

8. Teorie psicodinamiche: dalla storia all'applicazione nel progetto

8.1 Quattro fasi nell'evoluzione del gruppo

Come già accennato nei capitoli precedenti, il lavoro svolto nella Comunità di Primavalle è stato suddiviso in quattro fasi, a posteriori, per facilitarne l'esposizione ed inoltre perché sono state trovate connessioni tra le diverse fasi e l'evoluzione delle dinamiche relazionali, della strutturazione del gruppo, della maturazione individuale e gruppale.

Così, riassumendo sinteticamente, la prima fase di lavoro (produzione dei disegni) si è caratterizzata come il momento di esplosione della creatività ma anche di maggiore individualità; la seconda (selezione dei disegni) sottolinea la maturazione narcisistica che porta l'Io a strutturarsi in Noi; nella terza (realizzazione musiva) emerge sempre di più la strutturazione del gruppo e la sua funzione di holding; infine la quarta (composizione musiva) si identifica con la gratificazione per il lavoro svolto e, finalmente, la percezione diffusa di essere un gruppo.

8.2 Creatività e gioco nell'ottica Winnicottiana e sviluppo del Sé: fase del disegno libero

Dove va la mano là seguono gli occhi

Dove guardano gli occhi là si dirige la mente

Dove posa la mente là nasce l'emozione

Dove palpita l'emozione là si realizza l'essenza dell'arte

(Abhy Naya Darpana, Trattato Indiano)

Ho trovato interessante la presente composizione perché a mio avviso descrive molto bene la prima fase di lavorazione al mosaico, e cioè quella che abbiamo definito di disegno libero.

Infatti, questo è stato un momento caratterizzato da una particolare concentrazione e da un rilevante lavoro individuale dei partecipanti che, erano talmente assorti nei loro compiti da convogliare ed utilizzare tutte le percezioni, cognitive, emotive e senso motorie, come recita il Trattato Indiano.

Questo coinvolgimento totale delle percezioni mi ha riportato alla mente lo stato di "quasi isolamento" di cui parla Winnicott, in riferimento alla particolare condizione in cui si ritrova il bambino durante il *gioco*.

Il bambino che gioca abita un'area che non può essere facilmente lasciata, né ammette facilmente intrusioni, dice Winnicott. E ancora, "quest'area del gioco non è la realtà psichica interna, essa è fuori dell'individuo, ma non è il mondo esterno, quindi si configura come uno spazio potenziale, un'area tra il soggettivo e l'oggettivo" (Gioco e realtà, Winnicott). Se pensiamo al nostro lavoro, e quindi alla produzione dei disegni, ci accorgiamo di quanto sia presente questo concetto di spazio potenziale: ognuno disegna qualcosa che proviene dalla propria soggettività (e oltretutto è influenzato dai concetti dell'inconscio collettivo Junghiano: gli archetipi) ma allo stesso tempo è influenzato dal contesto esterno in cui si trova ad agire.

Winnicott afferma che per comprendere l'idea di gioco ciò che importa è lo stato di quasi isolamento simile alla concentrazione dei bambini più grandi o degli adulti, come quella del nostro gruppo in cui ognuno era chiuso in se stesso cercando di esternare ciò che aveva dentro. Il concentrarsi in uno spazio potenziale infatti, come dice Winnicott, ci dà la possibilità di "stare soli pur non rimanendo soli", come il bambino che gioca da solo in una stanza ma è consapevole che il suo punto di riferimento, la mamma, è a pochi passi di distanza da lui, e come i nostri pazienti, che disegnavano in silenzio sul proprio foglio, ma consapevoli di essere riuniti tutti intorno allo stesso tavolo.

Presento questo parallelo tra i meccanismi in atto nel gioco e nel disegno, proprio perché secondo Winnicott il gioco è l'emblema della creatività.

