

## Frammenti di pensiero in tempo di COVID-19

*Lara Giambalvo ( Milano )  
Allieva V Corso PCF*

A tante cose ho dovuto rinunciare nella mia professione in questo periodo di quarantena, ma quella che più mi manca è il gioco di sguardi con i pazienti.

Dove volgere lo sguardo in tempo di videochiamate?

Se fisso la videocamera, i pazienti avranno l'impressione che li stia guardando in volto, ma io non vedrò che una lucina luminosa, se invece osservo lo schermo, ai pazienti sembrerà che mi rivolga altrove, verso un punto in basso non meglio definito ...

Pensare di non poter scambiare uno sguardo con loro suscita in me senso di precarietà, timore di perdere il contatto, paura che i pazienti possano percepire distanza da parte mia o una innaturale discordanza tra il contenuto del loro racconto e le mie espressioni facciali

Sicuramente queste sensazioni sono suscitate anche dal venir meno del controllo che, da terapeuta di coppia inesperta, ancora cerco, almeno illusoriamente, di esercitare sul setting.

Non parliamo poi di tutti i movimenti corporei e le frasi pronunciate a mezza voce che mi sfuggono e che sarebbero invece elementi preziosi per cogliere il senso di quanto sta accadendo in quel momento in seduta.

Nella videoseduta di coppia diventa impossibile rivolgere lo sguardo espressamente ad uno dei due partners. Mi domando se questo aspetto non renda più difficile mantenere quella equidistanza nella relazione che passa anche attraverso il volgere lo sguardo alternativamente sull'uno e sull'altro, regolando l'attenzione sulla base di quel continuo movimento oculare.

Chissà allora che questo aspetto non incida negativamente sulla sicurezza che ciascun membro della coppia dovrebbe avere rispetto al fatto che io sappia osservarlo in modo equidistante rispetto all'altro.

Il passaggio di parola nella coppia avviene spesso tramite il nominare il partner silenzioso per chiamarlo in causa, a volte probabilmente portandomi ad assumere un atteggiamento più direttivo rispetto alla seduta dal vivo.

Come la quarantena, anche la videocamera costringe la coppia ad una vicinanza costante che è innaturale, il rischio è altrimenti di finire dimezzati o addirittura fuori dallo schermo. Mi chiedo se la difficoltà a stare in due nello schermo non rappresenti una fatica della coppia di costruire rapporti triangolari.

Com'è facile per uno dei membri della coppia finire fuori dallo schermo quando l'altro partner tende ad occupare tutto lo spazio di parole! Come accade spesso che mentre un volto, nella foga del racconto, si avvicina allo schermo diventando enorme, l'altro contemporaneamente si rimpicciolisca, venga nascosto o finisca fuori schermo!

Davvero queste situazioni sembrano esprimere fisicamente la fatica di stare in tre sulla scena.

Tra l'altro questi volti dimezzati mi fanno venire in mente anche come tale situazione possa esprimere al contempo una ambiguità nei confronti della terapia, uno stare un po' dentro e un po' fuori.

Mi chiedo poi se questo innaturale irrigidimento delle distanze nella quotidianità della coppia in quarantena non crei immagini sfocate del partner, potenzialmente lasciando ciascun membro della relazione più in balia dei propri oggetti interni e meno in grado di stupirsi dell'alterità dell'altro.

Mi sembra che nelle coppie che più giocano su dinamiche legate a simbiosi e fuga, la quarantena generi contemporaneamente illusione di poter costruire unità perfette e coincidenti e senso di claustrofobia, illusione di poter chiudere fuori dalla porta il terzo e timore che questi possa rientrare minacciosamente dalla finestra. Penso ad esempio a una coppia che vive con apparente estrema serenità la propria quotidianità, che pure è stata profondamente sconvolta, salvo poi andare in ansia se dall'esterno qualche parente o amico osa parlare della sua frustrazione e preoccupazione nei confronti della situazione attuale.

L'osservazione di questa coppia mi ha fatto riflettere sul fatto che tutto sommato il contenuto delle videosedute riprende le dinamiche lasciate in sospeso dal vivo. La coppia appena citata, ad esempio, era arrivata in consultazione portando il timore che la relazione non fosse un contenitore sufficientemente forte da poter contenere emozioni coinvolgenti, che quindi rimanevano silenti salvo poi essere agite. Nelle videosedute i partner continuano a non parlare delle loro emozioni in merito alla pandemia ma lo fanno indirettamente attraverso quelle di altri.

La sensazione è che anche la videochiamata entri a far parte di questi movimenti relazionali, divenendo strumento di disvelamento degli stessi. Per esempio, nella coppia prima menzionata, uno dei membri si lamenta di non amare la videochiamata come strumento di comunicazione perché non consentirebbe, a suo dire, ad amici e parenti una adeguata espressione delle loro emozioni per timore di presunti contagi emotivi, e definirebbe dunque una distanza incolmabile: forse però non è solo lo strumento a creare la distanza, ma una fatica intrinseca della coppia a entrare in contatto con alcune emozioni vissute come potenzialmente pericolose.