

MARZIA VIVIANI Le relazioni perverse

La perversione morale

Perversione (dal latino *pervertere*, "sconvolgere, mettere sottosopra") indica un mutamento in senso ritenuto deteriore, patologico, di un processo psichico, di un sentimento, di un comportamento, di una tendenza istintiva. Nell'ambito sessuale il termine è riferito a sindromi psicopatiche, caratterizzate da deviazioni dal comportamento sessuale considerato normale, per cui l'istinto sessuale viene rivolto verso un oggetto anomalo o trova soddisfacimento con pratiche erotiche diverse dal comune amplesso.

La prima parte di questa definizione, ripresa dal dizionario Treccani, può essere accostata a un tipo di perversione che possiamo chiamare "perversione morale". Tale perversione si concretizza, nella maggior parte dei casi, in una violenza psicologica che la psicoanalista francese Marie-France Hirigoyen ha definito "molestie morali".

Si tratta di un processo di distruzione psicologica in cui, con manovre ostili più o meno nascoste, con parole apparentemente insignificanti, allusioni, suggerimenti o non detti, un aggressore destabilizza la sua vittima, addossando a quest'ultima la responsabilità di ciò che non va.

Sminuire gli altri gli consente di aumentare la stima di sé e ottenere così il potere, dal momento che è avido di ammirazione e approvazione. Niente senso di colpa, né compassione o rispetto per il prossimo, perché il rapporto non lo coinvolge: questa è perversità, nel senso di perversione morale.

La seduzione perversa

In un rapporto molesto possiamo vedere due fasi: una di seduzione perversa, l'altra di violenza palese. La prima è una fase preparatoria nel corso della quale la vittima viene destabilizzata e perde fiducia in se stessa.

La seduzione perversa sfrutta gli istinti protettivi altrui, è una seduzione narcisista che permette all'aggressore di esercitare fascino senza lasciarsi coinvolgere. Questo viene ottenuto attraverso la manipolazione e il condizionamento.

La prima tappa, la manipolazione, consiste nel far credere alla vittima che è libera, precludendole però la possibilità di prendere coscienza del processo e togliendole la capacità di difesa e ogni possibilità di ribellione.

La seconda tappa, il condizionamento, è un vero e proprio lavaggio del cervello in cui la vittima ubbidisce per dipendenza, psicologicamente incatenata e anestetizzata, inconsapevole di quanto sta succedendo. Non più capace di reagire finisce per diventare complice del suo oppressore, poiché non è più in grado di avere un pensiero autonomo.

Il perverso non vuole distruggere l'altro all'inizio, ma sottometterlo a poco a poco, dal momento che per lui la cosa importante è conservare il potere ed esercitare il controllo. Utilizza manovre che in prima battuta sono insignificanti, ma diventano sempre più violente se il partner si oppone. Non è eccitante per lui che l'altro sia troppo docile, bisogna che ci sia resistenza quanto basta perché il perverso abbia voglia di portare avanti il rapporto, ma non troppa perché non si senta minacciato. La cosa importante è che sia lui sia a guidare il gioco.

Dapprima la vittima obbedisce per far piacere al partner, per consolarlo perché ha l'aria infelice. In seguito obbedirà per paura.

In questa fase il perverso mette in atto un processo di isolamento: la posizione difensiva in cui è ridotta la vittima la porta a diventare scontroso, lamentoso e ossessivo. Gli altri non capiscono e tendono a giudicarla in modo negativo.

La comunicazione perversa

Atteggiamenti paradossali, bugie, sarcasmo, derisione e disprezzo fanno parte dello stile comunicativo che il perverso utilizza per raggiungere il suo scopo.

Nel condizionamento sfrutta procedimenti che danno l'illusione della comunicazione, una comunicazione particolare non fatta per unire, ma per allontanare, per ostacolare qualunque scambio. Tale distorsione comunicativa ha lo scopo di confondere l'altro affinché continui a non rendersi conto del processo in corso.

Il perverso evita la comunicazione diretta, si rifiuta di parlare di quello che succede, di discutere, di trovare insieme delle soluzioni. Vuole prima di tutto impedire all'altro di pensare, di capire, di reagire. Sottrarsi al dialogo è un modo ingegnoso per aggravare il conflitto mentre lo si imputa all'altro. In tal modo si nega alla vittima il diritto di essere ascoltata. Spesso accade che la vittima stessa finisca con lo scusarsi di quello che ha potuto fare, più o meno inconsciamente, per giustificare l'atteggiamento del suo aggressore.