La *creatività* è un qualcosa di universale, appartiene alla maniera che ha l'individuo di incontrarsi con la realtà esterna, quindi secondo il mio parere si configura come una negoziazione dinamica e quotidiana che attua l'individuo nel mondo, per stare al mondo, e per starci nel modo migliore possibile.

Rinunciare alla creatività vuol dire, secondo Winnicott, diventare compiacenti e quindi approdare alla malattia psichiatrica; la creatività appartiene al fatto di essere vivi, è indispensabile per una buona salute psicologica, e vivere creativamente dà l'impressione che la vita valga la pena di essere vissuta.

E' solo nella capacità di essere creativo e di fare uso dell'intera personalità che l'individuo scopre il Sé. Winnicott infatti afferma che: "solo nell'essere creativi, si scopre di essere se stessi" (*ibidem*). Se la persona non è in connessione con i propri bisogni ed emozioni, ma si abbassa alla compiacenza, si strutturerà un "*falso sé*".

Infatti, *una madre sufficientemente buona* garantisce che l'Io del bambino diventi autonomo e non abbia più bisogno del sostegno dell'Io materno; al contrario un rapporto primario insoddisfacente in cui la madre non risponde alle esigenze del bambino, essendo intrusiva e non rispettando i bisogni autentici del piccolo, fa sì che il bambino non riesca a trovare se stesso nella mente della madre, ma vi trovi lei stessa: quindi viene obbligato all'accondiscendenza e si rassegna alla deprivazione abbandonando i gesti creativi e strutturando un Falso sé, che è vuoto, privo di spontaneità ed originalità, estraneo al suo Vero sé.

Molti sono gli spunti in letteratura provenienti dalle teorie Winnicottiane, come le riflessioni di Fonagy e Target sul "*Sé estraneo*".

Secondo loro quando il caregiving genitoriale è marcatamente privo di sensibilità e mal sintonizzato, viene a crearsi una lacuna nella costruzione del Sé psicologico. Il bambino non trovando l'immagine di se stesso nella mente della madre, è costretto ad interiorizzare la rappresentazione dello stato mentale dell'oggetto come una parte nucleare di se stesso (secondo Fonagy e Target questa condizione è una per le quali può venirsi a strutturare la patologia borderline). Tuttavia, in questi casi, l'altro interiorizzato rimane estraneo e privo di connessione alle strutture del Sé costituzionale.

Seguendo questa logica, le più recenti ipotesi vedono l'origine della psicopatologia adulta nello strutturarsi di interiorizzazioni infantili frustranti, nella formazione di un falso sé o di un sé fragile, nella costituzione di relazioni oggettuali infantili distorte e insane, e nella incapacità di mentalizzare e fare buon uso della funzione riflessiva. Vengono quindi valutate fondamentali le prime esperienze relazionali madre-bambino, tanto che negli ultimi decenni si sono aperti molti campi di ricerca che partono proprio dalle teorie dell'attaccamento di Bowlby, per arrivare a capire l'evolversi della psicopatologia adulta. Inoltre la relazione madre-bambino viene studiata dai teorici dell'Infant Research in connessione al rapporto terapeutico analista-paziente, dato che emerge che entrambe le diadi funzionano secondo gli stessi meccanismi, e l'analista dovrà operare tenendo conto delle distorsioni infantili e permettendo al Sé di crescere. (Beebe e Lachmann)

Questo ragionamento combacia con la teoria Kohutiana: se i genitori falliscono nel soddisfare i bisogni narcisistici del bambino può accadere che si strutturi un "*Sé grandioso*" che poi si consolida e non si integra nelle strutture successive. Questo Sé grandioso nasce quindi come difesa contro la vulnerabilità e quando il paziente ormai adulto arriverà in analisi, la cosa fondamentale, dice Kohut, è accettare i suoi bisogni e corrispondere empaticamente ad essi per permettere al Sé di svilupparsi.

