

Francesca Flora Bonali

IO, E TE, E GLI ALTRI NOI Esperienza psicodrammatica con coppie

PREMESSA

L'oggetto di questa tesi riguarda l'utilizzo dello psicodramma in un gruppo a termine composto da sei coppie.

Tale esperienza nasce dalla collaborazione in qualità di psicologa con un'Associazione di Promozione Sociale; l'associazione si occupa di problematiche connesse alle separazioni coniugali e alla mediazione familiare, offre una serie di servizi stabili ai propri associati e da qualche anno, al fine di aumentare la propria offerta sui territori di riferimento, partecipa ai Bandi della Regione Lombardia promossi dalla Legge regionale 23/99 volta al sostegno delle famiglie nelle sue varie espressioni di criticità.

Il progetto presentato nell'annualità 2010/2011 è stato selezionato dall'ASL (organismo che ha la titolarità per le valutazioni) quale progetto innovativo, ciò ne ha permesso il pieno finanziamento a fondo perso.

L'Associazione, conseguentemente, ha potuto proporre la partecipazione gratuita alle tante persone che è riuscita a contattare attraverso varie tipologie di pubblicizzazione e il numero di gruppi che si sono potuti attivare è stato significativo.

Quattro gruppi hanno visto la partecipazione di persone separate o in fase separativa con la finalità di diventare gruppi di Auto Mutuo Aiuto; un gruppo è stato invece destinato alle coppie.

Il progetto relativo alla promozione di un gruppo rivolto alle coppie è nato dal desiderio di effettuare un intervento di tipo preventivo all'interno di un'Associazione che si occupa generalmente di coppie la cui criticità è ormai rivolta ad una soluzione separativa.

Gli obiettivi del percorso son stati quelli di offrire alle persone l'opportunità di un percorso di crescita personale nonché di coppia e la possibile costruzione di una rete relazionale con funzione supportiva sul territorio.

La proposta di poter costituire un gruppo di coppie, oltre agli aspetti connessi alle finalità sociali su enunciate, è stata maturata alla luce del desiderio di sperimentare l'utilizzo dello psicodramma in un contesto gruppale nuovo e finora poco praticato.

Nonostante le criticità derivanti dall'uso dello psicodramma in un gruppo con tali caratteristiche, è prevalsa la scelta di procedere.

E' stato intrapreso un viaggio ignoto navigando inizialmente un po' a vista. Questo lavoro di tesi è diventato in realtà un lavoro di ricapitolazione e di sin-tesi. Ha permesso di rivedere a posteriori un percorso fatto promuovendo aspetti meta cognitivi che hanno attivato tante piste di interrogazione e di valutazione.

In questo senso ho parlato di sin-tesi. Ha, in qualche modo, reso possibile tracciare una mappa dopo aver esplorato un territorio.

Parte I

UNO SGUARDO D'INSIEME SULLA COPPIA

1.1 Un approccio socio - culturale alla coppia

Secondo P. Caillé (2007) "la coppia, nella società contemporanea soggetta a continue trasformazioni, si presenta come fragile e forte al tempo stesso. Oggigiorno sono diventati inusuali i rituali tradizionali, che da tutti erano osservabili e che ne legittimavano, agli occhi degli altri, l'esistenza: il rito del fidanzamento con la presentazione alle rispettive famiglie è ormai inconsueto, l'ufficialità del

contratto matrimoniale non è più vincolante, perfino la coabitazione non è sempre necessaria. Ma proprio la caduta di questi aspetti esteriori visibili, che tradizionalmente permettevano alla coppia di essere riconoscibile, la rendono al tempo stesso più forte, perché la inducono a cercare al proprio interno i motivi della propria legittimazione, scoprendoli nell'autenticità e libertà della scelta reciproca, nell'importanza attribuita al legame, nel valore delle rappresentazioni condivise che i partner si danno del loro legame che attiene in qualche modo alla dimensione mitica della loro relazione.

Se la coppia contemporanea non cerca più alcuna legittimazione esterna e perciò può sentirsi più fragile e incline al dubbio, trova però le ragioni della propria esistenza e del proprio equilibrio nel patto tacito che unisce i due partner.

Un altro aspetto di natura socio culturale che influenza la coppia e potenzialmente la crisi della coppia, è il peso delle aspettative che si riversano su di essa in quanto la coppia va a supplire al "deserto di incertezze" che sembra caratterizzare il contesto sociale contemporaneo.

L'insicurezza nel quadro familiare, nell'ambiente sociale, nell'area professionale, nella cultura in generale, porta a conferire alla coppia un ruolo inaspettato di fiducia, la coppia deve portare la stabilità ed il sostegno che altrove fanno difetto. Non c'è da stupirsi che riesca con difficoltà a far fronte a questo compito. Date le funzioni che le vengono attribuite, si potrebbe dire, che paradossalmente la coppia sia oggi il più grande centro di psicoterapia"¹

Numerose coppie non reggono a questa enorme responsabilità e vanno incontro a difficoltà di vario ordine. L'esito sempre più frequente è quello separativo. Altre coppie riescono o scelgono di formulare una domanda d'aiuto.

1.2 Uno sguardo ai modelli di cura della coppia

La tradizione di ricerca e intervento sulla coppia inaugurata da Dicks alla fine degli anni '70 presso la Tavistock Clinic di Londra e sviluppatasi fino ad oggi attraverso il lavoro di numerosi autori, si fonda sull'ipotesi che la relazione di coppia organizzi i mondi interni dei partner. Ciò che accade nel momento attuale è inteso prevalentemente come una riproposizione temporale di eventi, personaggi o pattern del passato.

La tradizione psicoanalitica ci ha abituati a dare significato a quanto accade ai pazienti attraverso interpretazioni ricostruttive. Il terapeuta si muove ripercorrendo le tappe evolutive individuali e della relazione attraverso una prospettiva storica. La costruzione di ipotesi esplicative si fonda sulla riproposizione di contenuti e processi del passato con una minore attenzione riservata ai temi dell'attualità e alla processualità della seduta.

