

## **Sogni e alimentazione**

NADIA DELSEDIME, SAMUELE DEFILIPPI, CRISTINA GIOVANNONE,  
PAOLO LEOMBRUNI, ENRICA MARZOLA

*Summary* – DREAMS AND EATING DISORDERS. From an Adlerian point of view, dreams have to be considered as expressions of life-style; indeed this is the only way to interpret them correctly. In patients affected by Eating Disorders, dreams are characterized by low self-esteem and anger.

*Keywords:* DREAMS, ANOREXIA NERVOSA, PERSONALITY

Il sogno, così come la personalità, è caratterizzato da un'unità perché «la legge suprema di entrambe le forme di vita, sonno e veglia, è la seguente: il valore del Sé non deve mai essere sminuito». «Tutto il comportamento di un essere umano si conforma ad un'unità ed è espressione dello stile di vita dell'individuo [...] è solo considerando i sogni espressioni dello stile di vita che si può trovare per essi un'adeguata interpretazione» [1].

Da un punto di vista descrittivo fenomenologico si riscontra, nelle pazienti affette da un Disturbo del Comportamento Alimentare, una frequenza di sogni normale o diminuita rispetto ai soggetti sani; il contenuto dei sogni, è prevalentemente caratterizzato da sentimenti di inefficienza e rabbia, si rifà a preoccupazioni per il cibo e ha spesso riferimenti a persone familiari.

Anna ha 24 anni e da quasi 10 è affetta da Anoressia Nervosa Restrictor che due anni fa l'ha portata ad un peso di circa 35 Kg. Anna è la prima di due figlie femmine. Federica, la sorella, ha 7 anni meno di lei e nasce poco tempo dopo la morte del nonno paterno. Anna era molto legata a questo nonno ed il ricordo del nonno morto sul letto è molto vivido, nonostante la madre di Anna avesse cercato di evitare di farla partecipe di quel momento, così come di tutte le morti di parenti o conoscenti.

Sia dalla parte del padre che della madre, i rapporti con i familiari non sono stati buoni. La madre di Anna, ha avuto sempre una pessima relazione con sua madre, donna dura e anaffettiva: questo le ha provocato molta sofferenza e ha fatto sì che la madre scaricasse la sua ansia su sua figlia Anna.

In casa è la madre a stabilire regole e orientamenti familiari. Il padre, Nando, è una persona riservata, chiusa, che attraversa momenti di tristezza estrema, giorni passati a letto piangendo, e viene pertanto considerato dalla moglie un buono a nulla incapace di affrontare la vita.

Anna parla di sua madre come di una donna che si è sempre sacrificata per gli altri e che, per affetto e paura, è stata troppo protettiva con lei e la sorella. A differenza sua, però, Federica ha saputo difendersi e reagire. Lei, invece, ha sempre subito ed assecondato le richieste materne, non riuscendo più a distinguere i propri desideri da quelli della madre, né ad esprimersi liberamente. Di carattere simile al padre, Anna era una ragazzina timida e selettiva, anche se, nel tempo, aveva costruito amicizie “del cuore” con cui tendeva a costruire un rapporto esclusivo; col tempo si era aperta di più ed era riuscita ad integrarsi con i compagni ed anche ad innamorarsi del suo compagno di banco. La relazione con questo ragazzo è iniziata durante le vacanze estive e si è interrotta drammaticamente dopo pochi mesi.

Il racconto del momento in cui Anna prende la strada dell’anoressia non arriverà mai ad essere dettagliato. Di certo si sa che è stato alla fine di quella relazione che Anna inizia a non mangiare. Gli anni successivi, sono anni di progressivo isolamento sociale, si trascura e non ha più interessi. L’ossessione per il cibo rimane costante. Di sé in quegli anni Anna dice di essere stata impenetrabile e incapace di parlare liberamente agli altri, di aver sempre giustificato il comportamento altrui anche quando era contro di lei e di non aver mai goduto dei traguardi raggiunti perché c’era sempre qualcos’altro per il futuro a cui pensare. Anna finisce gli esami universitari e il peso raggiunge i 35 Kg e, spinta dalla madre, accetta un percorso in comunità; il peso troppo basso però richiede un intervento immediato; Anna viene ricoverata per 3 mesi presso la Cdc Villa Turina dove ottiene un incremento ponderale di circa 7 Kg; da questo momento inizia il percorso comunitario.

I primi mesi sono difficili e Anna non si riconosce in quel nuovo corpo; tutti i pensieri sono polarizzati su peso e cibo. Ma qualcosa succede e Anna si sente vuota, il desiderio di magrezza si fa più debole. «Se non sono più quel mucchio di ossa allora cosa sono? E cosa voglio?». Anna dice di «non essere mai riuscita a sognare», dice di non aver mai avuto altri sogni oltre che vedere le proprie ossa... intanto il peso lentamente aumenta e il nodo che lega desiderio e ossa si allenta lasciando spazio a sogni carichi d’angoscia.

Anna racconta di essere su una nuvola con la sua montagna di libri, da questa nuvola scendeva una lunga scala che portava fino ad un letto dove giaceva suo padre da sempre malato. La scala era talmente lunga da non riuscire quasi a vedere suo padre e la sua sofferenza; il pensiero di scendere la scala la terrorizzava... uno, due, tre gradini ma poi nuovamente sulla nuvola... lassù non c'era angoscia... lassù c'era niente.

Il pensiero di toccare la sofferenza era insopportabile... l'alternativa era rimanere sulla nuvola, così leggeri da riuscire a restare sulla nuvola circondati dal mondo dei libri. Mangiando niente, mangiando il niente Anna si appropria della potenza del nutrire, la potenza che può fare o non fare dono d'amore. Attraverso la potenza del suo rifiuto Anna tiene in pugno l'Altro, Anna allontana l'angoscia da sé gettandola sull'Altro, Anna non domanda, ma mette l'Altro nella posizione di domandare.

L'anorexia ha dato ad Anna la possibilità di allontanare da sé la sofferenza ma il prezzo da pagare è grande... rimanere solo con un pugno di ossa... il disturbo alimentare di Anna è esordito alla conclusione di una relazione sentimentale, Anna ricorda di non aver mai provato sofferenza così profonda e di essersi detta: «Mai più un dolore così!».

### **Bibliografia**

1. ADLER, A. (1936), Prefazione al diario di V. Nijinskj, in ANSBACHER, H. L., PARENTI, F., PAGANI, P. L. (1981), *Adler e Nijinskj*, Quaderni della Rivista di Psicologia Individuale, 6.

Nadia Delsedime  
Via Cherasco, 11  
I-10126 Torino  
E-mail: [nadia.delsedime@unito.it](mailto:nadia.delsedime@unito.it)