8.3 Maturazione narcisistica: dall'Io al Noi **Fase di selezione dei disegni**

A differenza della prima fase di lavorazione, in cui l'attenzione dei pazienti è stata rivolta in particolar modo al proprio mondo interiore e durante la quale il lavoro è stato molto più individuale, intimo e personale, nella seconda fase abbiamo notato cambiamenti importanti sul versante relazionale e di maturazione narcisistica.

Infatti, la prima situazione nella quale qualcosa si è mosso è stato il momento in cui fissavamo i disegni al muro facendo dei tentativi per creare una composizione finale. Nel momento in cui erano stati attaccati i disegni di tutti, la Dott. Meoni ha lanciato un input: si è alzata ed ha staccato dal muro un suo disegno, scartandolo, e giustificando il suo comportamento con la motivazione che non le piaceva in quella composizione. Il messaggio è stato ben chiaro: far cadere le barriere narcisistiche favorendo la maturazione del gruppo. Intuitivamente i pazienti hanno recepito il significato di quella comunicazione e a questo punto uno di loro ha ripetuto la stessa azione, con un disegno proprio. Successivamente, sono avvenute scelte simili, sia nel corso del lavoro che nella scelta dei disegni (operata anche in diversi modi, come descritto nel capitolo terzo). Oltretutto abbiamo sperimentato il disegnare in comune, cioè condividendo un foglio A4 e disegnando insieme lo stesso soggetto. Qui sotto riporto uno dei disegni fatti a più mani.



La possibilità di condividere un piccolo spazio per creare qualcosa insieme è stata una novità del tutto inaspettata, dato che tentativi del genere effettuati in precedenza avevano sortito un effetto del tutto opposto.

Per fare un esempio, durante il secondo incontro di mosaico, mentre si lavorava su un cartellone unico, era stata proposta la possibilità di disegnare insieme e condividere lo spazio comune. Io presi l'iniziativa e decisi di incollare delle pietre di mosaico su un disegno di una paziente. Quando ebbi finito mi accorsi, dall'espressione del volto della ragazza, che non era per niente soddisfatta del mio lavoro e mi resi conto di aver appena invaso un suo spazio personale, anche se preventivamente le avevo chiesto il permesso e mi era stato accordato.

8.4 Emergere della funzione di holding del gruppo: fase di realizzazione musiva

A mio avviso, la fase di lavoro più interessante che ha portato a numerose trasformazioni, è stata la realizzazione vera e propria del mosaico, forse anche per la complicità del lungo periodo di lavorazione, che si è protratto dal mese di giugno sino alla fine dell'anno.

Realizzare un mosaico in gruppo significa un unico concetto: collaborazione.

E questo è stato possibile solo attraverso un dialogo tra i membri del gruppo; è proprio questo dialogo, come dice la teoria Gruppoanalitica, e la libera comunicazione (*free floating discussion*) che permettono il superamento delle barriere narcisistiche, la libera espressione, l'affermazione ed il riconoscimento dell'individuo.

Si è reso necessario che tutto il gruppo lavorasse per realizzare a mosaico i disegni scelti: c'è stato chi si occupava del taglio delle pietre, con la tenaglia o con la trancia, e chi, gomito a gomito,

incollava le tessere sulle tavole. Non si sono mai verificate situazioni di gelosia su chi avesse il diritto di completare un determinato disegno, cosa che invece, per esperienza, sappiamo capitare spesso nei gruppi di artisti normodotati che farebbero di tutto pur di completare la loro opera senza l'intrusione di altre persone.

Nel nostro setting invece c'è stata una strana evoluzione: una volta che il disegno di un particolare paziente veniva scelto dal gruppo per andare a costituire la composizione finale, diventava automaticamente proprietà del gruppo stesso.

Non è mai stata rivendicata la priorità per lavorare su un disegno, solamente perché era un prodotto personale.