Il perverso usa una voce fredda, incolore, monocorde, priva di tonalità affettive, che lascia affiorare disprezzo e derisione. Anche nel caso di conflitti violenti non alza la voce, lasciando l'altro a innervosirsi da solo, cosa che non può che destabilizzarlo.

Spesso non articola le parole, oppure mormora qualcosa quando l'interlocutore è lontano, costringendolo a domandargli di ripetere, per poi fargli notar che non ascolta.

Ciò che dice è vago e impreciso, tale da aumentare la confusione. Si serve di allusioni e in tal modo lancia messaggi senza compromettersi; spesso non termina la frase lasciando dei puntini di sospensione che aprono la strada a tutte le interpretazioni e a tutti i malintesi.

Alcune volte utilizza un linguaggio tecnico, astratto, dogmatico, per coinvolgere l'altro in ragionamenti di cui non capisce nulla e sui quali non osa chiedere spiegazioni per non fare la figura dello stupido. Parlando in tono saccente vuole impressionare l'interlocutore e metterlo in una condizione di inferiorità culturale.

La violenza perversa

Quando la vittima reagisce e tenta di porre un limite alla situazione l'aggressore prova una sensazione di panico, di rabbia e si scatena. Comincia una fase di odio allo stato puro, violenta, fatta di colpi bassi e ingiurie, di parole che sminuiscono, umiliano, si beffano di tutto ciò che l'altro ha di più intimo.

Ansiosa di ottenere uno scambio la vittima si espone e più si espone più soffre. Il perverso non sopporta questa sofferenza e rafforza le sue aggressioni per farla tacere. L'odio che nella fase di condizionamento era mascherato ora si manifesta. Tutto ciò che prima esisteva in modo sotterraneo viene alla luce e l'azione demolitrice diventa sistematica.

Si tratta di una violenza fredda, verbale, fatta di denigrazione, di sottintesi ostili, di ingiurie. L'effetto distruttore deriva dalla ripetizione di aggressioni apparentemente insignificanti, ma continue.

Soltanto raramente la violenza è fisica e, nella maggior parte dei casi, è la conseguenza di una reazione troppo vivace da parte della vittima. Se ad una violenza sottile si aggiungono violenze reali, fino all'omicidio, è perché il gioco è scappato di mano al perverso, dal momento che lui preferisce uccidere indirettamente, o meglio indurre l'altro a uccidersi da solo.

Nella fase di condizionamento l'azione del perverso consisteva sostanzialmente nell'inibire il pensiero della sua vittima, ora, invece, cerca di spingerla contro di lui per poi denunciarla come "cattiva".

Di fronte ad una persona che blocca qualsiasi tipo di comunicazione la vittima si trova costretta ad agire, ma impedita dal condizionamento può farlo solo in modo violento, allo scopo di recuperare la propria libertà. Così l'agredito, già colpevole per il perverso, agli osservatori esterni sembra essere l'aggressore. Ciò che essi non vedono è che egli è in trappola, preso tra due fuochi, qualunque cosa faccia non può cavarcela: se reagisce accende il conflitto, se non reagisce lascia che la soluzione mortifera si espanda.

L'aggressore

Negli anni '60 Otto Kernberg, psichiatra e psicoanalista austriaco di nazionalità statunitense, elabora il concetto di "narcisismo patologico", che si configura come uno specifico disturbo di personalità, originato da un iperinvestimento della libido sul sé. Un sé non integrato che mantiene scisse le rappresentazioni idealizzate del sé e degli altri, dando così origine a un sé grandioso.

Il narcisista si muove in una realtà pericolosa, poiché in ogni momeno l'immagine grandiosa che ha di se stesso può venire invalidata. Per difendersi da questo rischio è costretto a tenere lontani gli altri che diventano, automaticamente, oggetto di rabbia e di svalutazione.

