

Non voglio crescere più

Enrico Parolari

I giovani-adulti italiani, soprattutto maschi, sono gli adolescenti più vecchi d'Europa. Il 45% di loro, fra i 30 e i 34 anni, vive ancora con i genitori che, dal canto loro, non li aiutano a spiccare il volo per abbandonare il nido: appena il 18% è convinto che il figlio dovrebbe uscire di casa con la maggiore età. Soprattutto le madri sono contrarie, pensando che l'età giusta sia attorno ai 26 anni. La paura di crescere dei trentenni s'incrocia con la paura di invecchiare dei cinquantenni. Sta di fatto che i figli non varcano la porta di casa prima dei 30 anni. Anche se si sposano, non si allontanano: quasi la metà delle nuove coppie va ad abitare entro un chilometro dalla casa dei genitori dell'uno o dell'altro. Il trentenne adolescente, obbligato prima o poi a fare il suo ingresso nell'età adulta, viene preso da uno strano sentimento d'angoscia e di disagio.

Il vocabolario della paura

«A casa c'è una situazione da *paura!*», «Quando il collega mi guarda vado in *panico*», «Ho la *fobia* dello studio», «Sfogo l'*ansia* nel mangiare»... Sono parole che hanno un significato specifico e si riferiscono a situazioni esistenziali differenti¹, ma nel linguaggio comune tendono a sovrapporsi. Proviamo a distinguere.

Paura. Tensione interna, con reazioni fisiologiche (tremore, sudore, tachicardia...), che si esprime come una tendenza ad evitare una realtà esterna, percepita come pericolosa. Possiamo avere paura dei cani, di volare, di andare dal dentista... In ogni caso, la paura risponde ad una minaccia esterna, circoscritta e ben definita dalla quale la persona può difendersi sfuggendola, evitandola, eliminandola dalla propria vita. La paura è un'emozione sana e utile perché ci avverte di un pericolo: se non ci fosse, saremmo in balia della nostra spericolata onnipotenza. Non sempre però, le paure che viviamo sono oggettive e percepite da tutti nello stesso modo; non di rado sono soggette ad accentuazioni o ad esagerazioni che dipendono dalla nostra memoria affettiva, la traccia emotiva del nostro passato.

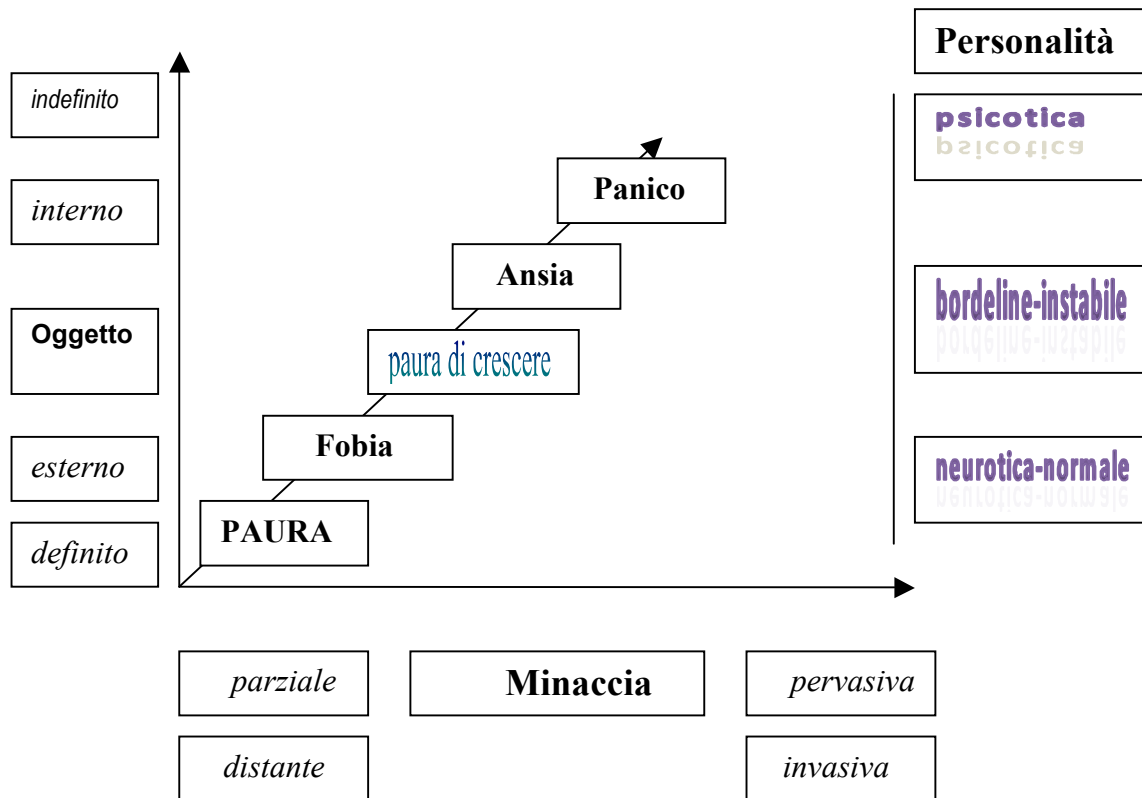
Fobia. Timore irrazionale e persistente per un oggetto, attività o situazione specifica (lo stimolo fobico), che attiva la tendenza compulsiva di evitarlo: quell'oggetto lo si evita o lo si affronta con grande sforzo.