Penso sia stato in questo momento che sia venuto a crearsi uno spirito ed un'identità di gruppo costituitosi sulla base di un lavoro comune.

Una volta formatosi il gruppo, questo si auto-mantiene attraverso la sua funzione di *holding*. Il legame tra l'holding materno e quello gruppale è stretto; secondo la teoria Gruppoanalitica infatti, il "gruppo viene vissuto spesso a livello profondo come madre". La capacità materna di holding è stata illustrata da molti autori, tra cui Winnicott, e si esplica nella capacità della madre di fungere da contenitore delle angosce del bambino. L'holding è la capacità di contenimento della madre sufficientemente buona, la quale sa istintivamente quando intervenire dando amore al bambino e quando invece mettersi da parte nel momento in cui il bambino non ha bisogno di lei. All'interno dell'holding il bambino può sperimentare l'onnipotenza soggettiva, ovvero la sensazione di essere lui, con i suoi desideri, a creare ogni cosa. Questa esperienza è necessaria ed indispensabile per il sano sviluppo dell'individuo, e può verificarsi soltanto all'interno di uno spazio fisico e psichico che possa permettere la sua espressione.

Un esempio di holding gruppale avvenuto durante il nostro lavoro, è l'elaborazione del concetto di mosaico come "pietra tombale". Questa espressione era stata utilizzata da un paziente, Francesco, che più volte durante la fase iniziale del lavoro aveva tentato di esternare questo suo sentire, ma senza mai riuscire ad elaborarlo, semplicemente perché era una fase ancora troppo precoce, in cui il gruppo non era ricettivo, e quindi ogni suo tentativo era fallito. Il punto di svolta si è verificato nel momento in cui il gruppo era abbastanza maturo per capire e contenere (fase di realizzazione musiva). Così è emerso nuovamente come Francesco soffriva molto a collaborare al mosaico perché la pietra lo rimandava a un senso di morte, o meglio come diceva lui stesso ad una "pietra tombale", e che desiderava molto partecipare al mosaico, ma che soffriva anche molto, dato che lo associava alla morte che "è una sofferenza praticamente eterna", diceva, "e questo mi rende intollerabile il pensiero della morte".

L'osservazione di Francesco del mosaico come pietra tombale, è stata interpretata dalla Dott. Meoni come una dimostrazione che il problema del gruppo è il non avere idea dei pensieri degli altri e che alcuni titoli proposti per il mosaico (come quello che poi è stato scelto), rappresentano la situazione di incomunicabilità; esposto il problema di Francesco il gruppo lo ha accolto con funzione di holding, accettando l'interpretazione. Essere riusciti a comunicare il disagio ed aver trovato un momento o un luogo contenitivo ha permesso non solo a Francesco di liberarsi di un peso, ma all'intero gruppo di appropriarsi dei pensieri altrui.

Da quel giorno in poi il concetto di pietra tombale non è più emerso, e il gruppo si sentiva più forte sapendo che c'erano spazi e momenti in cui si potevano esternare le proprie debolezze, i propri pensieri, le proprie preoccupazioni, senza esserne inglobati. La capacità del gruppo di contenere mentalmente lo stato affettivo di Francesco è paragonabile al concetto di contenimento Bioniano della madre e di *funzione α* . Questa sarebbe una funzione relazionale che nasce dal rapporto precoce tra madre e figlio. La madre, attraverso un processo di *rêverie*, elabora e trasforma le proiezioni del suo bambino, tra le quali angoscia e terrore, e le restituisce moderate dal pensiero e dall'affetto; il piccolo reintroiettando tali esperienze così trasformate ne acquisisce anche la funzione α mentre nel processo anche la madre acquisirà una capacità trasformativa detta α -*rêverie*.