Queso però non basta a metterlo al riparo da emozioni negative, dal momento che il narcisista deve fare i conti con sentimenti di inferiorità generati da un Super-Io sadico, che innescano sia un eccessivo bisogno di esre rassicurato, che una profonda invidia. Il rapporto con gli altri diventa spesso parassitario e improntato sullo sfruttamento per aumentare la propria autostima.

Lo sviluppo più drammatico del disturbo si osserva, secondo Kernberg, quando la grandiosità si associa con una forte dose di aggressività. In questi casi si sviluppa un "narcisismo maligno" che porta il paziente ad aggiungere al suo sé grandioso anche un aspetto di onnipotenza.

Un altro psicoanalista, il francese Paul-Claude Racamier, si è occupato dell'argomento e ha elaborato il concetto di "perversione narcisista", concetto molto vicino alla descrizione della patologia narcisista fatta da Kernberg.

La perversione narcisista è un funzionamento perverso messo in atto su una personalità narcisista. Il motore è l'invidia e lo scopo l'appropriazione. Il *partner* esiste non in quanto persona, ma in quanto detentore di una qualità di cui il perverso cerca di impadronirsi.

Il perverso invidia, prima di tutto, la vita, la riuscita degli altri, che lo mette di fronte alla propria sensazione di fallimento. Così tende a sminuire ogni entusiasmo intorno a sé, cerca di dimostrare che il mondo è cattivo, che gli altri, compreso il *partner*, sono cattivi. Con il suo pessimismo induce chi ha accanto a deprimersi per poi rimproverarglielo. Nella maggior parte dei casi sceglie la sua vittima fra persone piene di voglia di vivere, come se cercasse di appropriarsi della loro forza. Si nutre e si rigenera con l'energia degli altri e poi fa ricadere su di loro tutta la sua negatività.

Il partnerè dà molto, ma lui non è mai contento. Il perverso narcisista è sempre nella posizione di vittima e l'altro sempre considerato responsabile.

Gettare la colpa sull'altro, parlarne male facendolo passare per malvagio, permette non solo di sfogarsi, ma anche di scagionarsi: mai responsabili, mai colpevoli di ciò che accade.

La vittima

La vitima è stata scelta perché era lì, non ha niente di particolare, è un oggetto intercambiabile che ha avuto il torto di lasciarsi sedurre.

Dal momento in cui si sottrae e non ha più niente da dare diventa oggetto d'odio del perverso.

Chi è importa poco, l'aggressore evita, però, chiunque potrebbe metterlo in pericolo e così si guarda scrupolosamente da opporsi ad altri perversi narcisisti, o paranoici, troppo simili a lui.

Il perverso prende di mira le parti vulnerabili dell'interlocutore, mette la vittima a confronto con le proprie carenze, traumi dimenticati dell'infanzia, risveglia la pulsione di morte che è in germe in ogni individuo. Va alla ricerca nell'altro del seme di autodistruzione che basta poi attivare con una comunicazione destabilizzante.

Le vittime accettano la loro sorte, si sono lasciate coinvolgere dal gioco perverso, anche per un lungo periodo, perché piene di dinamismo. Questo dinamismo, però, si accompagna ad una certa fragilità, sono forti e dotate, ma devono provare a se stesse di esserlo, sono vulnerabili perché non sono sicure delle proprie capacità e questo, senza dubbio, le rende sensibili alla fase seduttiva, durante la quale il perverso non trascura di valorizzarle.

In un secondo tempo, però, la loro ostinazione diventa pericolosa; non rinunciano perché non possono immaginare che non ci sarà un cambiamento e si sentirebbero responsabili ad abbandonare il loro *partner*.

Sono persone che tendono all'ordine, sia in campo lavorativo che nelle relazioni, che si dedicano anima e corpo a quanti stanno loro vicino, ma raramente accettano piaceri dagli altri. L'attaccamento all'ordine e la preoccupazione di far bene le spingono a sobbarcarsi una mole di lavoro superiore alla media e questo le fa sentire con la coscienza a posto. Conquistano l'amore dell'altro mettendosi a sua disposizione e provano una grande soddisfazione nello stare al suo servizio e nel fargli piacere. Però sono vulnerabili alle critiche e ai giudizi altrui, anche se infondate e questo le porta a giustificarsi continuamente. Il perverso narcisista ne approfitta e, percependo tale debolezza, prova piacere nell'instillare il dubbio.

