

NOEMI BENETTI\*, PAOLA CECCON\*\*, ANTONELLA FRANCESCA\*\*\*, ENRICO STENICO\*\*\*\*

## **La psicoanalisi di gruppo e lo psicodramma analitico: innesto tra la parola e il gioco. Parte prima: la frase ulteriore.**

Gli autori esplorano le dinamiche cliniche e le riflessioni teoriche derivanti dall'utilizzo di un formato originale in psicoterapia di gruppo, che integra il modello gruppoanalitico con lo psicodramma psicoanalitico. Viene presentato il setting inedito co-definito, illustrati alcuni temi clinici emersi dal lavoro terapeutico e discussa l'efficacia di questo approccio nel rimodellare la matrice profonda della persona, promuovendo un sentire più autentico e un pensiero maggiormente insaturo e aperto.

*Parole Chiave: gruppoanalisi, psicodramma psicoanalitico, psicoterapia di gruppo, setting inedito, dinamiche di gruppo*

## **Group psychoanalysis and analytic psychodrama: grafting between word and play. Part one: the additional sentence.**

The authors explore the clinical dynamics and theoretical reflections that emerge from using an original format in group psychotherapy, which integrates the group-analytic model with psychoanalytic psychodrama. They present the co-defined setting, illustrate key clinical themes arising from the therapeutic process, and discuss the effectiveness of this approach in reshaping the individual's deep matrix, fostering a more authentic emotional experience, and promoting a more open and less constrained mode of thinking.

*Keywords: group analysis, psychoanalytic psychodrama, group psychotherapy, innovative setting, group dynamics*

\* *psicologa clinica, psicoterapeuta psicoanalitica, psicodrammatista SIPsA;*

\*\* *psicologa clinica, psicoterapeuta psicoanalitica, docente psicoterapia psicoanalitica I.R.E.P.;*

\*\*\* *psicologa, psicoterapeuta psicoanalitica, psicodrammatista SIPsA, docente COIRAG di psicodramma analitico;*

\*\*\*\* *psichiatra, psicoterapeuta, docente psicoterapia di gruppo.*

## Gli Argonauti

*«...Ecco qua. Qua c'è una pianta. Tu la guardi: è bella, sì; te la godi, ma per vista soltanto: frutto non te ne dà! Vengo io, villano, con le mie manacce; ed ecco, vedi? Comincia a sfrondarla, per fare l'innesto; parla e agisce, prendendosi tutto il tempo che bisognerà per compire l'azione. Pare che in un momento t'abbia distrutto la pianta: ho strappato: ora taglio, ecco; taglio – taglio – e ora incido – aspetta un poco – e senza che tu ne sappia niente, ti faccio dare il frutto. – Che ho fatto? Ho preso una gemma da un'altra pianta e l'ho innestata qua.»*

*Luigi Pirandello*

### **La nascita e il setting.**

Esistevano da un anno due gruppi slow open di psicoterapia psicoanalitica a Padova condotti da Paola Ceccon ed Enrico Stenico, che rappresentavano un'evoluzione di precedenti gruppi a termine condotti nell'arco di una collaborazione tra loro decennale.

L'innesto tra la gruppoanalisi e lo psicodramma analitico vede la sua genesi nell'incontro tra Stenico, gruppoanalista, e la psicodrammatista Roberta Biolcati, entrambi a conoscenza dell'esperienza condivisa dalla gruppoanalista Silvia Corbella. Ogni mese, Corbella inviava i propri pazienti di gruppo al collega psicodrammatista moreniano Gianni Boria. Secondo l'esperienza di Corbella (2003) «La seduta mensile di psicodramma ha facilitato l'accesso a contenuti preconsce e inconsci e ha permesso una elaborazione di gruppo che ha reso tali contenuti pensabili e dunque, quando necessario, modificabili».

Tale riflessione ha supportato l'idea che il processo grupppale potesse essere favorito dal lavoro scenico psicodrammatico, come il sogno che si staglia nello spazio e nel tempo dell'analisi e permette all'inconscio di prendere corpo e forma (Kaes, 2003)

La costruzione del nuovo setting terapeutico diviene quindi già la genesi del gruppo in fieri, che nasce dall'innescio e dall'innesto dei tre terapeuti con la consulenza iniziale della psicodrammatista Laura Scotti; sembra che il movimento di partenza si sia basato su un "atto di fede" tra tutti, che ha rappresentato la base di una sufficientemente buona fiducia da parte dei pazienti del gruppo di psicoanalisi, chiamati al nuovo modello proposto.

È come se nell'incontro i terapeuti coinvolti mettessero in scena già il sogno di orizzonti nuovi, per se stessi e per i pazienti; come quella coppia genitoriale che lascia lo spazio non scritto ai propri figli...di quella frase ulteriore...