Ansia. Anticipazione di un pericolo o di un evento negativo, accompagnata da sentimenti di disforia o da sintomi fisici di tensione. Il pericolo può essere esterno (parlare davanti ad un pubblico, la partenza per un viaggio di una persona cara...), o interno (l'impressione di essere abbandonati, la previsione di un fallimento in un qualche compito di vita...).

Panico (attacchi di panico). Insorgere improvviso e delimitato nel tempo di intensa apprensione o terrore, spesso associato a sentimenti di morte imminente. Durante gli attacchi vi sono dei sintomi come il respiro corto, la sensazione di soffocamento, palpitazioni, tachicardia, dispnea, fino alla paura di impazzire o di perdere il controllo. Gli attacchi possono essere imprevisibili oppure correlati alla situazione oppure sensibili alla situazione senza un nesso diretto con essa.

¹ Psicologo, Seminario Arcivescovile di Milano.

In una semplice rappresentazione grafica, possiamo organizzare queste paure secondo due coordinate: in relazione all'oggetto che provoca la paura e in relazione al tipo di minaccia percepita. Al tipo di oggetto possiamo abbinare la qualità della struttura della personalità (più o meno coesa e matura), mentre alla minaccia possiamo associare il senso della propria mortalità.



Nella rappresentazione grafica si può vedere che, nel continuum tra normalità e patologia, il passaggio da una forma di paura all'altra comporta un cambiamento sia dell'oggetto che della minaccia. L'oggetto diventa da definito a indefinito, da esterno a sempre più interno. La minaccia da parziale diventa sempre più pervasiva fino alla percezione della morte imminente, da relativamente distante e affrontabile perché esterna, diventa sempre più invasiva e non controllabile.

La sindrome di Peter Pan

Il Peter Pan della versione cinematografica Disney è l'eroe positivo che incarna la giovinezza eterna, mentre il Peter Pan della versione letteraria di J. M. Barrie rappresenta il disagio di chi si rifiuta di crescereⁱⁱ. In Peter Pan si possono, perciò, rispecchiare sia i bambini che gli adulti. Orfano, scappa di casa, e questa situazione gli permette di affrontare esperienze che altrimenti non avrebbe fatto, come quella di volare alla volta di Neverland. La capacità di volare rispecchia, soprattutto nel film, la gioia di vivere e la spensieratezza dell'infanzia, mentre nel libro di Barrie rappresenta piuttosto lo scappare verso una realtà che oggi chiameremmo virtuale.

La sindrome di Peter Pan (così l'ha chiamata, negli anni ottanta, lo psicologo americano di scuola junghiana Dan De Kiley)ⁱⁱⁱ colpisce chi, come lui, finisce per rimanere imprigionato nell'abisso dell'uomo che non vuole diventare e del ragazzo che non può continuare ad essere, chi ha provato a rifiutare le regole del mondo adulto e si è ritrovato sconfitto. La sindrome colpisce chi nasconde le sue inquietudini con coperture, come fa Peter Pan quando si mette a suonare allegramente il suo flauto proprio mentre sta per

essere abbandonato da Wendy e dai suoi Bimbi Sperduti. La personalità dei moderni Peter Pan li spinge a fingere, mentire, imitare, recitare un ruolo, inventare storie straordinarie^{iv}. Mentono innanzi tutto a se stessi: per evitare di pensare alle loro paure, preferiscono guardare ai loro lati positivi, convincendosi presto di essere qualcosa di speciale e trasformandosi spesso in individualisti arroganti, anche se alla megalomania cosciente corrisponde un'inferiorità inconscia.