Aggressore e aggredito funzionano secondo un meccanismo totalizzante: in entrambi c'è un'esacerbazione delle funzioni critiche, verso l'esterno nel caso dei perversi e verso se stessi in quello delle vittime. In queste ultime c'è una sensazione latente di inferiorità che riescono a compensare a condizione che non si fornisca loro l'occasione di sentirsi in torto. Sono estremamente vulnerabili rispetto al senso di colpa e questo costituisce una porta aperta verso la depressione. Il loro stato depressivo non è però caratterizzato da tristezza e apatia, al contrario diventano iperattive, in forte interazione con gli altri. Non riescono a fare a meno di ostentare la loro vitalità e in questo modo suscitano invidia, perché si mettono esageratamente in mostra.

Hanno bisogno di dare, i perversi narcisisti di prendere. Non si può immaginare incontro più ideale: uno rifiuta il senso di colpa, l'altro ha una naturale propensione a colpevolizzarsi.

Le conseguenze a lungo termine

Anche quando le vittime si separano e perdono ogni contatto con il loro aggressore non si possono negare le conseguenze drammatiche di un periodo di vita in cui sono state ridotte alla condizione di oggetto.

In un primo tempo l'allontanamento fisico dal *partner* rappresenta una liberazione, ricompare l'interesse per il lavoro e per il tempo libero. Le difficoltà, però, non mancano e i tentativi di dimenticare provocano spesso la comparsa di disturbi psichici o somatici ritardati: può trattarsi di ansia generalizzata, di affaticamento cronico, di insonnia, di mal di testa, di disturbi psicosomatici, ma soprattutto di comportamenti di dipendenza, come bulimia, alcolismo o tossicomania.

Alcune volte le vittime si lamentano di provare un'aggressività incontrollabile, un residuo del periodo in cui non avevano la possibilità di difendersi. Altre volte sviluppano sintomi che si avvicinano alla definizione di stress post-traumatico del DSM. Di solito non si parla di stress post-traumatico a proposito di vittime di perversione morale, tuttavia il generale Crocq, specialista di vittimologia in Francia, ritiene che chiunque sia stato molestato o minacciato sia una vittima psichica e che, come quelle di guerra, sia stata messa in un "virtuale" stato d'assedio che l'ha costretta a stare sempre sulla difensiva.

Le aggressioni e le umiliazioni sono impresse nella memoria e vengono rivissute attraverso immagini, pensieri, emozioni intense ricorrenti, sia di giorno, con la sensazione improvvisa che una situazione identica stia per verificarsi, sia durante la notte causando insonnia e incubi.

Le vittime hanno bisogno di parlare degli episodi traumatizzanti, ma ricordare il passato suocita, ogni volta, manifestazioni di paura che portano a disturbi della memoria e della concentrazione. A volte perdono l'appetito o hanno, al contrario comportamenti bulimici. Spesso aumentano il consumo di alcol e tabacco.

A lungo termine la paura di affrontare l'aggressore e il ricordo della situazione traumatica possono indurre le vittime ad adottare un comportamento elusivo e a mettere in atto strategie per evitare tutto ciò che riporta alla mente la situazione vissuta. Tale distacco può causare, però, una diminuzione di interesse per attività altrimenti importanti, o una limitazione degli affetti.

Anche nelle persone che hanno ricominciato a vivere in modo armonico questi ricordi possono sempre provocare una sofferenza molto intensa. Dopo anni tutto ciò che richiamerà, da vicino o da lontano, ciò che hanno vissuto le farà fuggire, perché il traumatismo ha sviluppato in loro la capacità di riconoscere meglio di altri gli elementi perversi di un rapporto.