Accanto a questa prospettiva, il paradigma relazionale (Mitchell, 2000) suggerisce come l'incontro tra due soggettività non sia univocamente riconducibile alla storia pregressa dei due individui, ma anche a ciò che si genera nell'incontro relazionale.

L'attenzione viene posta al momento intersoggettivo quale generatore di proprietà non desumibili unicamente, in termini lineari e deterministici, di quanto accaduto in precedenza.

"Ogni legame di coppia rappresenta per l'individuo un evento unico complesso e multi determinato dove le costanti personologiche possono essere interpretate come stati potenziali, attitudini e predisposizioni di ingaggio relazionale che trovano espressioni, più o meno parziali, ma certamente diversificate tra loro. Un individuo può quindi sviluppare una relazione di una certa qualità con un partner

¹ P. Caillé (2007), Uno e uno fanno tre. Quale psicoterapia per la coppia di oggi, Armando Editore

e di un'altra qualità con un altro partner. Ciò dipende dal rapporto tra la quota di ripetitività disadattiva di schemi patologici e la quota di tensione evolutiva, ma anche dalle specifiche proprietà della combinazione dei rispettivi psichismi."²

Una prospettiva intersoggettiva implica infatti inquadrare le modalità e le difese come qualcosa che le persone portano in ogni contesto interpersonale ma che si manifestano in modo specifico nella singolarità dei contesti.

Le ricerche provenienti dall'infant research e dalle teorie dell'attaccamento suggeriscono come il bisogno di relazione sia una motivazione primaria e a esso venga assegnato un ruolo centrale nello sviluppo del Sé. In questa direzione assumono sempre maggiore attenzione la relazione ed i processi interpersonali. Ciò non significa che nodi irrisolti del passato non possano essere determinanti nel generare le difficoltà attuali, ma essi assumono un significato peculiare legato alla specifica declinazione all'interno della relazione affettiva attuale.

"Occorre inoltre considerare che la relazione di coppia possa non essere guidata da un unico schema di riferimento, ad esempio quello costruito nelle relazioni primarie, poiché, altre esperienze emotive significative (psicoterapie, relazioni di coppia, life events, etc.) effettuate in epoche affettive successive, possono aver contribuito ad integrare e riprocessare tali modelli di partenza".³

La teoria dell'attaccamento fornisce riferimenti importanti in merito alla trasmissione intergenerazionale dei modelli di relazione, integrando proficuamente altri approcci terapeutici rivolti alla coppia. Ipotizzando che i partner agiscano vicendevolmente come figure di attaccamento, gli studi sono stati estesi all'*attaccamento adulto o complesso* per meglio evidenziare la natura diadica della relazione e la reciprocità della dipendenza tra i partner. Ciò che viene postulato è un legame tra la qualità dell'attaccamento infantile e la qualità dell'attaccamento adulto. La relazione di coppia è il legame affettivo più evocativo delle relazioni primarie dell'infanzia, esso fornisce una continua opportunità di sintonizzazione emotiva, contatto fisico, apprendimento in un ambiente di sostegno, esperienze che Bowlby (1969) evidenzia come necessarie per un attaccamento futuro.

In questo la relazione di coppia può essere intesa come *un nuovo ambiente di caregiving* dove i partner possono, attraverso il supporto reciproco, contenere e modificare i modelli relazionali di provenienza.

Il paradigma dell'attaccamento sviluppa il tema della regolazione delle emozioni e dell'incontro delle diverse strategie relazionali. Da questo punto di vista il compito principale della relazione terapeutica è quello di fornire una *base sicura* che consenta essenzialmente la funzione esplorativa e che permetta di entrare in contatto con ciò che i partner temono.

Il concetto di *processi di rispecchiamento*, mutuato dalla relazione genitore-bambino, è un costrutto di riferimento ed ha rappresentato un'idea guida circa la scelta di come condurre il percorso, come dare significato al materiale emergente, come modulare le attività.

L'attenzione ai fenomeni di rispecchiamento e di regolazione affettiva tra i partner coinvolti nel gruppo, ha comportato un lavoro sulla promozione della possibilità di rimanere in contatto con l'esperienza dell'altro e contemporaneamente di cogliere le differenze tra le esperienze presentate.

Lo psicodramma elettivamente favorisce i processi di rispecchiamento che realizza intenzionalmente in varie forme:

- attraverso le esperienze sociometriche in cui si esplicitano le assonanze e le differenze nelle relazioni e si rendono quindi percepibili le identificazioni e i livelli di *rispecchiamento* all'interno del gruppo; ella *partecipazione dell'uditorio* o *sharing* in cui i processi di *rispecchiamento* sono particolarmente attivi. Più in generale, la situazione psicodrammatica, come del resto il contesto teatrale in senso lato, per sua natura sollecita processi di *rispecchiamento* e di identificazione. L'altro consente di ritrovare e riconoscere parti di sé attuando un processo di conferma di sé attraverso la relazione, per contro, l'altro, può costituire il luogo che dà diritto di esistenza a parti di sé negate o temute.

.Parte II

LA REALIZZAZIONE DEL PROGETTO

2.1 Il progetto come condizione di fiducia per il gruppo

In molte organizzazioni del terzo settore e organizzazioni socio-sanitarie pubbliche o private, la pratica di "lavorare per progetti" si è ormai radicata ed è diventata familiare in diverse culture locali. Tale fenomeno già consolidato e diffuso merita un'osservazione attenta perché i progetti hanno come condizione di fondo quella del lavorare sui tempi. Occorre quindi considerare aspetti specifici di questo tipo di interventi:

"...la prognosi si pone di solito alla fine delle varie tappe di un lavoro, invece è il fattore più importante per la sua diretta correlazione con il progetto; ambedue rinviano al futuro solo in quanto riguardano ciò che c'è già nel presente. Lavorare per progetti risulta complesso e contraddittorio perché ogni progetto si muove in una direzione contraria a quella che viene primitivamente imboccata dal gruppo e che è dettata dal suo intrinseco originario *tanatropismo*".⁴

La condizione costitutiva, la dinamica centrale di ogni gruppo e dunque di ogni gruppo di lavoro, è che ogni individuo che ne faccia parte sviluppi una corrente emozionale di attaccamento che vada a promuovere la coesione e, nel contempo, come co-presenza emotiva, la dimensione della perdita della matrice grupale.

