

La nostra esperienza di figli di genitori con disturbi psichici sempre alle prese con i sensi di colpa. Intervista allo scrittore Carlo Miccio

È durato molti anni il percorso di elaborazione di Carlo Miccio rispetto alla sua esperienza di figlio di padre con disturbo psichico. Un percorso che ha utilizzato gli strumenti della psicoterapia e della psicoanalisi, insieme al confronto con le persone vicine. Da questa lunga riflessione è nato *La trappola del fuorigioco*, romanzo solo in parte autobiografico, pubblicato nel 2017 all'interno della Collana 180 - Archivio della salute mentale per le edizioni Alphabeta Verlag. Il volume racconta la vicenda di un bambino che diventa ragazzo e poi uomo in una famiglia scossa dalla malattia di uno dei suoi componenti. «Sì, sono stato anche io un caregiver bambino», dice Miccio, che vive a Latina dove ha trascorso anche la sua infanzia. «Tra i 45 e i 46 anni ho pensato di racchiudere le mie esperienze nella cornice della narrazione, che è una delle possibili maniere per agire su qualsiasi tipo di disagio, *in primis* quello psichiatrico».

Quando si è reso conto che la sua vita era diversa da quella dei suoi coetanei?
Non mi sono mai sentito diverso dai miei coetanei, piuttosto ho pensato di vivere una realtà diversa dalla loro, molto difficile da spiegare all'atto pratico. Non è come avere una madre malata di tumore, intorno alla malattia mentale esiste più difficoltà a raccontare e a comprendere. Allo stesso tempo mi rendevo conto che altre famiglie vivevano situazioni diverse dalla nostra, ma magari altrettanto problematiche.

Come è nato il romanzo?

Una delle prime cose che ho fatto, quando ho deciso di scrivere il libro, è stato confrontarmi con altre persone che avevano vissuto la mia stessa esperienza.

Attraverso un gruppo Facebook rivolto ai figli di pazienti psichiatrici, da cui è poi nata l'associazione Comip, per la

famiglia per qualsiasi tipo di disagio. Come ci sono disoccupati 40enni ancora a carico dei propri genitori, così ci sono



prima volta sono riuscito a parlare della mia storia con altri figli di genitori con disturbo psichico. Questo confronto mi è servito a capire che molte cose si ripetevano: il bambino che si prende cura del genitore, il senso di colpa, il ricorso all'aiuto dello psichiatra o dell'analista non perché queste malattie siano ereditarie, ma perché nascere in un contesto in cui il dolore mentale è così presente ti educa, quando arriva il tuo turno, a reagire in maniera più consapevole.

Cosa le è mancato di più quando era un ragazzo?

Qualcuno che mi dicesse di aver vissuto la mia stessa esperienza, che non ero l'unico al mondo e che, quindi, non dovevo vergognarmi. Una figura consapevole, insomma. Sei convinto che la tua situazione sia unica, incomprensibile e inspiegabile agli altri.

L'Istat parla di oltre un giovane su venti che si prende cura di un parente disabile o malato. La sorprende questo dato?

Niente affatto, ogni volta che vado in una scuola a parlare del mio libro, vengo contattato da due o tre studenti per classe. L'idea oggi prevalente, e sempre più sostenuta dai diversi governi e forze politiche, è quella della delega alla

genitori 40enni malati, a carico dei propri figli. Tutto è lasciato sotto la responsabilità della famiglia, che è sì una ricchezza, ma non può rappresentare la scusa da parte dello Stato per tirarsi indietro rispetto ai propri doveri di intervento.

Cosa le chiedono i ragazzi?

Mi chiedono quasi sempre se il problema un giorno si risolverà. È la speranza più grande, ed era anche la mia speranza quando ero bambino. Alla mia età non credo più che le cose si possano risolvere, ma sono situazioni che bisogna comunque imparare a gestire. L'importante è non cedere alla sconfitta: tra i figli di pazienti psichiatrici il basso senso di autostima va spesso di pari passo con il fatto di sentirsi colpevoli della condizione del genitore. La prima cosa da fare è mantenere i propri anticorpi emotivi, non farsi travolgere dalla situazione. Non è semplice, quando la realtà diventa difficile da comprendere e definire, ma bisogna ricreare fiducia in se stessi, anche attraverso il distacco, se necessario. Io stesso sono stato quattro anni senza vedere mio padre, in alcuni casi è fondamentale stabilire la giusta distanza. **A.P.**