La presa in carico della vittima

La presa in carico delle vittime di perversione deve portarci a rimettere in discussione i nostri metodi terapeutici. Occorre, infatti, dare prova di flessibilità, utilizzare un modo di lavorare benevolo e stimolante. Finché la persona non è uscita dal condizionamento non può essere aiutata con una terapia psicoanalitica tipo, con tutto quello che essa comporta a livello di frustrazione. È importante che il trauma che deriva da un'aggressione, fisica o psichica, venga riconosciuto come premessa dal terapeuta. I pazienti fanno spesso fatica a ricordare, da un lato perché cercano di rifugiarsi nell'oblio, dall'altro perché per loro quello che potrebbero dire è ancora impensabile. Per giungere gradualmente a raccontare quello che è accaduto hanno bisogno di tempo e del sostegno del terapeuta. Affinché ciò avvenga il terapeuta deve consentire alla vittima di ritrovare fiducia nelle proprie risorse interiori, deve aiutare il paziente a portare alla luce le strategie perverse evitando di attribuirvi un significato nevrotico, permettendo al paziente stesso di individuare che cosa venga da lui e dalla sua vulnerabilità e che cosa dipenda dall'aggressione esterna. Alla presa di coscienza della natura perversa del rapporto si deve aggiungere quella di come viene messo in atto il condizionamento, fornendo alla vittima gli strumenti per riconoscere le strategie perverse e dandole così la possibilità di non lasciarsi più sedurre né impietosire dal suo aggressore. Quando si inizia una psicoterapia in un contesto di molestia non si deve cercare, prima di tutto, di capire il motivo per cui ci si è messi in quella situazione, ma come venire immediatamente fuori. La psicoterapia, quindi, almeno in un primo tempo, deve essere confortante e dare la possibilità alla vittima di liberarsi dalla paura e dal senso di colpa. Il paziente deve capire con chiarezza che si è lì per lui, che la sua sofferenza non ci lascia indifferenti. È necessario rafforzare le sue parti psichiche intatte affinché acquisisca la fiducia necessaria per avere il coraggio di respingere quanto sente essere deleterio.

In nessun caso la terapia deve intervenire a rafforzare il senso di colpa della vittima, interpretando la sindrome da ripetizione come godimento, rendendo la vittima stessa responsabile della sua posizione. Lo psicoterapeuta americano Spiegel spiega che nelle terapie tradizionali si spinge il paziente ad assumere una responsabilità maggiore per i problemi della vita, mentre le vittime di perversione devono essere aiutate ad assumere una responsabilità minore per il traumatismo. Liberarsi dal senso di colpa consente al paziente di riprendere possesso della propria sofferenza e solo più tardi, quando la sofferenza sarà stata allontanata, si potrà ritornare alla propria storia personale e cercare di capire perché si sia entrati in questo tipo di relazione distruttiva, perché non si sia stati capaci di difendersene.

Qualche volta il terapeuta si trova di fronte a persone influenzate fin dall'infanzia e che hanno subito una violenza occulta. In questi casi la difficoltà è legata al fatto che esse non sono capaci di funzionare in altro modo e danno, quindi, l'impressione, di aggrapparsi alla loro sofferenza.

È pericoloso voler sensibilizzare troppo rapidamente il paziente rispetto alla sua dinamica psichica, per quanto si sappia che se si è lasciato condizionare, molto spesso, riveviva qualcosa della sua età infantile. Il perverso, con molto intuito, lo ha agganciato sfruttando queste debolezze.

Si può portare il paziente a tener conto delle relazioni esistenti tra la situazione recente e le ferite anteriori, ma questo può accadere solo quando si è completamente sicuri che sia uscito dal condizionamento e che sia saldo abbastanza da assumersi la propria parte di responsabilità, senza precipitare in un patologico senso di colpa.

I ricordi costituiscono una sorta di ripetizione del traumatismo; spesso l'angoscia è insostenibile, così le vittime cercano di controllare le proprie emozioni. Per mettersi in condizione di ricominciare a vivere devono accettare la loro angoscia, capire che non sparirà in un attimo. Hanno bisogno di prendere le distanze e accettare la loro impotenza con una sorta di elaborazione del lutto.

Guarire vuol dire essere in grado di riconnettere le parti sparse, di ripristinare la circolazione. Una psicoterapia deve consentire a una persona di prendere coscienza del fatto che la sua posizione di vittima non la riassume totalmente. Facendo leva sulla sua parte calda quella masochista, che permetteva il condizionamento, sparirà da sola.

Il paziente deve trovare il coraggio di guardare in faccia la propria ferita e riconoscere la sua sofferenza come una parte di se stesso degna di stima.

Il trauma vissuto lascia una traccia che non si cancellerà, ma sulla quale è possibile ricostruire.