Nella versione originaria di Barrie, Peter Pan è indifferente, senza cuore, cambia campo per noia e spesso usa questo lato del suo carattere per intimidire le sue nuove conoscenze, mentre per impietosirle fa leva sul suo essere un orfanello abbandonato. Intimidazione e manipolazione sono i mezzi con cui i Peter Pan del nuovo millennio gestiscono le relazioni.

Secondo De Kiley l'origine della sindrome sta nell'atteggiamento di quei genitori che lasciano credere ai figli che le regole sono valide per tutti tranne che per loro, genitori che preoccupati di lasciar soli i figli li assecondano in tutto o genitori che controllando e soffocando ansiosamente, li lasciano comunque soli e privi di tenerezza e intimità. I figli di simili genitori si trattengono troppo a lungo nella fase adolescenziale e nei legami continuano a cercare la «madre» o il «padre». Gli uomini Peter Pan vogliono che la loro compagna faccia loro da mamma, che comprenda la loro fragilità, che ceda ai loro capricci. Molto spesso non riescono a stare senza una donna\mamma che li asseconi in tutto, ma allo stesso tempo hanno il terrore dei legami. Come Peter Pan, vogliono continuare a divertirsi. Mentre per Jung il fanciullo divino rappresenta la tendenza più forte ed irriducibile di ogni esistente, quella di realizzare se stesso, per De Kiley il *puer aeternus* è l'archetipo dell'amoralità, della vulnerabilità e dell'autodistruttività.

Una paura necessaria al desiderio

La paura di crescere non è, di per sé, patologica. Lo diventa quando assume il potere di bloccare lo sviluppo, ed è a questo punto che può sbocciare la strategia Peter Pan. Infatti, l'agire della libertà umana avviene in un contesto di desiderio e paura^v. Spesso al desiderio consapevole di crescere si contrappone una paura inconscia. Questa dialettica è particolarmente visibile in alcuni fenomeni documentati dall'indagine psicologica quali la «depressione da successo» o la «paura di stare meglio sotto il profilo psicologico». Quando si raggiunge un traguardo lungamente sognato e perseguito non è raro che alla gioia si unisca la paura: «Sarò capace?», «Adesso cosa faccio?», «E voi, mi resterete amici?».... C'è chi, dopo una buona carriera universitaria, prolunga inspiegabilmente l'ultimo tratto degli studi: si blocca, per così dire, sulla soglia delle responsabilità della vita. C'è anche chi ha fatto un salto di qualità ma lo attribuisce alla fortuna o al caso, lo lascia nella eccezione e «preferisce» regredire a modi di agire più familiari, più sicuri anche se alla fine più umilianti.

La dialettica tra desiderio e paura è anche alla base della resistenza a crescere^{vi}. Ed è un bene che ci sia. Desiderare ma aver paura, crescere ma resistere, cambiare ma restare... sono segni che la persona sta camminando seriamente: sa che le scelte significative sono serie, non sono obbligate ma libere, hanno un fascino ma anche un costo, realizzano i propri desideri ma non è detto che agli altri piacciono... Chi non prova, almeno in qualche passaggio decisivo, anche paura sta ingannando se stesso.

La fenomenologia della paura di crescere

Un giovane-adulto con una buona posizione lavorativa che vive con grande slancio ideale, da due anni a questa parte gli viene, ogni tanto, l'idea di all'idea di farsi prete. Da sei anni sta con una ragazza con la quale, però, non ha mai deciso di legarsi veramente. Continua a chiedersi qual è la sua vocazione.

Una ragazza ormai alla conclusione dell'università, impegnata in parrocchia e dai molti amici, dice di non aver tempo per fare una scelta affettiva. Frequenta molti ragazzi carini che però tiene a debita distanza ma non troppo, perché «il matrimonio è una cosa seria».

