare con il corpo, trovo invece qualcosa di meno minaccioso da fare che funzioni con lo stesso problema corporeo.

Infine, alcune settimane o mesi più tardi l'esperienza originaria sembra meno terrorizzante ed essi vi partecipano ben volentieri. L'esempio più pittoresco di questa sensazione di impotenza proviene da un mio vecchio cliente alto quasi due metri. Da quell'altezza torreggia letteralmente sul 98 per cento del mondo. Venne da me perché temeva che avrebbe picchiato sua moglie quando litigavano. " Mi guarda con quei freddi occhi minacciosi ed io vorrei picchiarla " . Mentre lavoravamo con gli occhi iniziò a capire che gli occhi durante il litigio erano come gli occhi pazzi di suo fratello più grande che lo maltrattò brutalmente durante la sua infanzia. Un giorno lo feci stare in piedi nel suo spazio mentre camminavo lentamente verso di lui. Sembrava terrificato ma non disse o fece nulla. Gli chiesi quanto fosse alto: disse circa un metro. Comprendendo la sua sensazione, era affascinante star di fronte a quest'uomo imponente che si sentiva così piccolo quando era terrorizzato. Mentre parlavamo, divenne consapevole di sentirsi alto circa un metro quando era terrorizzato. Mentre parlavamo, divenne consapevole di essersi sentito alto circa un metro quando sua moglie aveva avuto quello sguardo da folle. Avvertiva il suo desiderio di colpire e ne era spaventato.

Una seconda caratteristica comune è la sensazione che questa personalità sia stata letteralmente abbattuta. Questi clienti di solito credono ancora di essersi meritati le punizioni ricevute. L'abuso è stata colpa loro. Dopo tutto essi sono quelle persone orribili che hanno fatto cose orrende da far sì che gli altri li punissero così.

Una mia cliente mi descrisse come veniva spesso mandata nella cantina buia che aveva il pavimento fatto di grossi sassi. A quattro o cinque anni doveva inginocchiarsi nell'umida oscurità su questi sassi per diverse ore. Disse che in qualsiasi momento scivolava dalle ginocchia sua madre magicamente in qualche modo riusciva a saperlo ed apriva la porta della cantina e la sculacciava. Quando le chiedevo con fare noncurante cosa avesse fatto per meritare una tale punizione rispondeva molto direttamente che aveva rubato qualcosa, una caramella. Inconsapevole della sua crudeltà sadica la madre probabilmente sentiva che stava salvando l'anima della figlia con una tale punizione.

Molti di questi clienti hanno raccontato ripetutamente dei difetti nella loro personalità. Hanno imparato le regole della loro famiglia e vivono oggi sotto la tirannia di questi " dovrei " . Un risultato è un senso della spontaneità diminuito o la sensazione che agire senza controllare la cosa è pericoloso e destinato a provocare guai.

Nei primi stadi della terapia l'analisi del carattere che etichetta negativamente il comportamento difensivo può essere percepito nuovamente come il terapeuta che sottolinea l'errore nel modo di fare del cliente e serve soltanto ad accrescere l'atteggiamento difensivo del cliente. Ho trovato d'aiuto evitare questa reazione differenziando i tratti del loro carattere sulla base dei modi che hanno imparato per prendersi cura di se stessi, modi che adesso spesso non funzionano bene; infatti sono loro di intralcio.

Siamo tutti consapevoli che la tensione muscolare cronica in certe aree del corpo inibisce la sensazione e l'espressione. E' necessario molto lavoro sul corpo per questi clienti per far sì che sentano più profondamente e per metterli in grado di esprimere la rabbia repressa, la furia e l'umiliazione sepolta nel loro essere. In aggiunta, in qualità di terapisti abbiamo un ruolo importante nel dare il permesso di sentire l'imperdonabile ed esprimere l'inesprimibile. Questo ruolo è particolarmente importante nelle fasi iniziali della terapia quando la voce del terapeuta ed il suo modo di fare è spesso necessario per controbilanciare le istruzioni oppressive del superego del cliente. Man mano che la terapia progredisce il permesso del terapeuta diviene meno importante mentre il superego del cliente diventa meno punitivo ed aumenta la spontaneità. Nel transfert il terapeuta verrà inevitabilmente identificato con colui che ha abusato. Non è insolito da parte dei clienti dare uno sguardo per vedere dove sono nella stanza quando chiedo loro di colpire il letto. Temono che attraverserò la stanza e li colpirò per quello che viene chiesto loro di dire, e vogliono essere preparati. E' anche problematico il fatto che ai clienti che hanno subito abusi è stato detto spesso che la punizione era per il loro bene. I loro maltrattatori furono spesso maltrattati a loro volta e avevano sensazioni cosce di stare costruendo il carattere del bambino. " Questo fa più male a me che a te " . Comunque ciò che era inconscio era sia il sadismo del maltrattante ed il bisogno di passare sopra all'umiliazione ed alla scissione e proiezione di parti inaccettabili di se stessi.