La tipologia del gruppo oggetto di questa tesi, rende tale condizione ben presente e caratterizzante il lavoro stesso a cui si aggiunge la complessità determinata dall'essere in gruppo come singola persona e nel contempo come coppia.

Il lavoro emotivo richiesto diventa quello della possibilità- necessità del dare fiducia, del potersi affidare e nel contempo del potersi proteggere.

Da un punto di vista relativo alla qualità degli interventi, ciò che è stato messo in atto come fattore di contenimento protettivo, ha tenuto conto in grande considerazione la dimensione emotiva della *vergogna* o meglio del pudore e del ritegno. Tutte le attività sono state guidate dall'esigenza di lasciare libere le persone nel modulare il *dentro ed il fuori*, differenziare il contenitore dal contenuto, poiché questo ha a che fare contemporaneamente con l'apertura (verso l'esterno, verso l'Altro) e con la copertura (dallo sguardo dell'Altro).

"Il confine dell'esperienza di Sé è dato dall'esperienza del pudore e della vergogna che è anche la metafora dell'appartenenza e dell'estraneità, della giusta distanza,

² F. Monguzzi (2010), Curare la coppia, Franco Angeli

³ L. Carli, D. Cavanna, G.C.Zavattini (2009), Psicologia delle relazioni di coppia, Il Mulino

⁴ F. Fasolo (2002), Gruppi che curano Gruppi che guariscono, La Garangola

mobile col tempo e con le circostanze: cioè del rispetto e della confidenza delle persone".⁵

Le coppie inserite nel gruppo sono state persone disponibili a giocare la carta della fiducia nel lavoro di gruppo, intraprendendo insieme ad altri, azioni dall'esito incerto in condizioni di probabile vulnerabilità.

Sicuramente è stata fatta una **delega di fiducia**, ossia è stata attribuita una sorta di carta di credito a noi quali conduttrici del gruppo e, a nostra volta, il nostro lavoro è stato quello di **invitare fiducia**, fidandoci in prima persona degli altri e del lavoro di gruppo in particolare, pur nella sperimentazione attivata.

Il nostro ruolo è stato quello di promuovere il passaggio graduale a fasi più mature del gruppo in cui la **coesione** riguardasse sempre di più i membri del gruppo e sempre meno il conduttore.

2.2 Il progetto come sperimentazione

La novità dell'esperienza ha fatto sentire la conduzione del gruppo come molto impegnativa data la complessità del dover tenere ben presenti più livelli contemporaneamente: il livello del singolo, il livello della coppia ed il livello del terzo, ossia della relazione di coppia, che non è la risultante della somma dell'uno più l'altro, ma è una dimensione "altra". Il lavoro con la coppia poteva essere profondamente sollecitante dal momento che questo avrebbe potuto chiamare in causa la propria capacità di stare in coppia e, dunque, tutte le nostre coppie: quelle reali e quelle fantasmatiche, quelle che ci sono state, quelle che ci sono e quelle che ci saranno.

Non escludendo i timori legati alla novità della situazione e a possibili razionalizzazioni di natura difensiva, è stata valutata come sperimentabile la conduzione alternata di due direttori, con un unico direttore per sessione. Ciò avrebbe permesso di avere una diversa distanza-vicinanza dal gruppo data dalle due posizioni dell'essere alternativamente *dentro* e *fuori*, essere partecipanti al gruppo attraverso il ruolo di osservatore/testimone e attraverso quello più attivo, caldo ed espressivo della conduzione. Il doppio registro avrebbe potuto rappresentare, inoltre, una possibile cautela dal rischio di dinamiche connesse a risonanze personali.

Un altro elemento connesso alla conduzione alternata poteva essere quello della possibilità di un comportamento "imitativo" da parte del gruppo nei confronti della coppia dei conduttori che avrebbe potuto influenzare l'accettazione della scansione psicodrammatica tra i momenti di azione e i momenti di osservazione, la pari importanza di chi ha il ruolo dell'ascoltatore/osservatore e di chi assume il ruolo del far emergere l'espressione di sé. Inoltre, tale condizione, in qualche maniera avrebbe potuto modulare ciò che avviene tra i partner quando la relazione è di tipo funzionale e si contraddistingue per la flessibilità e l'alternanza, ossia il saper esercitare la relazione simmetrica e alternativamente quella complementare.

Una caratteristica dei conduttori era rappresentata dall'essere una coppia di psicodrammatiste donne. E' probabile che due direttori di sesso diverso avrebbero permesso altre possibilità di rispecchiamento e altre dinamiche transferali e controtransferali. Un possibile elemento di congiunzione tra la conduzione al femminile e talune caratteristiche emerse in fase preliminare al lavoro di gruppo, è stato quello del ruolo giocato dalle partner. La caratteristica comune tra le sei coppie costituenti il gruppo è stata quella per cui la partecipazione dei compagni è dipesa dall'essere sospinti dalle compagne a partecipare. Le donne hanno espresso da subito il bisogno di potersi avvantaggiare del lavoro di gruppo per trovare uno spazio ed un tempo dove poter comunicare con il partner o, quanto meno, di poter comunicare in modo più soddisfacente rispetto

all'usuale. Per gli uomini, il partecipare ha rappresentato un'iniziale dichiarazione di attenzione ai bisogni delle compagne più che l'espressione di un bisogno proprio.