Disfunzioni e inversioni della funzione α provocano alterazioni e disturbi del pensiero e di conseguenza causano diverse forme di disturbo, disadattamento e alienazione. In questi casi per il

fallimento della funzione α le esperienze non elaborate sono presenti nella personalità quali elementi β , aspetti molto primitivi che andranno a configurarsi negli assunti di base come angoscia, terrore e agiti incongrui di attacco-fuga, dipendenza, accoppiamento.

Infine cito il concetto Kleiniano di "*identificazione proiettiva*" mediante la quale il Sé si libera dei sentimenti penosi e li proietta in una mente capace di gestirli. Se non viene contenuto, per evitare la frustrazione, il bambino attacca i pensieri: è così che il pensiero si frammenta e diventa psicotico. Concludendo, abbiamo visto attraverso diversi esempi tratti dalla letteratura, come sia fondamentale il rapporto madre-bambino nella strutturazione del Sé, e l'importanza della funzione di contenimento materno (holding, funzione α , identificazione proiettiva) per un sano strutturarsi della personalità.

Credo che le analogie madre-gruppo siano molto forti, come il parallelo madre-bambino e analista-paziente, e penso sia possibile tracciare una linea di connessione tra le teorie di psicopatologia evolutiva e la nostra situazione gruppale.

8.5 Gratificazione e senso di gruppo: fase di composizione finale

Nell'ultima fase del progetto, il lavoro di realizzazione musiva vero e proprio era terminato, e i compiti che ci aspettavano erano puramente decisionali. Per affrontarli erano necessarie delle capacità che il gruppo doveva aver acquisito durante il lungo percorso: collaborazione, condivisione, progettualità, ascolto.

Come giusta conseguenza del cammino svolto insieme, finalmente il gruppo era pronto ad affrontare questa situazione che si è caratterizzata come il momento, più di ogni altro, in cui era necessario lavorare seguendo lo spirito di gruppo.

Grazie alla sua maturazione è stato possibile comporre il mosaico finale: tutti i singoli disegni infatti erano completati a mosaico, ma era necessario accordarsi su come e dove disporli all'interno della tavola finale¹. Le scelte sono state effettuate da tutto il gruppo: ognuno diceva la sua, e non sono mancati momenti in cui si bocciavano le idee altrui per arrivare ad una soluzione armoniosa comune².

Nel frattempo, la presentazione al pubblico e la gratificazione finale sono state preparate e gestite con sorprendente tranquillità.

Infatti, andavano configurandosi alcuni appuntamenti importanti come la festa per l'inaugurazione del mosaico e un convegno al Laboratorio d'individuazione "Il Cedro" (dove saremmo andati tutti insieme)³, e dove i pazienti avrebbero potuto essere delegati o dove gli organizzatori avrebbero potuto pretendere di dirigere. Invece si è scelto di continuare ad essere insieme, lavorando come un gruppo.

Ciascuno ha parlato in pubblico e si è rappresentato verbalmente, chi più e chi meno, in una costante aderenza alla realtà che ha disorientato forse un po' gli stessi terapeuti dei pazienti.

Ancora prima di vedere il risultato del nostro lavoro (dato che il cemento si stava ancora essiccando) già c'era aria di festa tra di noi, di gratificazione e di compiacimento che ci spronava a continuare a lavorare per i prossimi appuntamenti.

Infatti, come un vero e proprio "team" abbiamo iniziato a lavorare sulla grafica del volantino per l'invito all'inaugurazione, unendo le idee su che cosa scrivere, quali colori utilizzare, con quale stile di scrittura e poi ancora decidere in quale giorno fare la festa e come organizzarla. E' durante uno di questi incontri che viene proposto ad un paziente (che è anche uno scrittore appassionato di poesie, dialoghi e racconti brevi), di comporre una poesia in onore del mosaico.

.

Quando il paziente è tornato con in mano la poesia e l'ha letta ad alta voce, tutti siamo rimasti sbalorditi, perché con poche parole era riuscito perfettamente a descrivere lo stato d'animo gruppale.