Caso clinico

Ludovica è una paziente che vedo in un gruppo di Psicodramma da circa due anni. La sua storia, che vi propongo come esempio di una relazione perversa, è lacunosa e incompleta. Ho cercato, infatti, di mettere insieme frammenti di racconti che ho raccolto durante i colloqui preliminari e nel corso del gruppo; mancano sicuramente molti elementi, relativi soprattutto alla sua storia familiare, che permetterebbero di individuare le caratteristiche della vittima su cui l'aggressore ha fatto leva per instaurare un condizionamento, da cui è riuscita a sottrarsi solo dopo un anno di rapporto violento.

Ludovica ha 22 anni quando conosce Diego. Dopo la maturità frequenta un corso di due anni di grafica pubblicitaria.

Trovare lavoro come grafica è estremamente difficile, dopo un anno di ricerche senza risultati va a lavorare in un bar. L'orario è impegnativo, ma il lavoro a contatto con il pubblico le piace.

Diego è un cliente abituale e comincia a corteggiarla. Si frequentano per un breve periodo poi Ludovica si trasferisce a casa sua. Diego ha 28 anni, vive solo, ha una società con un amico per la vendita *on-line* di prodotti legati al *fitness*.

Ai genitori di Ludovica Diego non piace, cercano di metterla in guardia, ma il risultato è che lei si allontana da loro.

Diego mostra insoddisfazione verso gli amici di Ludovica e così il loro rapporto diventa sempre più un rapporto a due. Lui è molto geloso, ma questa gelosia viene vissuta da Ludovica come un segno d'amore e, pur di non ferirlo, smette, piano, piano di frequentare i suoi amici.

Le cose cambiano abbastanza in fretta, la gelosia di Diego diventa sempre più morbosa, le liti diventano quotidiane e durano fino a notte tarda. La mattina Ludovica non riesce ad alzarsi e nel giro di due mesi viene licenziata. Inizia così una dipendenza anche economica dal compagno. Lui diventa sempre più aggressivo, non solo verbalmente: comincia a picchiarla e a minacciarla: "Non cercare di andartene, ti verrò a cercare e te la farò pagare". Diego fa uso di droghe, Ludovica lo sapeva, ma pensava si limitasse al fumo. Con il passare del tempo si rende invece conto che è la cocaina che lui utilizza tutti i giorni, in dosi sempre più pesanti. Comincia anche a sospettare che ci sia un problema di spaccio.

Quando rimane sola a casa pensa di andarsene, di scappare da quella realtà. Ma ha paura, sa che Diego non accetterebbe di essere lasciato, la cercherebbe ovunque e gliela farebbe pagare.

I genitori li sente raramente, evita di vederli per non dover giustificare i lividi delle aggressioni. Gli amici li ha persi di vista: inizialmente si facevano sentire e le chiedevano di vedersi, dopo svariati rifiuti con evidenti scuse, hanno smesso di farlo.

Un giorno però, in preda atla disperazione, trova il coraggio di chiamare Andrea, il suo amico più caro. Non si sentono da molto tempo, ma tanti anni di condivisione permettono ad Andrea di capire immediatamente la situazione. Lei non ha bisogno di dire nulla, la sua voce parla al posto suo.

Così Ludovica torna a casa dai suoi genitori e inizia una psicoterapia presso una collega che dopo circa due anni me la invia per l'inserimento in un gruppo di psicodramma analitico.

C'è voluto molto tempo prima che a Ludovica passasse la paura di essere seguita, spiata, di trovarsi Diego davanti senza potersi difendere. E c'è voluto molto tempo prima che riuscisse a raccontare al gruppo, anche se in modo frammentario, la sua storia.

Marzia Viviani
Psicoanalista, Psicodrammatista, Esperto in Scienze Criminologiche ed Investigazioni Criminali Membro S.I.Ps.A.

BIBLIOGRAFIA

Hirigojen M.F. (2000), *Molestie morali. La violenza perversa nella famiglia e nel lavoro*, Einaudi, Torino.

Kernberg O. (1979), *La personalità narcisista in Sindromi marginali e narcisismo patologico*, Bollati Boringhieri, Torino.

Racamier P.C. (2003), *Incesto e incestuale*, Franco Angeli, Milano.