In qualche maniera, la conduzione "al femminile", ha attivato un processo analogo a quello interno alla coppia e cioè quello relativo alla cura e al prendersi cura. Le conduttrici si sarebbero prese cura del gruppo affinché le persone sperimentassero diverse possibilità relazionali; le partner avrebbero voluto prendersi cura di sé e della loro relazione e sentirsi curate dai partner i quali, quanto meno inizialmente, si sono resi disponibili ad esserci mantenendo una posizione che rimandava al "sono qui per lei".

Uno dei rischi connessi al lavoro con la coppia era rappresentato dalla evenienza che si attivasse da un punto di vista relazionale e comunicativo la dinamica dell'interdipendenza.

Inoltre, le condizioni emotive di base della spontaneità e della verità soggettiva potevano essere compromesse o quanto meno fortemente condizionate dalla presenza del partner in qualità di partecipante -testimone. Quali sarebbero stati poi gli effetti per la coppia nel doversi necessariamente portare a casa ciò che era stato detto, fatto, osservato? Quante delle cose emerse non avrebbero poi attivato il giudizio?

La dimensione grupppale è stata la prima e più importante dimensione attraverso cui sperimentare una condizione di novità rispetto al proprio stare in coppia e lavorare sulla propria coppia unitamente ad altre coppie. Questa situazione in cui lo psicodramma struttura da subito forti valenze relazionali, unitamente agli elementi dell'inatteso e della sorpresa, hanno creato le condizioni per potersi "giocare" nella dimensione scenica al fine del lasciarsi andare e del far accadere.

Abbiamo fatto affidamento alla disponibilità delle coppie a lavorare, quanto meno inizialmente, attraverso una delega di fiducia, il nostro lavoro è stato quello di invitare fiducia, fidandoci in prima persona degli altri e del lavoro di gruppo in particolare, pur nella sperimentazione attivata.

Il nostro ruolo è stato quello di promuovere il passaggio graduale a fasi più mature del gruppo in cui la coesione tra le persone avrebbe permesso l'emergere di una maggiore spontaneità.

Sicuramente lo sperimentare il decentramento attraverso l'inversione di ruolo con il partner è stato un grosso elemento di novità così come il doppio. Lo stare nei panni dell'altro ripetutamente ha corrisposto ad una sorta di "addestramento-apprendimento" che ha permesso maggiore empatia e ha promosso, in diverse circostanze, insight.

Tale aspetto richiama a uno dei fattori fondamentali della psicoterapia di gruppo che Yalom definisce "altruismo".

"Quando siamo andati al di là di noi stessi, quando abbiamo dimenticato noi stessi e ci siamo identificati con qualcuno che è al di fuori di noi...implicitamente questa esperienza ci fornisce una lezione che contrasta l'egocentrismo".⁶

Anche le regole date inizialmente hanno creato un contesto relazionale nuovo e forse di apprendimento. Le regole del gioco interpersonale a cui attenersi erano ben diverse da quelle abituali.

Molti hanno espresso il valore contenitivo e protettivo dato da queste regole. Il valore della "sospensione della risposta" come possibilità di apprendimento da esercitare anche al di fuori del gruppo per lasciare lo spazio ed i tempi necessari per la riflessione e favorire l'esercizio di questa funzione rispetto a sé e rispetto alla coppia.

⁵ F. Fasolo (2002), Opera citata

⁶ I. Yalom (2005), Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo, Bollati Boringhieri

Per contro, la regola della simmetria, pone tutte le persone nella condizione/dovere di esprimersi. La dinamica non libera determinata dallo psicodramma rompe gli schemi comunicativi.

Pur non prescindendo dall'assioma di una delle regole cardine della comunicazione la quale afferma che "non è possibile non comunicare", nell'esperienza psicodrammatica l'espressione verbale e non verbale può essere integrata dal doppio fornito dai compagni che va a sollecitare un sentimento di riconoscimento e di possibilità espressiva e allo stesso tempo di *universalità*.

Attraverso questa esperienza anche tra i membri della coppia, portatori di ruoli cristallizzati del tipo "parlatore"- "ascoltatore" viene indotto l'esercizio di ruoli nuovi in contesti di ascolto empatico, non giudicante o retroattivo.

Secondo Yalom, un altro fattore fondamentale dell'esperienza terapeutica di gruppo è quello dell'apprendimento interpersonale "l'espone un paziente in condizioni più favorevoli a situazioni che nel passato non era riuscito ad affrontare, può rappresentare un'esperienza emotiva correttiva... la situazione di gruppo offre numerose occasioni per la produzione di esperienze emotive correttive"⁷.

Un altro aspetto di grande importanza è quello fornito dall'esperienza di gruppo in quanto portatrice di un maggiore contatto con la realtà. La relazione a due porta con sé una dimensione fortemente soggettiva. Gli specchi forniti dai compagni, a volte la corallità delle testimonianze, (nel lavoro qui descritto attraverso attività varie tipo quella del "consulto"), hanno permesso di vedere o rivedere il partner in un modo nuovo e a volte inatteso.

Sono state due le condizioni imprescindibili su cui lavorare per favorire gli aspetti sopra indicati: la prima, come già descritto, è stata quella di creare un clima di sicurezza e sostegno, la seconda quella di creare un forte coinvolgimento e impegno nell'esperienza al fine di poter fornire feed back sinceri per permettere un efficace esame della realtà.

Un criterio più in generale seguito è stato quello di rispettare i tempi dei singoli ed il tempo del gruppo. Lo stare, come specificato sopra, *dentro* al gruppo e *fuori* dal gruppo con la co-conduzione ci ha favorite.