Corbella scrive che «ogni partecipante, offrendo agli altri un'immagine di sé in ruoli inusitati, entra in contatto con una nuova figurabilità del suo

essere che permette l'ipotesi di nuove modalità di relazione aumentando un senso di fiducia nel rapportarsi con gli altri» (2003).

Il setting si è strutturato nove anni fa con una seduta di psicoanalisi di gruppo a cadenza settimanale, di un'ora e mezza, preceduta e seguita da una mezz'ora di incontro tra i terapeuti e l'osservatore specializzando. Ogni mese una seduta è dedicata allo psicodramma analitico, in principio animato da Biolcati, attualmente da Antonella Francesca per il gruppo del lunedì e Noemi Benetti per quello del martedì; Ceccon e Stenico co-conducono le sedute di gruppo di psicoanalisi e si alternano nel ruolo dell'osservatore quando c'è lo psicodramma. In ogni seduta settimanale è presente l'osservatore silente specializzando che mantiene il filo del discorso tra tutti i terapeuti attraverso un report scritto.

La seduta di psicodramma vede quindi una psicodrammatista come *animatrice* e uno dei due conduttori gruppoanalisti, in sedute alternate, nel ruolo di *osservatrice/osservatore*.

L'ultima seduta prima della sospensione natalizia ed estiva, quindi in dicembre e in luglio, rappresenta un'eccezione perché tutti e tre i terapeuti del gruppo sono presenti, oltre all'osservatore silente specializzando, e si beneficia di due osservatori che daranno due restituzioni distinte al termine dell'incontro. Questo mette i pazienti a contatto e a confronto con un'ulteriore complessità, che va ad arricchire l'aspetto peculiare di questa terapia di gruppo.

Il setting rappresenta così già di per sé l'espressione di un Terzo che si esplica nella funzione della frase ulteriore: re-impasto di due tecniche che producono un modello Altro. *Incalmo* in botanica significa innesto, ma in dialetto veneziano descrive la tecnica vetraria che consiste nella saldatura a caldo di due soffiati di colore diversi.

### **Nuove dinamiche gruppali.**

La seduta mensile di psicodramma è come se fosse una seduta a sé: modificando l'assetto della conduzione scompagina anche un assetto interno di ciascun partecipante. Ciò che si percepisce è innanzitutto uno spaesamento: ma oggi c'era psicodramma? Questo sembra ripetersi indipendentemente dalla reale conoscenza di come si alternino le sedute e la conduzione: è uno smarrimento preventivo rispetto alla perdita di un terreno maggiormente controllabile, assicurato dalle parole e dal più conosciuto. Mettere in campo l'azione e il movimento corporeo, essere in una relazione a volte più concreta e operativa sia con gli Io-ausiliari che con l'animatore, ricevere le parole dell'altro all'interno di una cornice-gioco che rende più complicata la razio-

nalizzazione e la possibilità di difendersene, rischia di portare allo scoperto qualcosa che può essere dirompente.

Questo mette in luce una peculiarità del funzionamento dello psicodramma analitico in relazione alla psicoanalisi di gruppo: le possibilità di difesa si modificano e, in alcuni casi, si riducono. Nonostante una prima parte di sessione in cui si impiega esclusivamente il canale verbale, permettendo quindi ai pazienti di restare in una comfort zone composta da una modalità nota di relazione sia con sé stessi che con gli altri membri del gruppo, il fantasma del gioco è sin da subito presente sullo sfondo e, con esso, la perdita di controllo (magari infinitesimale, minima, quasi invisibile) che il gioco auspica e che i pazienti possono temere. La messa in scena può far emergere parti sconosciute sia del protagonista sia di chi è chiamato a impersonare l'Io ausiliario, parti che si può rifiutare di giocare concretamente ma della cui richiesta o attribuzione ci si deve fare carico a partire da quando vengono nominate. Diventa evidente come questo apra alla possibilità di giocarsi diversamente sia parti di sé sia le difese stesse, e come ciò mobiliti velocemente consapevolezza e paure.

Questo essere una seduta in qualche modo un po' staccata da quelle verbali si riverbera anche nelle conduttrici psicodrammatiste come una difficoltà a tenere in mente il processo del gruppo all'interno del fluire del tempo: i report sono un valido appiglio, ma inevitabilmente ciò che trasmettono è limitato e filtrato da una diversa sensibilità. Niente può restituire la percezione diretta del clima di una seduta come se la si fosse vissuta in prima persona, e l'unica strada che appare possibile è quella di fare i conti con la mancanza e di utilizzarla come gli altri fatti psichici o emotivi di cui ci occupiamo. Non essere presenti, forse in qualche modo essere anche estranee a loro e loro a noi, apre alla possibilità di vedere e ascoltare il gruppo in un modo meno ancorato al flusso coerente del tempo e del discorso, dando spazio all'emergente di quel giorno specifico e a domande o connessioni che possono far risaltare maggiormente le modificazioni di ciascuno e del gruppo. Proprio come quando si incontra una bambina a distanza di tempo e la si trova cresciuta, potendo apprezzare modifiche e nuove competenze che balzano più agli occhi di chi è stato assente per un po'. L'insaturo, la possibilità che arrivi sempre una frase ulteriore, può nutrirsi e trasmettersi anche tramite lo spasamento tollerato dai conduttori, che concretamente in alcune sedute non c'erano, non hanno sentito, possono solo immaginare.