Con alcune delle nostre tecniche bioenergetiche possiamo essere percepiti come nuovamente fautori di qualcosa che fa male per il loro bene. Ci si può facilmente rivolgere a questo aspetto del transfert. Ad ogni modo, dobbiamo essere vigili sulle nostre reazioni controtransferali di rabbia e qualsiasi tendenza

che potremmo avere di usare le tecniche corporee per esprimere il nostro sadismo. Alcune tecniche bioenergetiche possono essere usate in modi da deformare pericolosamente la fiducia terapeutica talvolta portando un cliente ad abbandonare del tutto la terapia.

Per esempio non raccomanderei nessuna tecnica in cui il cliente è tenuto giù e reso impotente. In modo particolare lavorando con il maltrattato, dobbiamo essere in special modo consapevoli della possibilità che il nostro sadismo emerga dalla sua trasmissione tramite il contatto. I nostri clienti che hanno subito abusi capteranno qualsiasi desiderio che abbiamo di esprimere la nostra rabbia in questo modo.

I clienti maltrattati possono essere molto provocanti. All'inizio del mio lavoro in qualità di terapeuta bioenergetica una cliente mi insegnò questa lezione. Lavorava sodo nel provocare la mia rabbia e sapeva proprio come farlo. Mi ricordo che sentii un giorno che avrei voluto torcerle il collo. Decisi di cambiare la dinamica e suggerii di lavorare sul cavalletto. Mi fermai mentre mi accingevo a lavorare sul suo collo e scoprii il sadismo nelle mie mani. Mentre parlavamo di questo, disse che aveva cercato di provocarmi poiché era così sicura che l'avrei colpita un giorno, che l'apprensione la stava uccidendo e voleva farla finita, un'esperienza avuta anche con la madre.

Non si sorprenderà nessuno che questi clienti abbiano un diminuito senso di fiducia e incapacità a cercare sostegno. Questi individui hanno imparato a leccarsi le ferite e hanno un'ira furibonda nei confronti degli adulti che non sono accorsi in loro difesa. In aggiunta la dinamica diventa ancor più complicata se l'individuo che mostrò loro la maggiore attenzione e affetto era abusante creando una complessa relazione amore - odio con l'abusante. Questi troveranno il modo di manifestarsi nel transfert e si può metterli in luce e lavorarci. Una bella donna con cui lavoro disse che le ci volle circa un anno per credere che non avevo intenzione di schiaffeggiarla o darle un pugno nello stomaco. Solo allora fu in grado di capire che questa esperienza veniva ripetuta con tutti.

Mentre è vero che un cliente a volte identificherà il suo terapeuta con l'abusatore; mi sembra molto importante lavorare ad aiutare i clienti a sperimentare cosa vuol dire sentirsi al sicuro alla presenza del terapeuta. Alcuni clienti abusati non si sono mai sentiti sicuri in vita loro. La sensazione di sentirsi al sicuro può anche essere associata ad un luogo fisico nello studio o un modo particolare di relazionarsi al terapeuta. Ciò deve accadere quanto prima è possibile in terapia. In seguito quando i clienti hanno a che fare più profondamente con il terrore, possono entrare nel terrore, uscirne e provare l'esperienza della sicurezza.

CLIENTI DI CUI SI E' ABUSATO SESSUALMENTE

Vorrei focalizzarmi adesso sui clienti di cui si è abusato sessualmente. Ho presentato delle informazioni sulle dinamiche della terapia con i clienti di cui si è abusato sessualmente in un articolo (Mayo 1987), cosicché sarò breve qui. Come ho detto in precedenza molti clienti di cui si è abusato sessualmente possono avere subito anche abusi fisici. Se questo è vero un terapeuta deve stare attento alle caratteristiche appena menzionate e l'abuso fisico non dovrebbe essere ignorato perché il trattamento dell'abuso sessuale sia efficace.