Due fidanzati, insieme da 5 anni, ci tengono a precisare con gli amici che la loro è solo un'amicizia e quando finalmente prendono in considerazione l'ipotesi di sposarsi, uno dei due tergiversa perché «devono conoscersi meglio».

Finalmente una casa tutta loro. Ma devono finire di pagarla. Lui lavora fino alle 8 di sera, lei va a cena dalla mamma mentre ogni domenica vanno a pranzo dalla famiglia di lui. Dopo un anno devono ammettere desolati: «fra noi non c'è più l'attrazione di una volta». Eppure l'avevano sognata, la loro casa, e preparata in ogni minimo dettaglio e in ogni minuto libero.

Una possibile spiegazione di simili arresti evolutivi è l'incompiutezza del processo di *individuazione e separazione*^{vii}. Si tratta di un compito evolutivo fondamentale che si ripropone ogni qual volta si prospetta l'avanzamento da una fase di sviluppo a quella successiva. È un compito del bambino quando si affaccia alle soglie dell'adolescenza, dell'adolescente ormai vicino all'età adulta, del giovane adulto... Ad ogni avanzamento si tratta di ridefinirsi tenendo conto della nuova situazione di vita e di rivedere i vecchi modelli di relazionarsi. Se si incontrano troppe difficoltà a ricollocarsi in questo modo, è facile che insorga la difficoltà ad incontrarsi nella propria identità e a legarsi agli altri, con una conseguente carenza di intimità con se stessi e con gli altri. Di qui, la paura di crescere. Se a questo punto ci domandiamo dove si può collocare la paura di crescere rispetto alle altre paure e alle più o meno coese, stabili e mature strutture di personalità (cf la rappresentazione grafica), la si potrebbe tra la fobia e i sintomi d'ansia, alla soglia tra la struttura di personalità nevrotica-normale e quella borderline-instabile.

La paura di crescere non è un sentimento passeggero ma uno stile di vita abbastanza stabile e organizzato grazie al quale si preferisce, anche senza saperlo, attardarsi nell'adolescenza e rinviare il diventare adulti. All'idea di individuarsi, nasce la paura di non essere in grado di affrontare una nuova vita, di sbagliare strada, di fallire senza via di uscita e all'idea di separarsi si associa la paura di perdere, nella separazione, la vicinanza delle persone care, di non sentirsi sicuri di essere amati come prima, di non essere capiti.

Paura camuffata

La paura di crescere non si sente così come essa è. Se così fosse, sarebbe una permanente sensazione umiliante che minaccia la stima di sé e potremmo ricorrere subito ai ripari. È una paura silenziosa, che non fa soffrire ma, anzi, ci dà un simpatico aspetto da Peter Pan.

Ce la possiamo portare dentro per tanto tempo perché viene inconsciamente tradotta in paure più tollerabili, giustificabili e... remunerabili fino al punto di non apparire più come paure ma, al contrario, segni di maturità e virtù. I meccanismi di difesa per un'operazione di questo genere vanno da quelli più maturi (difese nevrotiche- normali) a quelli più primitivi (difese narcisistiche-primitive)^{viii}. La paura di crescere sta proprio in una situazione intermedia e oscilla tra queste due classi di operazioni difensive.

Paura di crescita somatica. Il corpo -sappiamo tutti- si presta ad essere cassa di risonanza che manifesta e nasconde conflitti e dinamiche psicologiche, fra le quali anche la paura di crescere (*spostamento*). Senza ricorrere al caso eclatante (e non solo femminile) dell'anoressia, si possono ricordare: il ritardo (nell'adolescente soprattutto maschio) dell'emergere dei tratti di una corporeità adulta; il modello attraente di un corpo unisex che attenua i marchi della differenza di genere maschile e femminile; i sintomi psicosomatici (meglio dirsi «ho il mal di testa» che ammettere «oggi non ho voglia di andare a lavorare»). In situazioni ancor più immature, la paura di crescere può servirsi del corpo per farci vivere una forma altalenante di *onnipotenza* e/o di *svalutazione*: la cura spasmodica per la propria bellezza esorcizza l'incontro con la decadenza, oppure la sciattezza e la trasandatezza danno un'apparenza di povertà evangelica che la mano e il portafoglio stentano a scegliere.