2.3 Fasi dell'intervento realizzato

Il percorso effettuato possiamo considerarlo come un processo scandito da una serie di sessioni che si dispiegano nel tempo e che si connettono in termini di continuità e di processualità. Possiamo immaginare il lavoro fatto come scandito dal succedersi di momenti differenziati: **una fase iniziale, una fase centrale e una fase conclusiva**.

La segmentazione temporale non è in alcun modo indicativa di un andamento predefinito del processo, tuttavia è utile a fornire delle indicazioni in merito all'evoluzione del lavoro.

2.3.1 La fase iniziale (dalla prima alla quarta sessione)

E' stata da noi sentita come la fase più delicata e a rischio dell'intervento.

Come più sopra specificato, il livello di fiducia attribuito alle conduttrici e al gruppo è stato alto per permettere alle persone di affrontare i rischi di una esperienza a loro sostanzialmente ignota.

- Come primo passo, per ogni coppia è stato fatto un colloquio con le due conduttrici attraverso il quale si sono raccolti i dati conoscitivi della coppia, l'aspetto motivazionale, le aspettative rispetto all'esperienza, gli eventuali aspetti in cui voler mantenere la riservatezza, etc. E' stata presentata la metodologia di lavoro, il ruolo delle conduttrici, le regole.

- Sono state selezionate le coppie, escludendo quelle con un elevato tasso di conflittualità e distruttività già manifestato nel corso del primo colloquio. Dal momento che la distruttività si sarebbe ripercossa sul gruppo in maniera dirompente, abbiamo valutato che alcune coppie così fortemente irrigidite in schemi relazionali di simmetria rigida non avrebbero potuto fare a meno di giocare la relazione su continui aspetti di interdipendenza e di bisogno di "centralità". Abbiamo ipotizzato che avrebbero utilizzato la scena psicodrammatica per mettersi costantemente in scena così come avvenuto nel "qui ed ora" del colloquio. Il criterio è stato quello di scegliere coppie che, pur avendo dimensioni conflittuali sottese o direttamente riconosciute, hanno espresso disponibilità a lavorare su di sé, hanno espresso il desiderio congiunto di apportare aspetti migliorativi alla loro relazione, ed è emersa, soprattutto, nel corso del primo colloquio una dimensione di empatia. Tutte le coppie selezionate hanno partecipato al primo incontro; il gruppo ha visto il suo avvio con 6 coppie. A partire dal 5° incontro, per ragioni familiari, una partecipante ha dovuto interrompere. Il partner ha continuato per i successivi due incontri e poi ha interrotto anch'esso.

- Durata del percorso: 14 incontri (2 ore per sessione) in orario serale in una delle sedi dall'Associazione promotrice dell'iniziativa.

Nonostante le dichiarazioni verbali dei partner e le loro disponibilità, abbiamo tenuto presenti i "non detti", i timori e le ansie connesse all'esperienza. A livello inconsapevole i partecipanti potevano essere accompagnati da una sensazione di inadeguatezza "*siamo qui perché non siamo capaci di...*" e avere il bisogno di contrastare, seppur momentaneamente, tale sensazione svalutando magari il modello di intervento.

Proprio perché il percorso sarebbe stato caratterizzato da un coinvolgimento diretto, abbiamo tenuto in conto che anche precocemente i partner sarebbero potuti venire a conoscenza di aspetti emotivamente coinvolgenti della loro coppia.

Pertanto, nella prima sessione, abbiamo fatto in modo che scegliessero spontaneamente la dimensione con la quale presentarsi ed incominciare a mettersi in gioco. Oltre a ciò, come anticipato nei paragrafi precedenti, nella prima fase abbiamo lavorato sull'elemento individuativo, sulle storie di ognuno, sulle differenze personali, anche un po' per rompere lo schema di partenza.... (tendenzialmente seduti vicini e mano nella mano...).

*"...Siamo infatti certi, che quando due persone si scelgono, in qualche modo si riconoscono; sono guidate dalla ricerca di una soluzione affettiva, che non può non avere delle attinenze con la loro storia individuale: prima delle persone, sono le loro storie ad incastrarsi."*⁸.

Il gruppo si è caratterizzato per le persone qui sotto descritte i cui nomi sono stati liberamente modificati:

- Maria e Angelo: sono la coppia più giovane del gruppo, hanno rispettivamente 32 e 34 anni. Maria lavora occasionalmente come estetista, Angelo fa il carpentiere con il padre ed il fratello. Sono entrambi molto legati alla loro cultura meridionale di origine e alle famiglie di provenienza. I loro dissapori sono proprio legati al fatto che Maria non riesce a lasciare alle spalle i familiari che fa continuamente entrare nella loro relazione ponendo Angelo nella condizione di dover scegliere lei o loro.

Stanno insieme da 13 anni e stanno organizzando il loro matrimonio. Lui dichiara che vuole partecipare al gruppo perché vuole che Maria stia meglio, lei vorrebbe crescere e superare le sue paure.

⁸ Bruni - Raffaele Frisone (2009),... e vissero quasi sempre felici e contenti. Verso una nuova cultura della relazione di coppia, CIPOG

⁷ I. Yalom (2005), Opera citata

- **Katia e Massimo:** hanno 29 e 39 anni, sposati da 1 anno ½. Katia lavora come impiegata e Massimo come tecnico sempre in giro per il mondo. Katia non riesce a stare nella sua nuova casa quando Marco non c'è, va dalla mamma a dormire.

La soluzione per loro sarebbe quella che Marco cambiasse lavoro. Katia si definisce molto timida, vorrebbe essere una persona più coraggiosa. Vuole partecipare al gruppo perché vuole superare il suo non sentirsi all'altezza, Marco, compatibilmente coi suoi impegni, la vuole sostenere.

- **Manuela e Pietro:** 37 e 39 anni, sposati da 10 anni. Manuela lavora come impiegata e Pietro è un poliziotto. Hanno un figlio di 7 anni. Quasi 1 anno prima, Manuela ha perso al settimo mese di gravidanza la bambina che aspettava. La coppia è ancora fortemente dentro ad una faticosa elaborazione del lutto. Hanno deciso di celebrare un matrimonio religioso che sarà celebrato dopo alcuni mesi.