Le caratteristiche psicodinamiche degli individui di cui si è abusato sessualmente non sono dissimili a quelle delle persone di cui si è abusato fisicamente. Comunque secondo la mia speranza, vi è una sensazione accresciuta che il loro corpo non è il loro, così come una sensazione di essere fondamentalmente cattivi e assolutamente colpevoli. Di solito essi sperimentano una sensazione più profonda di violazione e tradimento. Si sentono traditi da colui che ha abusato di loro e degli altri adulti che non li hanno aiutati (Miller 1984, Contois 1988): Diversamente dai clienti di cui si è abusato sessualmente non ricordano il loro abuso. Infatti vi può essere una generale amnesia rispetto all'infanzia poiché la repressione e la negazione divennero i loro primari mezzi di difesa. Perciò essi possono arrivare nel vostro studio con una gamma di sintomi come depressione, disordini sessuali, bassa auto - stima o difficoltà nelle relazioni che non sono di per sé indicatrici di abuso. (Contois 1988). Tutti gli uomini e donne che ho visto hanno a lungo desiderato un aiuto, ma hanno dovuto aspettare fino a che sono diventati adulti con un buon lavoro prima di essere in grado di avere accesso allo studio di un terapeuta privato. La maggior parte dei miei clienti non ha ricordato l'abuso sessuale; esso è stato scoperto durante il processo del lavoro

sul corpo in terapia. Coloro i quali hanno ricordato l'abuso si sono staccati da tutte le sensazioni connesse agli eventi. Esprimeranno i primi orribili eventi della loro vita quasi con indifferenza.

In aggiunta ai molti attributi fisici descritti nel corpo dei clienti di cui si è abusato fisicamente, nei loro corpi abusati sessualmente si troverà tensione estrema nella pelvi ed in qualsiasi altra area del corpo che potrebbe essere stata usata nella protesta se il bambino ne fosse stato capace. A questo punto del mio lavoro, ogni qualvolta noto una profonda tensione nell'area pelvica sia maschile che femminile, considero tra me e me la possibilità dell'abuso sessuale. Un mio collega ha detto di recente di aver lavorato con la bocca di un cliente fino a che iniziò ad avere dei conati e ricordarsi del pene dello zio in bocca, in un episodio di abuso che aveva del tutto represso quando aveva sette - otto anni. Alcuni dei clienti con cui ho lavorato subirono abusi sessuali da qualche estraneo. In ogni caso con cui ho lavorato, l'abusante era qualcuno che conoscevano: statisticamente questo è solitamente il caso.

La maggior parte subì abusi fisici a casa propria lasciandoli molto arrendevoli nei confronti degli adulti e vulnerabili all'abuso sessuale e cercavano nutrimento affettivo all'esterno poiché non lo ricevevano a casa. Uno dei miei primi clienti proveniva da un ambiente casalingo fisicamente punitivo ed emozionalmente sterile. All'incirca a dieci anni, stava prendendo una lezione d'arte in estate, al parco, l'insegnante d'arte era fisicamente molto calda nei suoi confronti. Un giorno la invitò nella sua macchina dove l'abbracciò e la coccolò. Questo andò avanti quotidianamente fino a che un giorno prese un righello e glielo spinse nella vagina causandole molto dolore. Non tornò più alle lezioni e neanche lo disse a qualcuno finché non lo condivise con me vent'anni dopo. Fu molto difficile per lui lavorare con i suoi sensi di colpa e la sensazione che fosse stato cattivo per aver voluto la sua attenzione e calore fisico. A suo avviso ciò significava che era responsabile per tutto ciò che faceva. L'incesto è stato definito la più devastante forma di abuso a causa del suo effetto sulla vittima. Per me l'incesto è qualsiasi contatto sessuale, dalle carezze al viso e al vero e proprio rapporto sessuale tra membri della stessa famiglia siano essi genitori, fratelli e sorelle, parenti, patrigni e matrigne o amanti dei genitori. Accade in tutti i gruppi socio - economici, di solito quando si spezza l'unità della famiglia (Courtois 1988). L'effetto devastante dell'incesto si può vedere nell'impatto che ha avuto nello sviluppo individuale. In “ Il punto di vista psicoanalitico sull'abuso sessuale perpetrato dai genitori “ , Anna Freud parlò del normale sviluppo psico - sessuale del bambino e sottolineò il trauma che risulta a questo vulnerabile processo se un'esperienza sessuale prematura interferisce con l'ordine sequenziale.

