

Pietro Roberto Goisis\*

## Commento al film *La solitudine dei non amati*

di Lilja Ingolfsdottir, 2024

### Donne e uomini oltre gli stereotipi

Ricordo ancora l'emozione provata nel 1974 quando vidi *Scene da un matrimonio* di Ingmar Bergman. Da allora sono convinto che i registi scandinavi possiedano una sensibilità unica nel raccontare le relazioni affettive. Questa impressione si è riaffacciata guardando il film della norvegese Lilja Ingolfsdottir.

*La solitudine dei non amati* (il titolo originale, *Lovable*, sarebbe stato forse più adeguato, e certo preferibile alla prima ipotesi italiana, *La teoria dell'attaccamento...*) è un'opera che si presta a molte letture e, come tutti i film densi di parole, meriterebbe più visioni. Proverò a condividere i pensieri che mi ha suscitato.

Il film mi ha richiamato la dimensione di una seduta psicoanalitica: non solo per la presenza, centrale, della terapeuta, ma per il percorso interiore della protagonista. Vale la pena, comunque, di accennare ai nomi dei due partner: Maria – evocazione fin troppo evidente – e Sigmund, riferimento altrettanto trasparente. Cosa poteva emergere dall'incontro fra la Madonna e Freud?

Il film esplora la relazione con sé stessi e con l'altro all'interno della coppia, e parla a ciascuno di noi: al modo in cui proviamo a realizzare i nostri desideri, più che a colmare bisogni di sopravvivenza. Non racconta tanto una relazione, quanto una donna dentro una relazione. Una donna dei nostri tempi: autonoma, ambiziosa, determinata.

L'immagine iniziale la ritrae in primo piano: capelli umidi, uno sguardo che sembra interrogarsi. Una voce *off* le chiede come sia iniziato tutto; capiremo poi a chi appartiene. Le scene successive la mostrano alle prese con

---

\*Psichiatra Psicoanalista Libero Professionista, Italia.  
E-mail: p.roberto.goisis@gmail.com

un divorzio, due figli piccoli, amicizie, aspirazioni professionali. Ed eccolo, Sigmund. “Dove ti eri nascosto finora?”, pensa Maria. L’idealizzazione è immediata. Lei è seduttiva e risoluta; lui appare un classico narcisista *covert*: si nutre dello sguardo dell’altro, si lascia avvolgere dalla passione e diventa compagno presente, amante caloroso e figura affettuosa per i figli di lei. Ma una frase anticipa ciò che verrà: “Lui aveva la sua libertà, degli amici. Io dei figli”.

Arriva il settimo anno, e con esso una crisi che ha per pretesto le carte di credito scoperte, ma radici molto più profonde. Stare in relazione richiede un lavoro costante di sintonizzazione e riparazione; qui, invece, i vissuti infantili e i bisogni insoddisfatti prendono il sopravvento, agiti nella coppia senza che nessuno colga davvero le fragilità dell’altro. Amare è molto più difficile che innamorarsi, e ancor più complesso è lasciarsi amare: occorre creare quello spazio terzo dove io e tu possiamo incontrarci senza annullarci.

Sigmund, affascinante e poco empatico, tenta di placare i conflitti con frasi rassicuranti (“ti amo”), ma ignora la complessità emotiva della compagna. Maria, invece, è dipendente, svalutante verso sé stessa, attraversata da rabbia e paura dell’abbandono. E finisce per generare ciò che teme. Uno degli aspetti più interessanti del film è proprio la rappresentazione della rabbia femminile, lontana dagli stereotipi della violenza maschile dominante e molto più frequente: qui è lei a perdere il controllo, a oscillare tra dipendenza e aggressività.

In questo smarrimento, qualcosa però si mette in moto. Dopo un incontro con la terapeuta, Maria osserva una donna che allatta il suo bambino in un bar: la scena precede l’incontro con la propria madre, un momento doloroso di confronto, fatto di incomprensioni, mancata gratitudine, dissintonia, antichi rancori, pregiudizi e dolori. Questo momento è centrale nella storia personale della donna, fin dall’inizio della sua esistenza. Senza voler colpevolizzare nessuno, tuttavia è chiaro per me che a Maria è mancata la profonda esperienza originaria di accudimento e di riconoscimento da parte di chi si sarebbe dovuto occupare di lei. Ognuno di noi sa implicitamente al proprio interno che, al momento della nascita, ciò che gli permette di vivere e di sopravvivere è avere qualcuno che si occupa di noi. È una condizione di totale dipendenza, imprescindibile e inevitabile.

Se questo avviene in una situazione serena, dentro di noi si stabilisce una condizione emotiva stabile che si chiama “attaccamento sicuro”.

Se, al contrario, le cose non vanno così bene, corriamo il rischio di crescere incerti e insicuri, timorosi di sentirci dipendenti, preoccupati continuamente di essere abbandonati.

