

## Il mondo interno ed il mondo esterno: il peso della perdita precoce

*“Il modo in cui viviamo il presente ed il nostro rapportarci al mondo esterno ha strette connessioni con il modo in cui si è sviluppato il nostro mondo interno”*

Il presente spesso è visto in modo così prepotentemente determinato dall'esperienza passata che è necessario un lavoro psicoterapeutico per poter modificare certi **schemi relazionali** del passato che si *ripetono* nel presente. Questo accade perché le prime esperienze relazionali strutturano le difese psichiche e la personalità, determinano il modo di organizzare l'esperienza, di pensare, di sentire, di fare previsioni, di attribuire significati, di avere aspettative, insomma, il “mondo interno” di una persona.

Questo almeno il punto di vista dell'epistemologia psicoanalitica e della teoria dell'attaccamento, attraverso le quali affronterò questo argomento. In particolare mi occuperò delle conseguenze delle *perdite relazionali precoci*.

Facciamo **un esempio**: immaginiamoci una persona che ha perso la sua principale figura di attaccamento nei primi anni di vita. Ipotizziamo che sia stata la madre. Si tratta di un'esperienza devastante che strutturerà il mondo interno di questa persona in un modo che determinerà nel corso della vita tutto il suo modo di relazionarsi con il mondo esterno: Infatti, data questa esperienza, questa persona non ha avuto a disposizione nel corso del suo sviluppo la sensazione di una “madre interna” da cui trarre calore o un senso di sicurezza interiore.

Nel suo mondo interno è rimasta l'assenza della madre o, per essere più precisi, il ricordo rimosso di una presenza affettuosa, a cui improvvisamente è subentrata un'assenza. Si è così stabilito nella mente un legame indissolubile tra una presenza calda ed una perdita traumatica. Certo, apro un parentesi importante: il “quanto” sarà “traumatica” questa esperienza e quali conseguenze avrà per l'individuo è dato da molti fattori, tra cui il modo in cui le altre figure di attaccamento aiutano il bambino a contenere ed elaborare il dolore, il modo in cui possono offrirsi come fonte di sicurezza, etc.

Tornando alla persona del nostro esempio: è probabile che questa si attenderà di essere abbandonata da tutti, in un modo o in un altro, ed è probabile che eviterà ogni opportunità di provare calore in una relazione, poiché il calore emotivo attiverà l'angoscia,

cioè un segnale che avvisa di un pericolo, ovvero il rischio di essere nuovamente feriti, nel momento in cui si lasci spazio alla *speranza inconscia* che la relazione possa continuare.

È questo ***uno schema comune in chi subisce perdite e separazioni precoci***: la precoce esperienza di perdita informa di sé tutte le successive relazioni della vita, le quali, benché disperatamente necessarie e desiderate, sono anche, ad un altro livello, temute e “tagliate via” nel momento in cui diventano “pericolose”; cioè quando (e qui si attiva *l’ansia-segnale*) attivano la speranza inconscia, il desiderio, che possano diventare significative, poiché questo nel mondo interno di questa persona è indissolubilmente legato all’idea della perdita e del dolore.

Al contrario, una relazione vissuta con distacco emotivo è esperita come tollerabile e non “pericolosa”. Nel mondo interno di chi ha subito la perdita precoce, infatti, “l’assenza” è familiare ed una relazione intima “distaccata” appare quindi “sicura” in quanto conferma ***la costruzione del mondo*** che questa persona si è fatta e non smuove il desiderio, la speranza, potenzialmente pericolosa, di poter essere amato in un modo che per tutta la vita si è inconsciamente cercato.