Paura di sentire. La vita stessa ci sollecita a crescere. Per scansare l'invito, blocchiamo la nostra capacità di sentire, come se alcuni suoni del mondo emotivo fossero sempre silenziosi o mancassero proprio alcune note fondamentali. Più facilmente si tratta di emozioni ed impulsi aggressivi e/o sessuali. La paura di sentire gli impulsi fondamentali per la crescita, ma anche un po' ansiogeni, potrebbe risolversi nella difesa di *isolamento*, che stacca eventi e argomenti dai loro riflessi emotivi o sentimentali, dandoci anche il vantaggio di sembrare persone riflessive e ponderate. In modo più radicale possiamo bloccare la percezione stessa di ciò che ci sollecita a crescere non vedendolo neanche (*negazione*) o riparando la svista se per caso lo abbiamo visto (*annullamento retroattivo*).

Paura del confronto o della competizione. Il processo di individuazione e separazione richiede la capacità di reggere all'incontro/scontro con la diversità dell'altro. Per evitare questo imbarazzo, si può preferire di presentarsi in atteggiamento di inferiorità e umiliazione (*rivolgimento contro se stessi*) che può apparire come disponibilità all'ascolto e docilità (verso i pari e i superiori). Oppure, blocchiamo alla radice il confronto con l'altro attribuendone la colpa a lui (*proiezione*). In altri casi la paura di crescere si protegge con il *ritiro sociale* che fa scivolare via da ogni situazione che ti obbliga a dichiararti o ricorrendo a forme di *idealizzazione* e *svalutazione* degli altri che anziché essere interlocutori di uno scambio alla pari, sono messi nel rango di numi protettori da emulare o di poveri diavoli da commiserare. Nella tarda adolescenza, molte problematiche d'identificazione sessuale maschile potrebbe appartenere a questa paura di crescere.

Paura di scegliere. La paura di decidere per una cosa piuttosto che per un'altra, soprattutto quando si tratta di scelte affettive e di vita, non di rado viene coperta da una serie di considerazioni teoriche su quella scelta che hanno, però, il potere di ritardarla anziché concluderla (*intellettualizzazione*). Per tergiversare si portano ragioni che sono plausibili e anche buone ma che non sono quelle vere cioè pertinenti al caso (*razionalizzazione*). Nelle forme più massicce si ricorre al metodo dell'alternanza (*scissione*) che consiste nell'oscillare fra i pro e i contro ma tenendoli separati tra di loro, per cui diventa un oscillare eterno che più che ad un processo di decisione assomiglia al giocare alternativamente su più tavoli.

Attraversare la paura di crescere

Non si può pretendere di offrire una risposta facile ad un problema così complesso come la paura di crescere. Mi limito ad offrire un cammino, un sentiero di crescita, invitando a percorrerlo personalmente e insieme ad amici solidali, ma soprattutto con una guida esperta. Mi sono chiesto come intitolare questa conclusione: «Uscire dalla paura?» o «Superare la paura?». Ho preferito: «Attraversare la paura di crescere».

Dalla paura di crescere non si esce mai né mai la si supera. Superata una volta, essa riappare un'altra volta, dato che ogni crescita ne comporta una successiva riattivando la dialettica desiderio-paura. In questo campo non ci sono soluzioni magiche che permettano di sognare un dopo finalmente tranquillo. Uscito da una paura specifica (tipica dell'età che stai vivendo e del tema di vita che stai dibattendo), godrai della conquista, ma una nuova paura nascerà, tipica del nuovo stadio evolutivo che prima o poi dovrai abbandonare. «...e vissero felici e contenti» purtroppo non è un'esperienza per gli umani.

Meglio, allora, *incoraggiare ad attraversare la paura di crescere* come accade nelle più belle favole della tradizione, passando attraverso un viaggio difficile e sfide pericolose. Di seguito offro alcuni passi di questo attraversamento, personale ma non solitario. Chi vuole, li può ricercare anche nel racconto evangelico della risurrezione di Lazzaro (Gv 11,34-44): il testo si riferisce prima di tutto a un segno per la fede che Gesù compie ma lo si può leggere anche come metafora dell'attraversamento della paura di crescere.