A seconda della composizione del gruppo e della fase che sta attraversando può presentarsi la necessità di ritornare più frequentemente a rinforzare le fondamenta del contenitore. Si può dover «transitare attraverso scene comuni, ovvero scene che nascono da un racconto reale, ma che rappresentano il tessuto affettivo dell'intero gruppo, per facilitare appunto la creazione del

contenitore» (Pani, Miglietta, 2006). L'aggancio anche a momenti e a vissuti quotidiani, del qui ed ora, oltre che del là e allora, permette a persone con funzionamenti meno evoluti di trovare nuove parole e di addentrarsi in alcune tematiche che sarebbero di più difficile accesso impiegando soltanto il canale verbale.

Gli strumenti terapeutici psicodrammatici possono essere scomodi e sofferti per persone con fragilità narcisistiche, che vengono maggiormente messe in difficoltà dalla posizione di membro del gruppo che può non essere il protagonista. Il ricorso a scene comuni può per questi pazienti essere più doloroso e complicato, perché l'appartenenza al gruppo è per loro spesso in conflitto con la possibilità di sentirsi unici e valevoli, anche se l'istaurarsi della fiducia nel gruppo e l'interiorizzazione dell'appartenenza mitigano e mobilitano in senso evolutivo queste angosce profonde. Anche in questi casi è preziosa l'alternanza di modelli, perché la frustrazione si presenta in quantità tollerabili ed è affrontabile con diversi linguaggi.

*La psicodrammatista chiede a Sofia se le viene in mente qualche situazione specifica in cui ha deciso di dire a suo marito che non lo voleva intorno e che voleva il suo spazio. Sofia si mette a ridere e dice che non si ricorda niente nello specifico. La dottoressa la esorta a pensarci, anche perché è una situazione che ha qualche risonanza con le storie di tutti. Sofia risponde che non è una situazione specifica ma che coinvolge un intero periodo. Dopo un certo silenzio, la conduttrice le rimanda che sembra proprio che il rifiuto lo stia giocando con lei; dice anche che sembra che in questo periodo il gruppo abbia qualche difficoltà a giocare proprio perché farlo implica esporsi. Riporta anche a Sofia quanto mettere in scena alcune situazioni possa essere fatto anche per gli altri e che sia un'azione generosa. Sofia ribadisce che non le viene in mente molto ma, dopo qualche altro minuto di silenzio, si ricorda di un episodio in cui ha chiesto al marito di non accompagnarla ad un funerale. La dottoressa le chiede se se la sente di giocare e lei accetta. Sofia sceglie Alessio per interpretare il ruolo di suo marito per le sue caratteristiche remissive.*

La seduta di psicodramma sembra che possa avere la funzione di “carotaggio”: delegando alla gruppoanalisi buona parte della costruzione e del mantenimento della matrice dinamica, può dedicarsi a entrare in profondità in corrispondenza di un punto prescelto. Tanto più il lavoro di rispecchiamento e condivisione è nutrito e solido, tanto maggiore sarà la possibilità per i membri del gruppo sia di giocare sé stessi in modo genuino e con poche reazioni negative, sia di giocare per e con l'altro. Il “punto prescelto”, inoltre, è esso stesso frutto del lavoro di gruppo dell'equipe e si articola anche a partire dalle riflessioni che ci scambiamo mensilmente rispetto alla dinamica di ciascun paziente e del gruppo nel suo insieme.

Come nella vignetta sopra riportata, nel modello dell'incalmo è piuttosto frequente che nella seduta psicodrammatica o del gioco stesso si rappresenti transferalmente qualcosa che riguarda sia la dinamica del gruppo, sia un movimento interno del paziente che se ne fa portavoce: a differenza dei gruppi condotti sempre con la medesima tecnica, sia essa gruppo-analitica o psicodrammatica, l'incalmo rimescola le acque e fa emergere le dinamiche in filigrana; la possibilità di *giocare* viene innanzitutto e inconsciamente accolta a livello di matrice rendendo manifesto il movimento del gruppo nel suo insieme e quello interno ad uno o più membri. Nella vignetta di prima, per esempio, si trattava di poter manifestare un bisogno di vicinanza e di supporto solo a condizione di poterlo contemporaneamente rifiutare per poter mantenere lo status quo.

Anche la possibilità di sostare maggiormente nel silenzio, come si evidenzia in più punti anche nelle vignette raccolte in questo articolo, ci pare avere questa funzione di assistere una discesa a maggior profondità, come se fosse il silenzio che si sente immergendosi sempre più dentro ad acque profonde: il discutere lascia posto all'ascolto di sé, che può sgorgare poi in un racconto o in una domanda.