La scelta di partecipare al percorso nasce dalla dimensione del dolore che vivono.

- **Flavia e Roberto:** 39 e 42 anni, sposati da 8 anni con una figlia di 8 anni. Flavia fa l'impiegata in un ente locale, Roberto lavora come serramentista ed il lavoro lo porta a stare molte ore lontano da casa. Flavia vorrebbe una comunicazione più soddisfacente con Roberto che in casa si esprime poco. Roberto dichiara che Flavia è una donna problematica con un'infanzia alle spalle di cui non riesce a liberarsi. Hanno fatto molta fatica ad avere la figlia che è nata con la fecondazione assistita, hanno tentato di avere altri figli ma non sono venuti.

Lei vorrebbe una relazione più aperta, più comunicativa, lui sente di confortarla ma è in difficoltà con lei.

- **Giuliana e Giorgio:** 41 e 44 anni, sposati da 17, senza figli. Giuliana lavora come operaia e Giorgio come impiegato. Entrambi si definiscono come timidi e in difficoltà a mantenere delle relazioni con le persone. Si sentono soli e senza amici. Hanno tentato più volte di diventare genitori con la fecondazione assistita senza esito. Giuliana è frequentemente in conflitto con Giorgio perché lui parla molto poco, non fa emergere pensieri ed emozioni, lui si sente aggredito da Giuliana.

Partecipano per il desiderio di conoscere altre coppie, per comunicare in maniera diversa tra di loro anche se temono di non riuscire a continuare per la diffidenza che soprattutto Giuliana vive verso gli altri.

- **Claudia e Gianni:** 54 e 59 anni. Sono la coppia più grande del gruppo. Claudia è madre di 2 figli ed è anche nonna; separata da qualche anno ha una relazione con Gianni, vive con il figlio, è una ex sindacalista e ora fa lavori saltuari. Gianni è padre di 4 figli e vedovo da diversi anni, ha una piccola attività che gestisce con alcuni dei suoi figli ed è impegnato nel sociale. Sono in coppia da 4 anni, sentono la loro relazione come stabile e seria, tuttavia pare che siano alcune caratteristiche di Claudia a rendere in diversi momenti critico il loro rapporto. Claudia si definisce insicura e ribelle e la sua esuberanza caratteriale la mette in difficoltà in diverse situazioni. Gianni vuole aiutare Claudia e lei vuole avere serenità nel rapporto con Gianni.

Per meglio esemplificare il lavoro fatto verranno descritte alcune sessioni per ogni fase del lavoro. Tale descrizione deriva dalle trascrizioni effettuate in tutte le sessioni.

Verrà portato il focus più in particolare su alcune coppie. Nelle prime sessioni, verranno trascritte le interazioni della coppia Giuliana e Giorgio in quanto nei primi incontri sembravano i più a rischio rispetto all'evenienza di lasciare il gruppo. Nei fatti si sono coinvolti e hanno da subito manifestato micro-trasformazioni.

In seguito, verrà introdotta la coppia Manuela e Pietro perché si sposeranno con rito religioso, a metà percorso, dopo 10 anni di matrimonio e perché prenderà forma l'espressione del lutto per la perdita della figlia.

I Sessione

- *Definizione del Contratto*
- *Definizione delle regole di gruppo*
- *Giro di presentazione (doppio fatto dal partner) e successive verbalizzazioni, integrazioni e rettifiche*

- *La nostra storia: racconta il primo episodio, la prima immagine che ritieni significativa per la tua relazione con...*

- *In inversione di ruolo col partner rispondere a 3 domande da parte dei compagni o del direttore*

- *In inversione di ruolo ciascuno sceglie un compagno a cui affidare un messaggio scritto al partner*

- *Lettura del messaggio nei propri panni ad alta voce, rientro nel gruppo*

- *Verbalizzazione conclusiva dell'esperienza*

Giro di presentazione (doppio):

Setting: seduti in cerchio

Giuliana in inversione con il marito Giorgio: *"Io sono un orso, oggi, è difficile parlare me."*

Giorgio in inversione con la moglie Giuliana: *"Sono Giuliana, sono la moglie dell'orso, ho 41anni, sposata da 17, anch'io faccio un po' fatica a fidarmi delle persone finché non le conosco abbastanza poi, mi lascio andare."*

Verbalizzazione, integrazione o rettifiche:

Giorgio: *"Sono d'accordo sul fatto di essere un orso, faccio fatica a parlare anche con lei."*

Successo mio o successo suo, dopo un po' riesco a comunicare. Vedremo più avanti."

Giuliana: *"Non ho fido delle persone. Prima che abbiano la mia fiducia ne deve passare (pausa) ho avuto delusioni e ho perso fiducia anche in me stessa."*

Direttore: *"Come è stato sentirsi presentato dal compagno/a?"*

Giuliana: *"Anche per me emozionante anche perché mi parla poco (pausa) molto calore, è stato strano sentirmi descrivere...la mia timidezza."*

Giorgio: *"Per me è stato quasi normale, me le dice queste cose, mi aspettavo di sentirmele dire."*

La nostra storia, il primo episodio, un'immagine...:

Setting: seduti su due sgabelli al centro del palcoscenico, gruppo seduto a semicerchio.

