

con il sapere e con lo studio. Si tratta di una selezione di terapie svolte presso la sede romana del Centro di Terapia Strategica nel quinquennio 2007-2012. Particolare attenzione è stata posta a rendere i resoconti clinici completamente irriconoscibili alterando ogni riferimento a persone e situazioni, nel totale rispetto della privacy e della persona. Nonostante ciò, il senso clinico del problema che ci venne presentato e dell'intervento effettuato è stato mantenuto fedele all'originale anche mediante la scelta di inserire brevi stralci di trascrizione delle registrazioni dei colloqui.

Abbiamo ritenuto che presentare i casi clinici in forma narrativa piuttosto che mediante la trascrizione completa delle registrazioni audio e video (come spesso avviene per i resoconti clinici) fosse più utile per il lettore. Questo per rendere conto appieno non solo della psicologia dello studente, del suo problema, del suo dramma interiore, ma anche della psicologia del terapeuta, di come dietro a prescrizioni, metafore o ristrutturazioni terapeutiche a prima vista bizzarre e controintuitive si celi in realtà una rigorosa logica di *problem solving* che guida le sue mosse verso un obiettivo comune.

Laurea breve... a breve!

Il senso di urgenza è una costante per gli studenti universitari bloccati. L'aiuto psicoterapeutico è spesso richiesto a mo' di pronto soccorso, come ultima spiaggia dopo il fallimento di tutti gli altri tentativi di gestire l'ansia da esame.

È questo il caso di Federica, giunta in terapia a qualche settimana dalla discussione di laurea presentandomi una sfida a dir poco «prestazionale»: superare il suo *decennale* panico da esame in sole tre settimane, ovvero prima della discussione di laurea.

Sino a quel punto, Federica aveva sostenuto ogni esame universitario con la tenacia di uno sherpa himalayano, superandone uno a uno come le mitiche fatiche d'Ercole. L'ansia la (s)

(c) Ponte alle Grazie - copia personale

travolgeva a partire dalla settimana precedente. La costringeva a notti insonni infestate da incubi: immaginava il momento in cui si sarebbe seduta di fronte all'esaminatore ma, preda di un'incontenibile agitazione, avrebbe fatto scena muta.

Poi, però, il giorno dell'esame, lottando con tutte le sue forze, era sempre riuscita a dominarsi nascondendo i segnali del suo disagio – tanto che ormai le amiche avevano imparato a prenderla un po' in giro per le sue paure, secondo loro immotivate.

Tuttavia, nel corso dell'ultima fatica, l'ultimo esame prima della laurea, si era bloccata: l'incubo si era trasformato in realtà. «Mutismo selettivo», tachicardia, vista annebbiata, ottundimento. Un'ansia indomabile le aveva permesso di bofonchiare solo qualche frase incomprensibile. Il professore aveva tentato di metterla a suo agio facendole domande via via più semplici, ma alla fine, infastidito, le aveva concesso un voto «politico» in virtù di un curriculum universitario fino a quel momento ineccepibile.

Questo gettò Federica nello sconforto. L'umiliazione di un voto immeritato, che le abbassava pesantemente la media a un passo dalla laurea. E il suo *segreto punto debole*, sempre abilmente celato, ora palesatosi in modo così evidente: di fronte a tutti! Federica iniziò a pensare che non sarebbe mai più riuscita a sostenere un esame universitario... figuriamoci discutere una tesi di laurea.

La prima cosa che le dissi fu che avrei senz'altro cercato di aiutarla, ma che ciò avrebbe implicato un lavoro decisamente più lungo di quello possibile in qualche settimana. Doveva quindi accettare l'eventualità, molto probabile, che entro quella sessione di laurea non sarebbe riuscita a sostenere l'esame, come si aspettava. Federica accettò a malincuore l'ineluttabilità della situazione, convenendo con me sul fatto che non sarebbe stato certo un passaggio a vuoto a impedirle di laurearsi. Anzi, se ciò significava liberarsi una volta per tutte del suo peso, avrebbe sacrificato (quasi) volentieri una sessione di laurea.

A quel punto procedemmo a un'indagine dettagliata delle

(c) Ponte alle Grazie - copia personale