### **Dal conformismo allo stupore.**

*«...Ogni narrazione comincia dall'abbandono dell'io che si è stati fino all'esatto momento nel quale abbiamo incominciato a raccontare.»*

*A. G. Gargani*

Riempiamo la nostra vita di frasi, definizioni, asserzioni, giudizi, pensieri che ricercano una risposta definitiva e risolutoria ai problemi e alla fatica del vivere. Costruiamo gabbie di riflessioni sature e intrinsecamente certe che ci proteggono dall'imponderabilità dell'esistenza e giustificano la nostra solitudine che appare come il tentativo di proteggerci dal dolore che produrrebbe l'incontro con l'incertezza e la complessità del dialogo, con la realtà e con l'altro-da-sé.

Finiamo così, ed è già una grande fortuna se ad un certo punto ne abbiamo un sussulto di consapevolezza, per *sopravvivere* nella dimensione del noto, del conforme, della mentalità, nei ristretti copioni affettivo-cognitivi che la nostra matrice profonda custodisce e mette in opera quotidianamente nel tentativo onnipotente di capire e controllare il flusso, in gran parte imponderabile, del *vivere*.

È la maledizione del *peccato originale*: «...si aprirebbero i vostri occhi e diventereste come Dio, conoscendo il bene e il male.» «» (Genesi, 3,5). Questo permettere di negare quei limiti e quelle fragilità/immatùrità divenute tanto

più intollerabili quanto più le prime fasi della vita sono state caratterizzate dal dolore, da una dipendenza malsana e dall'impotenza. Non infrequentemente i pazienti riferiscono con dolore e rabbia la frase conclusiva e indiscutibile di un genitore: "Taci tu, che sei piccolo e non puoi capire!". Frase che non frena l'invadenza infantile ma, al contrario, ne spegne la curiosità, distrugge tutta la potenzialità del limite e dell'ignoranza come motori della crescita, svilisce il desiderio e la capacità di stupirsi. Finiamo per sentirci negativamente stupidi invece che positivamente portati allo "stupor". Stupore deriva da *stupere* che significa sia stare fermo, immobile, sia restare colpito, attonito.

*Mario fatica molto all'inizio ad inserirsi nel gruppo psicoterapeutico e a tollerare gli scambi verbali, ma ancor più a partecipare alle sedute di psicodramma tanto che gli altri membri incominciano a canzonarlo amabilmente per le assenze e per le "inappuntabili" scuse che accampa per marinare questi incontri. È un uomo molto attivo, troppo. Sul lavoro è brillante ed impegnato, nel tempo libero deve fare sempre molto sport, mal sopporta di stare in casa. I suoi interventi sono quasi sempre caratterizzati da concretezza, realismo, buon senso, espressioni "cognitivo-comportamentali", giustificazioni razionali continue. Per contro appare a disagio di fronte alle riflessioni critiche e maggiormente "psicologiche" degli altri pazienti, spesso conclude la seduta in un silenzio imbarazzato. Per molto tempo restiamo nel timore che abbandonerà il gruppo. Pian piano inizia a raccontare qualche sogno e a parlare dei suoi rapporti familiari esponendosi in tal modo di più al "fuoco incrociato" del gruppo che, di converso, gli esprime sincero apprezzamento per questo suo maggior coraggio e confidenza. Fatica ancora a giocare nello psicodramma ma ora nei suoi interventi manifesta un sincero stupore, esordendo sovente con la frase: "Non ci avevo mai pensato".*

*Stupere*, stare immobili e attoniti è una condizione fondamentale in almeno due esperienze umane: il sogno e la crisi.

Nel primo caso il Preconscio apre all'Io sognante, ignaro e attonito spettatore, una finestra - o meglio un sipario - su una nuova scena, inedita e sorprendente anche nel suo linguaggio.

Nel caso della crisi, più drammaticamente, la perdita dell'appoggio oggettuale ed il conseguente schiaffo all'equilibrio psichico del soggetto lascia lo stesso interdetto, paralizzato e totalmente spiazzato, precipitandolo in una condizione di completa perdita dei punti di riferimento e interpretazione consolidati.

Nel primo caso lo stupore si accompagna ad incomprendibilità/incredulità, nel secondo prevalgono impotenza e angoscia.