Riporto qui di seguito la poesia in corso di pubblicazione:

Poesia per il mosaico

*“Ed è un appuntamento di spine
ma gioioso
affratellati dicevo
ora
ancora di più”*

Federico Dottarelli

La poesia, scritta di getto dal paziente, si configura come la verbalizzazione, in versi, del sentire gruppale.

Infatti, quando abbiamo iniziato il progetto nella C.T. di Primavalle, uno degli obiettivi più importanti che volevamo raggiungere era quello di incentivare la qualità delle relazioni interpersonali tra i pazienti e aumentare la loro efficacia decisionale, cambiamenti che, partendo dall'ambito ristretto del mosaico, si potevano trasferire ad altri spazi di vita e questo è ciò che abbiamo già potuto osservare in una situazione ad alta complessità, in struttura non protetta, come è avvenuto nella presentazione al pubblico al Laboratorio di Individuazione “Il Cedro”, il 25 aprile 2010.

I professionali senza esperienza clinica possono meravigliarsi nell'osservare che persone che vivono insieme nella stessa struttura ventiquattro ore su ventiquattro e che condividono gli stessi spazi e gli stessi momenti di svago, possano in realtà essere chiusi in loro stessi e partecipare ben poco alla vita dell'altro. Tuttavia l'esperienza clinica insegna che questa è una delle principali evidenze psicopatologiche della patologia psicotica e dei meccanismi di difesa che si osservano nel gruppo.

Ognuno tende a vivere nel proprio mondo interno, fantasticato e spesso temuto, popolato da un mondo che si autoalimenta e che, a volte, non lascia molto spazio alla relazionalità concreta o alla possibilità di concentrarsi su un compito senza esserne disturbati.

Il cambiamento fondamentale faticosamente ottenuto da questo progetto protrattosi per ben 13 mesi, è proprio comprendere che è possibile comunicare con l'altro.

Appare chiaro da quello che è stato detto che, l'eventualità di creare un buon prodotto artistico in gruppo cela in sé la prova che si è verificata un'evoluzione nei pazienti e, dal canto nostro, è possibile ipotizzare un miglioramento terapeutico⁴.

La vita reale insegna che le gratificazioni sono il premio naturale di tutte quelle fatiche che ognuno compie, facendo il passo secondo la propria gamba in condivisione, con la possibilità di reciproco aiuto e reciproco holding, che solo l'appartenenza ad un buon gruppo può dare ai più deboli e nei momenti in cui si è più deboli.

¹ Ognuno ha ritrovato se stesso nei simboli espressi (ad esempio “la casa” di Ramona) e il sé dell'altro (ad esempio “l'uccello di Ergys”) anche se non era più presente, per trovargli il giusto posto nella frase pittorica.

² Nel contesto più strettamente terapeutico non può sfuggire come la composizione estetica abbia finito per riproporre un ciclo di evoluzione ascendente, dagli elementi più primordiali dell'acqua e della terra, alla

vegetazione e i pesci e gli uccelli che culminano in un cielo che direttamente rimanda ai cicli del sole e della luna per culminare in un clown enigmatico e per di più sospeso.

Il gruppo ha rielaborato in modo fantastico il primo suggerimento che Francesco aveva portato, allora poco compreso, poggiando sul tavolo un libro: " L'anello di Re Salomone" di Konrad Lorenz e, ciò che più conta, ha messo in relazione i diversi simboli che si guardano l'uno con l'altro, creando quella frase pittorica che ha molto sorpreso e che è arrivata quasi inaspettata, a giudicare dalle molte e grandi difficoltà incontrate e superate dal gruppo

³ La realizzazione delle diverse forme di presentazione al pubblico documenta la maturazione dei singoli nel gruppo forse più dell'opera a mosaico.

¹ A.M.Meoni "La gruppoanalisi applicata all'Arte" Nuove Prospettive in psicologia. Anno XI.n.2. Novembre 2003 (fasc.n.30)