- ✓ *Non avere paura della paura.* Come già detto, la paura di crescere si camuffa dietro ad altre paure più tollerabili. Tuttavia non cessa di essere attiva e mandare segnali della sua presenza. Sono segnali di disagio che l'interessato sente ma che non «vuole» e non può riconoscere per quel che sono. Ci vuole perciò qualcuno che condivida il cammino nel dialogo e nella pazienza, che non abbia paura e non si scandalizzi della

fatica che una persona può fare: già lei è nel timore e nella vergogna e se anche l'altro si stizzisce o la rimprovera, quella persona aumenterà ancor di più i suoi meccanismi difensivi. «Dove l'avete sepolto?... Vieni a vedere!... Giunse alla tomba»: Gesù guarda coraggiosamente negli occhi la paura di crescere, che nella morte dell'amico ha ottenuto il suo estremo trionfo. Non incomincia con il consolare o chiedendo – esterefatto- come mai.

- ✓ *Darle il suo vero nome.* «Togliete la pietra!... Signore già manda cattivo odore poiché è di quattro giorni». Non è facile riconoscere la propria vulnerabilità vera; è più facile coprirla con vulnerabilità più tollerabili che non vadano ad offendere così tanto l'immagine ideale di sé. Se però qualcuno mi guarda conservando, lui per me, l'immagine ideale di me, io quella immagine la posso mettere tra parentesi ed entrare in contatto con il vero oggetto della mia paura e dirmi perché mi minaccia così tanto. Con calma e, per così dire sotto protezione, posso anche corredarla di ricordi negativi che si sono accumulati nel tempo e che rendono comprensibile e non così assurda e vergognosa la mia paura di crescere.
- ✓ *Contare su qualcuno su cui fare affidamento.* Conoscere la paura non basta per attraversarla. Ci vuole il coraggio, ossia una forza affettiva uguale e contraria che permetta di affrontare la paura con la speranza di riuscita. Entra qui il ricorso alle proprie risorse forse presenti anche solo come ricordo, alla stima di sé, ad una sana aggressività...: è ciò che nel processo terapeutico si chiama alleanza con l'«lo sano» contro l'«lo malato». Ma il fidarsi di sé richiede una garanzia che lo tuteli dall'essere una velleità. Rimanda perciò ad una invocazione di aiuto a chi può fare da garante di una tale speranza. E qui la fede dà un aiuto che non è di poco conto. «Non ti ho detto che se credi vedrai?...Padre ti ringrazio...».
- ✓ *Fare gesti di riscatto.* Come la paura, anche il riscatto deve essere concreto. Non bastano i propositi per il futuro. Occorre individuare scelte e azioni che diventano simboliche di un'inversione di tendenza rispetto alla paura di crescere: per qualcuno sarà riuscire a dire in modo pacato e diretto il proprio pensiero, per qualcun altro sarà prendere una decisione magari piccola ma finalmente personale, per un altro uscire di casa.... Riferendoci all'episodio evangelico è l'appello di Gesù: «Lazzaro vieni fuori!».
- ✓ *Reggere le proteste dell'ambiente.* Molto spesso «i vicini di casa» boicottano il cambiamento di chi vuole crescere, dato che è un cambiamento anche per loro: vanno rinegoziati i legami reciproci e anche per loro si pone il problema della individuazione e separazione. Entra qui la dimensione sociale e comunitaria che non di rado -con atteggiamenti, parole e comportamenti inerziali- fa resistenza al cambiamento dei suoi membri e per la quale vale quanto Gesù disse agli amici di Lazzaro: liberatelo e lasciatelo andare!

Disegna la tua paura

Disegno la paura su un foglio, così va via dal mio cuore.
 Di che colore è la mia paura? È di tutti i colori, come l'arcobaleno.
 Non è una paura solo nera, tutta nera.
 Non è una paura giallo limone o verde o viola.
 È una paura soda e colorata, come la vita.
 Si nasconde sotto il mio sorriso e alle mie chiacchiere placide.
 Si nasconde come un grosso gatto e mugola piano.
 Vuole essere coccolata e riscaldata.
 Non vuole avere più paura.
 Allora la tiro su un foglio perché si guardi in giro.
 È stupido che si nasconda nel buio. Il buio non è il posto per la mia paura.
 Viva e palpitante come un cuore, deve vivere e uscire nelle lacrime e potersi dire.
 Così possiamo vivere assieme, io e questa paura tonta.