*[...] segue un momento di silenzio e Dario poi ammette al gruppo di fare una grande fatica, aggiungendo che dopo ogni seduta gli pare che "siano*

## Gli Argonauti

*solo parole” che lo portano a rimuginare a lungo, ma che non gli sembra generino cambiamento.*

*Sofia gli rimanda che il suo essere così riflessivo lo colloca, a suo parere, ad un livello di comunicazione – nella relazione con la moglie ad esempio – superiore a quello che caratterizzava invece la relazione con suo marito, all’epoca a cui faceva riferimento.*

*Flavio gli risponde che rimuginare da soli vuol dire un po’ “raccontarsela”, mentre quando si porta il proprio racconto interiore in gruppo prima o poi si incontra una prospettiva diversa dalla propria, che muove un cambiamento.*

*Il terapeuta afferma che, più che “raccontarsela” (giudizio negativo/pessimistico), ciascuno “racconta” nell’unico modo che gli è possibile ma, effettivamente, nel momento in cui si mette in circolo il proprio racconto nel gruppo, si incontrano e riconoscono altri modi possibili. In effetti in questa seduta è parso quasi si giocasse uno psicodramma, in cui ciascuno ha restituito a Dario una prospettiva differente da quella di partenza.*

Dario introduce il tema del rimuginio e della sua tendenza difensiva a razionalizzare che *fa pendant* con la sua grande fatica a raccontare i fatti così come li ha vissuti. Raccontiamo i nostri personali commenti sui fatti, la nostra personale interpretazione che ha il sapore di una verità sui fatti, non discutibile: *ce la raccontiamo*, insomma.

Questo però ci dà la sensazione illusoria di non essere alla loro mercé, di essere un passo avanti, di non subirli in modo impotente, come Sofia rimanda a Dario quasi con ammirazione, *un livello di comunicazione superiore*. Ma sulla scena del gruppo queste *frasi* che riempiono e che spiegano appaiono cariche di tutta la loro angosciante inutilità: *solo parole, che non generano alcun cambiamento*.

L’interazione nel piccolo gruppo terapeutico fa emergere con una certa quota di dolore e frustrazione il default del nostro pensare abituale stemperandone però il giudizio negativo con la condivisibile coscienza del suo valore difensivo/protettivo. Questo affaccio dell’inadeguatezza del nostro sistema psichico rappresenta un momento critico per il paziente, e non infrequentemente per il gruppo nel suo insieme, nella misura in cui sono intense e consolidate le difese narcisistiche. Il rischio di cortocircuiti rabbiosi/oppositivi e gli abbandoni sono possibili in questa fase.

Il nostro formato gruppale *misto* ha evidenziato però che il ricorso allo psicodramma riduce tale rischio sia perché la messa in scena co-partecipata di tale difficoltà ne stempera i vissuti di impotenza e frustrazione individuali, la *umanizza*, per così dire; sia perché attraverso lo scambio dei ruoli e il doppiaggio vengono fornite visioni e riflessioni alternative che nutrono la

## Gli Argonauti

persona e mitigano l'angoscia del vuoto che il processo terapeutico ha contribuito a creare.

*Dario salterà la seduta successiva e in quella seguente esordirà - vedremo - con un attacco diretto alla terapeuta ma, dopo la drammatizzazione, concluderà affermando che questa volta se ne torna a casa più tranquillo.*

«...quando uno narra, racconta, egli è l'io che non vuole essere il proprio io; quando narriamo noi perciò diventiamo quello che siamo e quello che siamo consiste innanzitutto nel cominciare a dire 'io non voglio essere l'io che sono'. L'io che non vuole essere l'io che è, questo è il presupposto per poter raccontare qualcosa agli altri; [...] Ogni narrazione comincia dall'abbandono dell'io che si è stati fino all'esatto momento in cui abbiamo cominciato a raccontare» (A. G. Gargani).

È stata molto usata (e abusata) l'espressione *resistenza al cambiamento* del paziente come se si trattasse di una opposizione intrinseca ad assumere una postura differente che presuppone la rinuncia ad aspetti strutturali del Sé, copioni ben consolidati che formano la sua matrice identitaria. Tutto questo è sicuramente vero, ma la psicoterapia di gruppo mette ancor meglio in risalto che per il paziente si tratta di affrontare un vero e proprio percorso di "abbandono dell'io" e della sua univoca modalità di leggere la realtà: su queste fondamenta si reggono le sue scelte ed il loro senso ultimo, in particolare quelle affettive. È questo intero sistema che va in crisi, e la resistenza al cambiamento è la guerra di trincea che la persona oppone ad alcune consapevolezza: non è raro che la dis-illusorietà riguardi proprio un auto-inganno affettivo, un fallace tentativo di gestire l'incapacità di vivere e di amare con la ricerca illusoria del bene-stare, o al massimo del ben-essere. Il gruppo aiuta ad accogliere "l'essere che non è mai concluso", che si protende *al di là del bene e del male* e che, anzi, dal dolore spesso trae la sua autenticità mai completamente risolta.

