

Lenore Terr, (1994), *Unchained Memories: True Stories Of Traumatic Memories Lost And Found*, trad. it. *Il pozzo della memoria. Storie vere di memorie traumatiche perdute e ritrovate.*

*"Nessun uomo e nessuna forza possono cancellare la memoria".
Franklin Delano Roosevelt*

La Terr (1936), psichiatra americana (Michigan), ha scritto qualche anno prima *Too scared to cry* (troppo terrorizzata per piangere), non tradotto in italiano.

Ha studiato la memoria dei bambini sotto i tre anni rilevando che l'incapacità di raccontare il trauma conduce a rimmetterlo in atto con i comportamenti. Studiò le piccole vittime di un rapimento nel 1976 a Chowchilla notando come bambini molto piccoli un singolo trauma lo ricordino perfettamente, mentre le vittime di traumi ripetuti e prolungati hanno seri disturbi della memoria.

La sua teoria della memoria repressa o rimossa (*repressed*) è stata al centro di forti controversie giuridiche e scientifiche. Una sua consulenza nel 1990 portò alla condanna in primo grado di un uomo denunciato dalla figlia per omicidio dopo ventun anni dal fatto. È la prima terrificante storia raccontata in questo libro. L'uomo venne successivamente assolto sulla base del neoscoperto test del DNA. Questo fatto rende ancora più inquietante la lettura. In un articolo (Childhood traumas: an outline and overview, Terr, *Focus* 2003) definirà due tipi di traumi infantile:

- Tipo I: ricordi pieni e dettagliati , "presagi" (omen) e percezioni errate (evento singolo).
- Tipo II: negazione, ottundimento (*numbing*), autoipnosi, dissociazione, rabbia (evento multiplo).

È importante tenere presente che ci sono tre fasi della memoria:

1. ingresso
2. immagazzinamento/conservazione
3. rievocazione/recupero.

I processi dissociativi, anche nella stessa persona, possono compromettere la memoria in tutte e tre le fasi.

I bambini piccoli, come dimostrato dalla ricerca Chowchilla, ricordano i dettagli di un trauma, ma è anche normale abbiano ricordi errati, non però relativi alla parte fondamentale del ricordo.

Un'amnesia può quindi cancellare i ricordi (vedi le tre fasi), ma i sintomi/segnali restano. Il loro corpo tiene il conto (Van der Kolk).

Lo dimostra la vita e l'opera di Stephen King, testimone ravvicinatissimo dell'orrendo investimento a quattro anni del suo amichetto. Ricordo sparito, ma riemerso in una serie infinita di straordinari racconti horror.

La soppressione di un ricordo è relativa alla sola fase tre, fenomeno volontario e temporaneo.

La repressione/rimozione può essere invece un fenomeno involontario che dura molti anni o per sempre. I due terzi dei bambini abusati hanno periodi di rimozione del ricordo. Una ricerca ha rintracciato tutti gli accessi al pronto soccorso di minori di dodici anni per abuso sessuale. Il 38% non se lo ricordava.

La dissociazione equivale ad una trance ipnotica. L'ipnosi terapeutica è una dissociazione guidata.

Senza sviluppo traumatico non possono prodursi dissociazioni importanti.

Molti episodi simili tendono a fondersi nella memoria.

Cosa produce la rimozione? Due classici conflitti:

- Conflitto A: tra il sentirsi competente e l'estrema sensazione d'impotenza vissuta nel trauma.
- Conflitto B: tra l'amore per il perpetratore e la mostruosità dei suoi atti.

Cosa consente la rievocazione dopo anni?

Rivivere attraverso un figlio l'età del trauma.

Una soluzione/trasformazione dei sopracitati conflitti.

Quando la repressione viene meno le persone diventano molto più sintomatiche (ritraumatizzazione).

Non sempre i bambini sognano i loro traumi.

Spiegel sostiene che i ricordi troppo orribili non possano essere rimossi, ma debbano proprio essere cancellati più radicalmente: no ingresso e no conservazione.