La sessualità adulta e quella infantile non sono sulla stessa lunghezza d'onda. Un adulto che usa o abusa di un bambino per soddisfare i suoi bisogni esibizionistici, fallici o genitali, può avere come suo partner un individuo con desideri ed impulsi erotici a livello più punitivo, nel caso di un bambino, per esempio, quello sadico - anale.

Il bambino sottoposto ad abuso, perciò, non è soltanto esposto ad un incontro sessuale sfortunato ed inadatto, sta anche sperimentando un tipo di stimolazione per la quale, dal punto di vista dello sviluppo è del tutto impreparato. Ciò non di meno, non può evitare di essere eccitato fisicamente e questa esperienza mette in disordine la normale sequenza della sua organizzazione sessuale. E' costretto ad uno sviluppo fallico o genitale prematuro mentre i suoi legittimi bisogni di sviluppo ed i processi che li accompagnano vengono aggirati o subiscono un corto circuito. Anche se alcune delle ripercussioni psicologiche di esperienza del genere possono essere possibili di modifiche in terapia, l'effetto dannoso sul comportamento sessuale più tardo può perdurare. Come lei sottolinea, lo sviluppo normale presuppone che le fantasie edipiche non divengano realtà ed è la frustrazione di queste fantasie che porta a superare il complesso edipico. Invece di essere in grado di risolvere la dipendenza dai genitori per amore di nuovi oggetti, il bambino viene legato più strettamente a loro sulla base della condivisione di esperienza ed eccitazione.

I postumi di un'esperienza incestuosa, così come sono noti a psichiatri e psicoanalisti, sono di due tipi contrastanti. In alcuni casi persiste una brama insaziabile di ripeterli, con l'individuo interessato nel ruolo di seduttore o sedotto, in altri vi è una massiccia attività di difesa, negazione, repressione, inibizione ecc. diretta contro la sessualità in quanto tale, portando a frigidità e impotenza. (Freud 1981).

Nel suo eccellente, esauriente libro : “Guarire la ferita dell'incesto: adulti sopravvissuti in terapia”, Christine Courtois sottolinea un concetto a me espresso in precedenza riguardo le scelte tecniche: quando è possibile il terapeuta eviti tecniche ed interventi che sono di controllo, autoritarie o cariche di potere, così da non ricreare dinamiche di abuso. Inoltre, il terapeuta assista il superstite nell'identificare e

reclamare il suo potere personale assieme a quelle parti di sé che sono rimaste sottosviluppate o vennero distorte dal trauma (Courtois 1988, 170).

Soddisfare questi compiti richiede una terapia significativamente a lungo termine. Una terapia di lunga durata è spesso richiesta a causa della cronicità dell'abuso, del suo impatto sul processo di sviluppo e sul carattere della vittima e il tempo richiesto per lavorare con forti difese e stabilire una alleanza terapeutica. In modo ottimale, la relazione terapeuta - superstita si sviluppa lentamente, con interventi ed interpretazioni calibrati secondo sia la capacità del superstita di lavorare con loro ed il grado di affetto e difesa generati. (Courtois 1988, 176). Permetterci la pazienza per lo sviluppo di una tale alleanza terapeutica è tanto cruciale quanto lo è il tempo per lavorare sui problemi corporei e caratteriali.

ABUSO SESSUALE MASCHILE

Fino adesso ho parlato dell'abuso sessuale con riferimento alle donne, ma anche gli uomini sono state vittime di abuso sessuale. Sono spesso stata negligente e sospetto che anche altri lo sono stati, nello scoprire l'abuso sessuale nei clienti di sesso maschile. Ho iniziato ad essere più attenta all'abuso maschile quando le clienti di sesso femminile mi dicevano che, quando veniva scoperto il segreto dell'abuso sessuale nelle loro famiglie, scoprivano spesso che anche i loro fratelli erano stati oggetto di abuso. Una cliente venne nel mio studio e disse in modo molto tranquillo durante la sessione iniziale che suo fratello, che aveva sette anni in più, iniziò ad usarla per rapporti anali quando lei aveva otto anni. Il suo problema attuale era che lei, adesso ventottenne, non era mai stata capace di avere un rapporto sessuale. Sospetto che il fratello abbia subito abusi simili dal padre alcolizzato. In molti casi ho visto o letto che dove vi sia stato incesto in una famiglia sia i figli maschi che le femmine hanno subito abusi.