### **Vuoto e autenticità.**

[Il gruppo sta facendo i conti con la separazione da un membro e, in autunno, dalla psicodrammatista] *Si sta parlando del rischio della dipendenza e del fare i conti con la possibilità del vuoto. Il terapeuta rimanda quindi che "amare è rischioso" ma Sofia ribatte: "Che cos'è la vita senza amore, senza relazioni?". Sostiene che nella sua esperienza la maggior parte delle persone che sono sole, "non accompagnate", non sono veramente felici. [Dopo alcuni scambi sulla difficoltà di amare specie i propri partner] Romeo manifesta un certo fastidio suscitato da "tutto questo amore": un senso di costrizione e forzatura, come se l'imperativo di amarsi tutti incondizionatamente negasse la possibilità di mettere in*

## Gli Argonauti

*campo anche odio, rabbia. Nel suo caso, dice, lo sforzarsi di essere accondiscendente lo limita molto nell'espressione di altre emozioni.*

*Sofia spiega che con la sua affermazione sull'amore non intendeva dire che tutti debbano andare d'accordo o amarsi a prescindere, ma piuttosto che l'uomo è "fatto per stare in relazione" e chi è solo [intendendo con questo chi non è parte di una relazione amorosa] ne soffre. Dalia riporta che pur non avendo un compagno lei non si direbbe infelice, quantomeno non a causa di questo.*

*Romeo aggiunge che a volte le coppie, proprio nel tentativo di amarsi "a tutti i costi", si disintegrano.*

*Sofia ribatte che però, nel suo caso, le esperienze di dolore e le emozioni spiacevoli della sua storia con suo marito non vengono dimenticate o negate, ma anzi è anche in virtù di quelle esperienze che lei ha via via appreso una modalità più "libera" di amare... Emerge infine la differenza tra sentirsi soli e saper stare bene anche da soli: nel secondo caso ci si è concessi di essere e fare anche altro, rispetto alla relazione [amorosa, ma anche quella tra genitore e figlio]. Questo passa attraverso una separazione, una distanza necessaria.*

*Dalia interviene qui dicendo che lei e suo figlio Giacomo, con cui ha un legame malsano, non si stanno sentendo – non si sono sentiti neanche per Pasqua – ma che forse questa distanza fa bene ad entrambi.*

Il gruppo sembra pervaso da un moto di fastidio verso il fin troppo facile cliché dell'importanza della relazione di amore. Ne sente la genericità e il rischio che in questo modo venga soffocato il valore anche dello stare da soli con sé stessi, l'importanza del vuoto e della separazione e la presa di coscienza dei propri sentimenti, siano pure di rabbia o di dolore.

A proposito del vuoto, scrive D. Lopez (2011): «Il vuoto è la dimensione del rito iniziatico, dove le cose (istinti, emozioni, sentimenti e persone) che passano attraverso di esso se si vanificano sono pura apparenza, transeunti ed effimere, se resistono ad esso sono vere, reali».

Autentico deriva dal greco αυθεντής che significa "autore, che opera da solo", parola che assomiglia ad emancipazione, *ex manus capere*, prendere dalle proprie mani o prendere in mano, farsi carico. La sofferenza e la mancanza prendono finalmente il proprio fondamentale posto contro l'Ideale dell'Io e i suoi tossici figli romantici.

Ancora Gargani: «Ed è solo il dolore che fa tacere l'esperienza comune e ordinaria; senza la sofferenza che viene vissuta sotto il peso della esistenza non ci sarebbe nemmeno quel silenzio che è l'unica condizione per pensare; senza la sofferenza noi saremmo destinati a vivere unicamente nello strepito dell'esistenza; senza dolore dell'esistenza non c'è silenzio e poi allora non c'è la possibilità di pensare.»

Il gruppo mette in moto questo processo riflessivo in quanto la consapevolezza di un'esperienza dolorosa comune, "siamo tutti nella stessa barca", produce un affievolimento significativo degli atteggiamenti luciferini della critica e del giudizio così come la parziale emancipazione dalla logica della ragione e del torto, che si esprime come pensiero dell'aut-aut o del "peccato originale".

### **Il pensiero ulteriore**

Il gruppo diventa il campo delle "possibilità altre", dove possono coesistere "et-et", alternative, differenze, contraddittori, contraddizioni e contrarietà, svincolandosi dal melenso buonismo del "vogliamo bene" e dove possono iniziare a circolare anche *perplexità* e *sorpresa*. Ogni posizione, pensiero ed esperienza altra è rispettata e legittima, anche se non condivisa: lentamente si incomincia anzi ad assaporarne il valore di promozione di una maggior apertura mentale. Molto spesso, durante una seduta successiva a un confronto conflittuale, osserviamo che uno dei pazienti coinvolti esordisce dicendo: "*Ho riflettuto a lungo questa settimana su ciò che mi hai detto la volta scorsa*".