La Terr dedica i primi due capitoli alla figlia del presunto assassino, il terzo ad una ragazza post traumatica che perde la memoria in una ritraumatizzazione (umiliata, tradita, abbandonata dal convivente). Una storia utile per capire la differenza tra repressione e dissociazione. Un caso che si avvicina alla personalità multipla.

Gli psicologi cognitivisti hanno dimostrato che si può impedire l'immagazzinamento dei ricordi bloccando la loro ripetizione/ricapitolazione per i trenta secondi successivi alla percezione. I bambini vittime di gravi traumi "volano" via con la loro mente e questo impedisce l'ingresso stesso del ricordo nella mente. Ci sono molti esempi giudiziari di questo fenomeno.

Un caso noto potrebbe essere quello di Virginia Woolf, abusata a cinque anni dal fratellastro adolescente e poi ancora da adolescente dall'altro fratellastro. La Woolf scrisse: "Ogni giorno vivo più momenti di assenza che di presenza". Virginia Woolf si è suicidata.

Il quarto capitolo racconta di un appassionato di immersioni subacquee, non vi voglio rovinare la sorpresa e vi sfido ad immaginare qualche dettaglio della sua felice infanzia...

Il quinto capitolo racconta la storia della Miss America del 1958 e del suo tardivo coming-out dopo la morte del padre abusante. Un caso

paradigmatico di lunghissima scissione tra la bambina felice e quella terrorizzata della notte.

Molto interessante il confronto con i ricordi e la personalità della sorella maggiore, per la quale aver fortemente avversato il padre, non aver mai rimosso (pur non avendo mai parlato!) sembra essere stato importante fattore di protezione.

Il sesto capitolo racconta la falsa memoria di una bambina bugiarda ed esibizionista ed è basato sul concetto che un trauma sessuale precoce non può non lasciare dei sintomi, soprattutto nella vita sessuale della vittima.

Il settimo capitolo è dedicato alla storia del famoso scrittore californiano noir James Ellroy (LA Confidential) la cui madre venne misteriosamente assassinata dopo una notte in un locale notturno quando James aveva dieci anni.

Era stato un bambino erotizzato dalla mamma con cui viveva ed idolatrato dal padre separato. Ellroy divenne adulto rimuovendo il mistero dell'omicidio di sua madre ma con uno spettacolare spostamento su altri omicidi, in particolare il caso della "dalia nera" che aveva impressionanti analogie con quello di sua madre.

Non sorprenderà apprendere che Ellroy dopo la morte del padre ai suoi diciassette anni, divenne un adolescente deviante, antisociale, venne arrestato trenta volte per reati minori e passò quarantacinque giorni in carcere, in seguito porno dipendente ed alcolista venne salvato dalla psicoterapia e dalla scrittura.

Terr sostiene la necessità di una direttività del terapeuta nel guidare il paziente verso l'accettazione della fatica dell'elaborazione: "La non responsabilità del terapeuta può implicitamente suggerire che questi ricordi sono insignificanti, o troppo disgustosi..." (ed. Usa, p.213).

Nell'ottavo ed ultimo capitolo Terr racconta di un lutto patologico in protezione dei genitori, un figlio morto in un incidente, quando il fratellino ha quattro anni e quindi dovrebbe avere memoria del fratello, mentre non ne ha nessuna. Infatti i primi ricordi che possono essere rievocati sono dei tre anni e mezzo. Questo capitolo è dedicato a come possono essere recuperati i ricordi dell'infanzia. Una delle tecniche è quella delle associazioni libere inventata dal vecchio Sigmund. Un'altra è già citata quella di rivivere la propria infanzia attraverso i nostri bambini. Un'altra è quella di ricostruire/disegnare la disposizione di una casa, la migliore di tutte potrebbe essere quella di scrivere la propria autobiografia (nota del recensore: magari in forma di fiaba...).

Conclusioni

Una lettura horror, ma molto coinvolgente e istruttiva

Matteo Selvini