Finché non succeda qualcosa e ci facciamo compagnia.

Se dico che non c'è, non è che per questo va via.

Allora è meglio conoscersi, e tenersi per mano, e farsi coraggio e avere fiducia finché non succederà qualcosa di nuovo e di bello, e ce ne usciamo di qua. Assieme.

Prometto di non buttarla in un cassetto, quando tutto sarà finito e diremo: Uff, è finito.

Prometto di portare fuori di qua anche la mia paura.

Ho riletto 100 volte la mia poesia sulla paura. Mi piace molto. Ora ho un po' meno paura. Cioè, ho paura uguale, ma è un po' addomesticata. E le cose che si vedono e che si dicono sono già molto meno spaventose. Devo provare a ridisegnare bene, perché del disegno non sono molto convinta^{ix}.

ⁱ DSM –IV, *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, Masson, Milano – Parigi - Barcellona, 2000, pp. 816-832.

ⁱⁱ Peter Pan compare per la prima volta in *The Little White Bird* (1902) di Barrie, dove un adulto racconta a un bambino delle storie legate a Kensington Garden. Una di queste è quella di Peter Pan. Successivamente, nel 1904, venne realizzata la versione teatrale più estesa e approfondita: *Peter Pan: or The Boy Who Would Not Grow Up*. La commedia ebbe un successo tale che vennero pubblicati i capitoli di *The Little White Bird* riguardanti Peter Pan in un volume a sé, intitolandoli: *Peter Pan in Kensington Garden*. Il romanzo che ora noi leggiamo, *Peter and Wendy*, è del 1911. A questo hanno fatto seguito molte versioni cinematografiche e non. Già nel 1924 Herbert Brenon realizzò un film muto sulle avventure di Peter Pan, seguito l'anno successivo da Walter Lantz. Da citare sono *Hook e Peter Pan* (Stati Uniti, 1991), *Ritorno all'isola che non c'è* (Stati Uniti, 2002); il primo è il sequel del romanzo di J. M. Barrie immaginato da Steven Spielberg, il secondo è il sequel realizzato dalla Disney. Oltre ai film per il cinema e la televisione, sono stati realizzati musical e serie di film d'animazione per bambini, soprattutto in Giappone. Alcuni cantanti, italiani e stranieri, come Edoardo Bennato, Enrico Ruggeri, Giorgia, The Smashing Pumpkins, Kate Bush e Patty Griffin, hanno introdotto il personaggio di Peter Pan nei loro lavori. (Cf V. Lucani, *Peter Pan e la letteratura per l'infanzia, Tesi di laurea in Lingue e Letterature straniere, Università degli Studi Roma Tre, 2003/2004.*)

ⁱⁱⁱ D. Kiley, *Gli uomini che hanno paura di crescere. La sindrome di Peter Pan*, Rizzoli, Milano 1985.

^{iv} A. Carotenuto, *La strategia di Peter Pan*, Bompiani, Milano, 1995, pp.52-67.

^v A. Manenti, *Vivere gli ideali. Tra paura e desiderio*¹, Edizione Devoniane, Bologna 1988, pp. 99-105.

^{vi} *Ibid.* pp. 106-110.

^{vii} R. Berrini – G. Cambiaso, *Figli per sempre. Il difficile distacco dalla famiglia*, Franco Angeli, Milano 1995.

^{viii} A. Cencini – A. Manenti, *Psicologia e formazione*, Dehoniane, Bologna 1986, pp. 237-280. V. Lingiardi – F. Madeddu, *I meccanismi di difesa*, Raffaello Cortina, Milano 1994.

^{ix} C. Biscaretti, *Di che colore è la mia paura. Diario di una malattia*. Edizioni Terre di Mezzo, Milano 2005. Chiara ha 26 anni quando scopre di essere malata di leucemia. Oppone alla malattia un'energia, una passione e un'allegria straordinarie. In una pagina del suo diario scrive: «Passione, speranza, fiducia, vita. Morire a 26 anni è assurdo. Morire è sempre assurdo. Così vivo».