Da questo punto di vista la parte del leone nel promuovere un "pensiero ulteriore" la fa lo psicodramma. Etimologicamente "*Δράμα*" significa "azione", un'azione parlante e condivisa nel caso della terapia di gruppo. Nello psicodramma due strumenti fondamentali che generano questa azione/movimento sono: lo scambio dei ruoli, vale a dire il mettersi nei panni degli altri soggetti coinvolti, e il "doppiaggio". Entrambi sortiscono il doppio effetto di smobilitare i vecchi, afosi copioni di lettura e significazione, la rigidità e povertà "interpretativa" della mente individuale, scombinandone le evidenze apodittiche. Nel contempo producono disorientamento e *perplexità* che, con il contributo della condivisione solidale, possono essere finalmente sopportati in quanto, appunto, "supportati" e pian piano apprezzati come un soffio d'aria nuova, segno di un abbozzo di pensiero leggero ed insaturo.

«Chi proferisce proposizioni - chiosa ancora Gargani - che sono soltanto vere è solo un adulto che parla, ma chi pronuncia frasi che sono vere e poi abbandona la verità delle sue frasi e passa risolutamente alla bellezza delle medesime frasi, *che è ancora la verità ma che non si può più dire e che si mostra, si promette e si indovina*, costui è l'adulto il quale, mentre pensa e parla, si riflette nel bambino che non ha mai cessato di essere e ora *rappresenta il mondo come una visione di stupore e di reverenza della realtà* rivista e ricordata.»

Questo lavoro di destrutturazione degli schemi mentali sia emotivo-sentimentali, cioè della qualità del sentire, sia cognitivi, cioè della qualità del riflettere, appare impegno centrale del trattamento gruppal e richiede tempo

e pazienza da parte di pazienti e terapeuti. È un compito delicato, faticoso, non del tutto indolore e mai completamente e definitivamente risolto; procede a spirale, procede a spirale, rimaneggia continuamente la sua messa a punto e riconnessione con i contenuti del passato, o del presente, delle narrazioni.

Le organizzazioni di personalità con tratti narcisistici o paranoici molto marcati appaiono, comprensibilmente e come già nominato in precedenza, più dolorosamente resistenti. Anche per questi pazienti però il ricorso a sedute di psicodramma, che valorizzano il loro contributo come unico e insostituibile e li autorizzano ad una più libera e diretta espressione del proprio disagio, della permalosità o della diffidenza, mitiga il peso di questa crisi. *Κρισις*: scelta, decisione; il disagio psichico esprime l'incapacità/impossibilità di operare scelte e la malattia mentale si configura come coazione di un'unica scelta obbligata. Le radici inconscie propongono dunque delle *pseudo-scelte*, carenti di effettive alternative possibili, di nuove significazioni o ri-significazioni altre e creative. L'indicazione di mettersi nei panni dell'altro e la voce che doppia alle spalle (un po' *grillo parlante* e un po' *Socrate rompiscatole*), così come la discussione post-gioco che prosegue anche nelle sedute successive, hanno un'efficacia significativa nel doppio movimento di messa in crisi del copione narcisistico individuale e di apertura a nuove significazioni più insature, autentiche e incardinate in un più adeguato esame di realtà. Aprono delle possibilità di scelta a molti livelli, interni ed esterni.

La nostra esperienza quasi decennale di concorrenza terapeutica tra gruppo verbale e psicodramma sembra supportare l'ipotesi che il cambiamento migliorativo delle capacità riflessive della persona sia in buona parte un processo di costruzione di una *nuova grammatica affettivo-emotiva*, veicolata dalla possibilità di una rivisitazione dei vissuti, dei sentimenti, particolarmente quelli rimossi, dissociati o incorporati. La dimensione di condivisione e confronto ne permette il disinnescamento e la riduzione di pericolosità, distruttività e dis-umanità; ne favorisce l'integrazione consapevole nella propria storicità e libera spazio psichico per il riaffacciarsi stupito e curioso all'alterità, alla *ulteriorità*.

Questo spazio psichico liberato costituisce *il luogo dell'intimità della relazione* con se stessi, con l'altro e con la comunità, il luogo che fin dall'antichità chiamiamo *l'anima* della persona. Uno spazio in cui la vita, i sentimenti e i pensieri possono *fluire leggeri* (*Ανεμος*: soffio, brezza), liberi dalle "costrizioni caratteriali", direbbe D. Lopez (1970, 2018). Scorrono le esperienze esistenziali e tutta l'energia dei sentimenti, non solo quelli positivi e piacevoli ma anche, come sottolinea Romeo, l'odio, l'invidia e la rabbia che ora possono essere riconosciuti, storicizzati e condivisi e quindi depotenziati della gran parte della loro distruttività. Consapevolezza e pieno sviluppo libidico-emo-

tivo sono le due dimensioni fondamentali di sviluppo della *Persona*, nel senso lopeziano del termine.

La psicoterapia di gruppo opera con maggior intensità questo processo di allentamento o dissolvimento della matrice caratteriale che struttura i copioni psichici e le rappresentazioni di senso di ciascuno, e nell'operare con i pazienti investe in pieno (e per primi!) anche i terapeuti.