Giorgio: *"La sua timidezza che mi ha colpito rispetto ad altre ragazze che erano molto più espansive, (pausa) una bella ragazza."*

Doppio del Direttore → un'immagine che Giuliana mi dà...*"il viaggiare"*

Giuliana: *"La prima cosa impressa, quando un'amica mi ha presentata a lui, sempre presente questo amico, Luciano, se non fosse per lui, non saremmo qua."*

Doppio del Direttore → un'emozione che sento collegata a questo incontro *"l'emozione...non so (pausa)...non so come mai..."*

3 domande dei compagni di conoscenza della coppia:

Setting scambio degli sgabelli su cui erano seduti per favorire l'inversione di ruolo

Domande per Giorgio, a cui risponde Giuliana in inversione di ruolo

1) Pietro: *"Se non fosse stato per Luciano?"*

"No, la paura di sentirmi respinto per l'ennesima volta mi ha trattenuto."

2) Claudia: *"Non so, che infanzia hai avuto?"*

"Mah, momenti difficili ne ho avuti, lei mi ha aiutato."

3) Direttore: *"Ma com'era Giuliana? I suoi capelli, lunghi corti...qualche particolare..."*

"Sì, aveva i capelli lunghi e biondi... timida, molto timida."

Domande per Giuliana, a cui risponde Giorgio in inversione di ruolo

1) Manuela: "Tu Giuliana dici che lui è un orso e che è dovuto intervenire Luciano ma tu, cosa avresti fatto?"

"Io sì, io ho spinto Luciano, non lui."

2) Direttore: "Cosa ti piace dell'orso che è in Giulio?"

"Sa essere nonostante tutto divertente"

3) Roberto: "Giuliana, questo suo parlarti così poco, dopo tanti anni ti disturba ancora?"

"Questo è ancora motivo di tante rabbie e di difficoltà nel nostro rapporto, l'ho spinto io a partecipare a questi incontri... speriamo."

Messaggio scritto al partner in inversione:

Giuliana in inversione con Giulio scrive: *"Ricordati che ho sempre bisogno di te"*

Giorgio in inversione con Giuliana scrive: *"Vorrei ti fidassi di più delle persone"*.

Lettura nei propri panni dei messaggi

Verbalizzazione dell'esperienza di inversione:

Giuliana: *"Mah... strana."*

Direttore *"La cosa che più mi ha colpito è?"*

Giuliana: *"La stranezza."*

Giorgio: *"Particolare, interessante."*

In questa prima sessione tutte le persone, nelle varie attività, si presentano attraverso vari ruoli dando coloriture diverse alla loro personalità, alle aspettative, alle difficoltà.

Nella prima attività di presentazione attraverso il doppio fatto dal partner, non vengono forniti particolari elementi conoscitivi rispetto all'essere moglie/marito. Sono informazioni lasciate molto sullo sfondo.

L'altro ingrediente è stato quello assolutamente indispensabile di dare luogo ad accadimenti relazionali all'interno di un gruppo, in specifico, di tipo intersoggettivo (tramite la tecnica di sospensione della risposta), istituendo e agendo su delle bipolarità relazionali ruolo/controruolo ben distinte, entro spazi e tempi ben determinati.

Come primo incontro, le persone hanno sperimentato l'inatteso in un contesto di azione che ha stimolato, da subito, la dimensione della spontaneità.

Dalle verbalizzazioni emergono considerazioni varie, tutte legate all'inatteso. Vengono qui sotto riportate le espressioni usate da alcuni uomini del gruppo, perché, in qualche maniera la novità dell'esperienza ha corrisposto ad una novità anche rispetto al ruolo un po' passivo che forse si erano rappresentati un po' all'inizio. Il possibile retro pensiero maschile si può semplificare in: "Siamo qui per lei, noi non abbiamo problemi, siamo fatti così...".

Gianni: *"E' stato un modo simpatico per incominciare a parlare di cose che ci riguardano, una specie di simpatico imbroglio per farci parlare, così apertamente come è avvenuto, non avremmo parlato."*

Pietro: *"Proprio non mi aspettavo quello che abbiamo fatto, è stato bello, uno stare insieme certo non canonico, mi è piaciuto lo scambio dei ruoli, come capisci meglio..."*

Angelo: *"E' stata una serata positiva anche per me, mai però avrei pensato di fare questo gioco, gioco tra virgolette."*

Il Sessione

Contingenze: manca 1 coppia per problemi di famiglia, manca 1 partner per lavoro; il clima di partenza è di cordialità da parte di tutti e di curiosa attesa per quel che accadrà

- Giro di umori e pensieri legati al I incontro
- Attivazione psicomotoria "mettiamo ordine" su una linea continua per individuare età, data di nascita, luogo, gusti ...

- Atomo sociale di alcune caratteristiche "io sono una persona ..."

- Suddivisione in 2 sottogruppi (senza il partner nel gruppo) per farsi conoscere un po'...

- Un gruppo seduto di fronte all'altro, racconto della storia del compagno posto alla propria destra

- Verbalizzazione, integrazione, rettifiche

- Pozzo delle aspettative e timori

Pensieri sul primo incontro:

Giuliana: *"Rispetto al precedente incontro pensavo a qualcosa di più serio come si vedono nei film, pensavo di parlare un po' di più, era un giorno particolare, spero di sbloccarmi un po' di più."*

Giorgio: *"Sono rimasto colpito da 2 cose: le storie mi sono sembrate un po' mie e questo mi ha fatto piacere; la seconda cosa è che mi devo abituare, faccio fatica ad ascoltare perché penso a quello che devo dire io. E' una cosa mia."*

Attività socio metriche:

Direttore: *"Disponetevi lungo questa linea per la vostra data di nascita... per l'ora in cui vi alzate al mattino..."*

Atomo sociale: al centro, definirsi con una caratteristica : "Io sono una persona che..."

Attività di conoscenza in sottogruppo:

Nella restituzione tra i 2 gruppi, prima esperienza di inversione di ruolo con un compagno del gruppo.

