

“Un solo gelato”: i disturbi del comportamento alimentare e l'importanza del sintomo

ABSTRACT

Nel modello sistemico relazionale il sintomo ha un grande valore comunicativo e viene letto come espressione di un disagio di tutto il sistema familiare. Un sintomo, inoltre, non vale l'altro, ma ha un suo preciso senso e significato all'interno del contesto in cui si esprime e delle dinamiche relazionali che lo sottendono.

Un giorno una paziente mi chiese con grande sofferenza: “Dottoressa, ma io potrò mai entrare in una gelateria sapendo di riuscire a mangiare un solo gelato? Riuscirò mai a farlo?”

Il sintomo alimentare, infatti, è spesso egodistonico, in quanto mal tollerato da chi ne è affetto. Il soggetto coinvolto sente di non essere a posto, di avere un "difetto" che lo mette in difficoltà, di avere una grande fragilità da nascondere che ostacola la propria vita e la propria libertà.

In altri casi si presenta come egosintonico, questo fa sì che il terapeuta si trovi spesso costretto a confrontarsi con la dimensione del rischio, del pericolo, della morte, che può portare a sentire l'urgenza della cura e dell'eliminazione del sintomo.

Il sintomo alimentare può essere compreso completamente solo se per il terapeuta smette di rappresentare un nemico da combattere o un ostacolo da eliminare e può essere letto come un contenitore di significati, come simbolico di funzionamenti interni, come una necessaria stampella a cui appoggiarsi, e soprattutto come la chiave di accesso alla comprensione del funzionamento familiare, dei conflitti e delle alleanze, della storia dei legami e delle emozioni.