Da questo punto di vista ci preme al momento evidenziare che la tanto decantata *fiducia nel gruppo* che un terapeuta progressivamente costruisce e coltiva dentro di sé, si fonda su un percorso analogo di decostruzione e di paziente capacità di sostare nelle esperienze di sospensione, di vuoto, di confusione e di momentaneo default del proprio apparato psichico, rinunciando alla sterile tentazione di dominare, possedere con i propri pensieri e con la stessa cultura professionale le dinamiche che si trova ad osservare e in cui è egli stesso controtransferalmente coinvolto. Gli psicoanalisti francesi parlano di *pulsion d'emprise*, pulsione/spinta al possesso e al dominio. Praticando la psicoterapia di gruppo con l'apporto dello psicodramma ci siamo sempre più resi conto che l'oggetto privilegiato del nostro bisogno di controllo non è tanto l'altro, la sua mente, o il suo corpo, o la realtà nei suoi aspetti più appetibili (*money, fortune or fame*, cantavano i Rolling Stone), quanto piuttosto il nostro equilibrio psichico che l'incontro con l'altro-da-sé e il vivere reale rischiano continuamente di mettere in discussione.

Assistiamo spesso in questi frangenti al proferimento di espressioni come: "Mi sento confuso", "Non capisco bene cosa sta succedendo/di cosa si stia parlando", "ho le idee mescolate", vale a dire: "Questa cosa non rientra nel mio schema mentale, perdo il dominio abituale sul mio pensiero!".

A volte nel gruppo terapeutico anche noi conduttori lo confessiamo sinceramente, e siamo sinceri perché è quello che ci sta accadendo. Quello che però non diciamo è la frase ulteriore: "Questa cosa mi dà fastidio ed ho bisogno di "capire" (non, si badi bene, "com-prendere"). Non ho la pazienza né la capacità di sopportare questa *castrazione*, questa ferita narcisistica del prendere coscienza del mio limite, questa messa in discussione di una parte importante di ciò che sono e che, in realtà, è solo ciò che credo di essere e che non ho (più!) alcuna voglia o capacità di cambiare".

Il terapeuta che si trovi in questa impasse narcisistica e non abbia le risorse e l'aiuto necessari per attraversarla, farà ricorso a due principali meccanismi di difesa: la propria cultura professionale e il linguaggio.

A questo proposito scrive Gargani (2010): «Il linguaggio della comunicazione ordinaria è un grande dispositivo per l'annientamento della vita umana e serve ad interrompere ogni volta l'istante nel quale un uomo potrebbe raggiungere un altro, perché gli uomini hanno (usano, diremmo noi) il linguaggio per separarsi continuamente, per infliggere un colpo mortale alla

possibilità di stare insieme». In questi casi il linguaggio del terapeuta poggia sulla logica intellettuale o sul buon senso comune, mentre è dal trattenimento, dalla sospensione paziente di queste stesse logiche, dal silenziarsi astinente, che può prendere forma un movimento preconsciouso (immagini, ricordi, sensazioni, suoni, odori...) che dà forma ad una frase insatura, affettiva, sobria che interpreta (*inter-pretò*: conoscenza, intelligenza tra..) cioè che produce una nuova conoscenza condivisibile, non puramente individuale, non definitiva ma provvisoria e, in tal senso, dinamica.

«Il compito più importante e più difficile del terapeuta, sia nei momenti di turbolenza che in quelli di calma piatta dell'illusione gruppale, rimane quello di preservare dentro di sé uno spazio ed un tempo relativamente sospesi, astinenti e 'vuoti' con cui poter cogliere gli indizi che il preconsciouso gruppale fa venire a galla con impeto o impercettibilmente, confusi e nascosti nelle narrazioni come nei comportamenti o nel linguaggio corporeo dei partecipanti: questa è quello che io chiamo la *funzione osservativa*, vale a dire l'apertura di un canale di dialogo tra preconsciousi, quello del terapeuta e quello del gruppo» (Stenico E., 2018).

### Bibliografia

- Corbella S.: *Storie e luoghi del gruppo* - Ed. R. Cortina, Milano, 2003
- Gargani A. G.: *La seconda nascita* - Ed. Moretti & Vitali, Bergamo, 2010
- Gilliéron E.: *Primo colloquio in psicoterapia* - Ed. Borland, Roma 2003
- La Sacra Bibbia: Iper testo Edizioni CEI, 2003
- Kaes R.: *La polifonia del sogno* - Ed. Borla, Torino, 2003
- Lopez D.: *La strada dei maestri* - Ed. A. Colla, Vicenza 2011
- Lopez D. (1970): *Analisi del carattere ed emancipazione* – Ristampa, Ed. Aracne, Ariccia (Roma), 2018.
- Pani R., Miglietta D.: *Dal teatro allo psicodramma analitico* - Ed. F. Angeli, Milano, 2006
- Pirandello L.: *L'innesto* - Ed. Bemporad & Figlio, Firenze, 1926
- Stenico E.: *Ammirare il Gruppo* - Riv. "Gli Argonauti", Ed. PUP, Padova, 2018