Sto anche scoprendo che un numero sorprendente di clienti maschi che vedo hanno sperimentato una qualche forma di molestia da parte di un maschio adulto pedofilo durante il loro periodo di latenza. Molti clienti uomini sono stati oggetto di abuso fisico e sessuale. Come le loro sorelle, questa esperienza li ha resi più vulnerabili all'abuso sessuale. Di recente un cliente di sesso maschile venne da me con un dilemma. Aveva scoperto che la donna che era la sua terapeuta di massaggi era lesbica, le piaceva ma aveva molte sensazioni omofobiche. Gli chiesi se avesse mai avuto un'esperienza sessuale con un uomo o un altro ragazzo, molto velocemente rivelò la storia di una molestia sessuale subita da un pedofilo a nove anni. Lavorare fisicamente con questo evento fece emergere ogni tipo di sensazione. La parte più sorprendente per lui fu sia l'eccitazione che la repulsione che provò al momento del fatto, l'evento aveva anche generato paure riguardanti la sua sessualità.

Un tale miscuglio di sensazioni è comune nella maggior parte delle molestie non apertamente violente. Gli fu d'aiuto che condividessi con lui l'informazione ed anche la spiegazione della differenza tra un omosessuale ed un pedofilo.

Sebbene la mia esperienza di lavorare con gli uomini che hanno subito abuso sessuale sia limitata, mi sembra che aiutare i clienti di sesso maschile che sono stati oggetto di abuso sessuale può essere anche più difficile che aiutare le femmine. La nostra società non ha ancora reso accettabile per gli uomini ammettere l'abuso sessuale nella loro infanzia. Per esempio, dubito che vedremo presto negli Stati Uniti un programma televisivo durante la fascia di maggior ascolto in cui il bambino oggetto d'abuso è un maschio, tuttavia diversi anni fa c'era un programma del genere su una bambina oggetto di abuso sessuale. Forse dovremmo essere più attenti a ricordare che sepolto nei corpi di molti nostri clienti maschi è il trauma dell'abuso e che molte delle difficoltà che incontrano nella vita potrebbero avere le loro radici in quell'abuso.

LAVORO DI GRUPPO

Parte del lavoro più gratificante che faccio viene dai gruppi con le donne che hanno subito abusi sessuali, abusi fisici o entrambi. Christine Courtois afferma chiaramente l'importanza del lavoro di gruppo: il gruppo permette la rottura della segretezza, isolamento e marchio di infamia risultante dall'abuso e promuove l'esplorazione e la risoluzione del trauma e delle sue conseguenze. La condivisione ed empatia derivata dalle reazioni ed esperienze comuni, così come l'analisi delle interazioni tra i membri, sono di

grande valore terapeutico. Assieme ai membri del gruppo costruiscono un ambiente di sicurezza e congruenza entro cui esplorare gli effetti che l'incesto ha avuto sulle loro vite e di aiutarsi reciprocamente ad annullarne il danno sviluppando la fiducia e mettendo in pratica nuove abilità e comportamenti (Courtois 1988, 244).

Questi gruppi sono stati di inestimabile valore poiché le donne si aiutano a vicenda a lavorare sulle colpe ed umiliazioni ed incoraggiano l'espressione della rabbia.

Particolarmente utile è l'aiuto che si danno l'un l'altra riguardo gli effetti che l'abuso ha avuto sulle loro vite sessuali. E' stato rassicurante per loro scoprire che anche le altre hanno difficoltà a volte quando le avances dei loro amanti sembrano intrusive o una violazione dei loro confini. Poiché esse sanno cosa si prova nel corpo in quel caso, possono aiutarci vicendevolmente a trovare modi di profittare di quella esperienza e rendere la loro esperienza sessuale più godibile. Sono sicura che c'è bisogno di un sostegno simile per gli uomini

In conclusione, un numero crescente di persone che sono sopravvissute agli abusi infantili stanno venendo nei nostri studi alla ricerca del nostro aiuto. Vi sono implicati molti problemi salienti e la terapia è soggetta ad essere lunga e complicata. Ad ogni modo la ricompensa può essere grande sia per il cliente che per il terapeuta mentre assieme viaggiano per aiutare il superstite a riacquistare maggiore pienezza nella sua esperienza di vita.