Ciò si ripercuote soprattutto nelle nostre relazioni sentimentali e ha delle ricadute nella nostra funzione genitoriale.

Ecco perché Maria non riesce ad amare e ad essere amata dai suoi partner, ecco perché riproduce nella relazione con la figlia maggiore il modello del

“tu sei forte, tu non hai bisogno di me, tu ce la puoi fare da sola”.

Lei, non realizzata, dipendente, priva di autonomia, nella confusione degli stati d'animo diventa rigida, offensiva, piena di rabbia, travolta dal malessere. Il timore della separazione diventa dolore, poi terrore, poi disperazione, poi incapacità di abbracciare e farsi abbracciare. A questo punto tutti la lasciano, quasi a realizzare quello che era il suo timore.

Molti elementi del film rivelano la struttura dipendente di Maria: la tendenza a relazioni tossiche, l'idealizzazione dell'altro, la ricerca quasi ossessiva di conferme. Sigmund, da parte sua, porta fragilità narcisistiche e incapacità di ascolto. La crisi, solo in apparenza economica, scaturisce dalla distanza tra i loro bisogni. Travolta dal terrore di essere lasciata, travolta dal malessere, nella confusione degli stati d'animo, Maria si irrigidisce, esplose piena di rabbia, offende, umilia. Anche lei diventa maltrattante, sembra voler punire Sigmund, farlo sentire in colpa, fargli provare ciò che prova lei. È un circolo perverso dentro una relazione disfunzionale e malata. Così induce l'altro a fare esattamente ciò che teme: “Ho sempre saputo che mi avrebbe lasciato”. Con questa premessa, è impossibile vivere una relazione serena. Per essere amati, occorre non temere l'amore.

La conseguenza è la *contro dipendenza*, un paradosso che definisce Maria: “Non mi lascio amare perché non riesco ad amare. Non riesco ad amare perché non mi lascio amare.”

L'intero film, come dicevo, può essere inteso come un percorso terapeutico. Ma è indubbio che la trasformazione più profonda avviene nel rapporto con la psicoterapeuta. La svolta finale avviene nella seduta con la psicologa, da sola, soprattutto quando questa le concede di riposarsi durante il colloquio, la copre con una copertina di lana e le garantisce di vegliarla durante l'eventuale sonno per tutto il tempo necessario. Maria si lascia andare, si fa accudire, viene accudita. Si sdraia, si lascia coccolare, si lascia vegliare.

Così Maria può passare dal prendersi a sberle, a pronunciare e dirsi allo specchio parole mai ascoltate: “Tu sei buona, tu sei brava, non sono riuscita a dirtelo perché ero malata”.

Riferimento questo ai traumi abbandonici a sua volta subiti dalla madre.

Questo momento rappresenta una “esperienza emozionale correttiva”, la stessa che avviene in una psicoterapia o nelle buone relazioni affettive.

Il film è ricco di dettagli significativi: l'insistenza sulle scene del lavaggio dei denti; la paura della madre per l'ingiallimento dello smalto a causa del tè che la figlia le regala (e, di conseguenza, rifiuta); le telefonate ossessive di Maria; i limiti evidenti di Sigmund – mai analizzati da lei; il dubbio sulla loro effettiva stabilità relazionale. Tutto rimanda alla ripetizione di dinamiche infantili, come se, nella passione iniziale, entrambi avessero creduto di potersi allontanare dalla propria storia, per poi ritrovarla inevitabilmente. Ma, sostiene Mitchell, a volte nell'alterità si nasconde la somiglianza.

Quanto al finale: inizialmente l'ho percepito come un'aggiunta superflua,

quasi mielosa. Ma con il tempo ho compreso che non è un *happy ending*, bensì la rappresentazione della possibilità di cambiare. Il flashback con esito diverso è il simbolo di un nuovo inizio: cambiare è possibile. Qualche volta necessario.

E se non siamo noi terapeuti a crederci, come potrà mai farlo chi si affida a noi?

---

Conflitto di interessi: l'autore dichiara che non vi sono potenziali conflitti di interessi.

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto: 28 novembre 2025.

Accettato: 5 dicembre 2025.

Nota dell'editore: tutte le affermazioni espresse in questo articolo sono esclusivamente quelle degli autori e non rappresentano necessariamente quelle delle loro organizzazioni affiliate, né quelle dell'editore, dei redattori e dei revisori o di qualsiasi terza parte menzionata. Tutti i materiali (e la loro fonte originale) utilizzati a sostegno delle opinioni degli autori non sono garantiti o avallati dall'editore.

©Copyright: the Author(s), 2025

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2025; XXXVI:1111

doi:10.4081/rp.2025.1111

*This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial International License (CC BY-NC 4.0) which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.*