La storia di Giuliana:

Gianni in inversione con Giuliana: *"Sono l'ultimogenita di 4 figli, 2 maschi e due femmine. Tra me e i miei fratelli ci sono molti anni di differenza. Sono molto legata a mia sorella che ha 15 anni più di me. Avevo 13 anni quando si è sposato il fratello più giovane che ha 10 anni più di me. Ero molto arrabbiata perché mi avevano lasciata sola con dei genitori che litigavano sempre. Mia mamma, una donna passiva, semplice, mio padre era un "padre padrone", si doveva fare solo quello che diceva lui. Sperperava denaro, andava da guaritori, da maghi, giocava, eravamo sempre in difficoltà. Faceva sfuriate incredibili. Da allora ho incominciato a dormire con mia mamma nel letto matrimoniale e a 14 anni ho dovuto andare a lavorare perché serviva il mio stipendio. Sono stata un'adolescente arrabbiata, schiva, non mi piacevo. Ho pensato al matrimonio come unica soluzione per avere una vita mia, una casa mia. Mio padre è morto da 10 anni ed ora mi occupo di mia mamma che abita insieme a me e a Giorgio."*

Domande dai compagni:

Claudia a Gianni in inversione con Giuliana: "Hai scelto un uomo molto diverso da tuo padre, cosa ti fa stare bene nello stare con lui?"

Gianni in inversione con Giuliana: "Mi fa sentire al sicuro."

La storia di Giorgio:

Pietro, in inversione con Giorgio: *"Sono sempre stato un tipo timido, schivo. Sono figlio unico, ho perso mio padre alcuni anni fa. Ho la mamma di 73 anni che devo accudire perché un po' malaticcia. Non sono mai riuscito ad esternare le mie emozioni, mi sono sempre sentito bloccato in casa mia. Non ricordo di essere mai riuscito a parlare con i miei genitori. Anche mio padre era un tipo molto silenzioso, posso dire che di lui so poco alla fine, le cose solite... Lo temevo anche perché non sapevo mai cosa pensasse di me. Mi spiace che sia morto senza che noi si sia riusciti ad avere un po' di avvicinamento."*

Domande dai compagni:

Massimo a Pietro in inversione con Giorgio: "Hai scelto una donna simile a te, in qualche modo, come ti fa sentire il fatto che anche con lei fai fatica a parlare?"

Pietro in inversione con Giorgio: *“Mi fa sentire non contento di me, mi sforzo ma poi non riesco a cambiare.”*

Verbalizzazione, integrazioni, rettifiche:

Giuliana: *“Mi ha fatto una certa impressione sentire la mia storia raccontata da qualcun altro, mi ha emozionata, sentire Gianni così preciso, come è stato attento... mi sono sentita ascoltata. No, non ho altro da aggiungere. E' vero che Giorgio mi fa sentire al sicuro...”*

Giorgio: *“Anche per me è stato molto particolare sentire qualcuno nei miei panni, e poi era come se mi conoscesse bene... ha capito come mi sento io, incapace di esternare, bloccato... no, non ho da aggiungere se non che Pietro è la seconda volta che lo vedo, che strano sentire familiarità dopo così poco...”*

Pozzo, i pensieri:

Giorgio: *“Interessantissimo sentire le storie di tutti, l'aver parlato un po' più di me. Sono preso dalle storie.”*

Giuliana: *“Sono riuscita a sbloccare questa cosa, sono partita.”*

Pozzo, i desideri:

Giorgio: *“Capire meglio me e Giuliana.”*

Giuliana: *“Aprirmi di più.”*

Pozzo, i timori:

Giorgio: *“Nessun timore.”*

Giuliana: *“Spero di riuscire ad andare avanti.”*

Vengono espresse, in generale, valutazioni positive sul primo incontro.

Hanno incominciato a lavorare su aspetti relazionali indipendenti dall'essere in coppia. Le persone hanno dimostrato capacità di ascolto e competenza nello stare in inversione di ruolo ed il gruppo ha incominciato ad avere una funzione ausiliaria. Anche in questa sessione le persone fanno emergere elementi del proprio Sé appartenenti ad aspetti individuativi, dove il ruolo di partner appare come correlato e sullo sfondo.

La riflessione che viene fatta tra le conduttrici è se si tratti di una manovra difensiva, con valore protettivo per la coppia o se il contesto così diverso stia mettendo in moto tentativi per affermare le rispettive differenze ad una distanza più neutra e meno interdipendente.

In generale, sono emersi nella sessione contenuti molto personali che stanno costruendo man mano il co-conscio gruppale. Giuliana e Giorgio, diversamente da quanto detto inizialmente, incominciano ad affidare al gruppo aspetti molto privati di sé.

Ciò che emerge dalla storia di Giuliana e Giorgio rimanda alle parole di P. Caillè citate a pag. 1 *“L'insicurezza nel quadro familiare, nell'ambiente sociale, nell'area professionale, nella cultura in generale, porta a conferire alla coppia un ruolo inaspettato di fiducia, la coppia deve portare la stabilità ed il sostegno...”*

Forse la coppia è anche il luogo della seconda possibilità *“non sono perfetto da solo ma forse in coppia...”*. Ciò che Giuliana rimprovera a Giorgio è qualcosa che lei stessa non ha: la socievolezza. Ritorna il mito della ricerca della metà perfetta della mela.

2.3.2 La fase centrale (dalla quinta alla dodicesima sessione)

Ha rappresentato il corpo principale del lavoro ed è stato il più esteso da un punto di vista temporale.

Se nella fase iniziale è stato usato un passo *“felpato”* nel promuovere movimenti dinamici sia rispetto al sé sia verso dimensioni interpersonali in quanto lo spirito dell'esperienza era di tipo pionieristico *“vediamo cosa succede... vediamo man mano dove si va a parare”*, con il consolidarsi del lavoro si sono resi possibili molti sviluppi.

Un'ipotesi iniziale era quella che le coppie, forse in modo implicito, già attraverso l'adesione alla partecipazione si

erano date il permesso e l'avevano dato a noi, ed indirettamente al gruppo, di trasgredire ai due diktat culturali che recitano: *“tra moglie e marito non mettere il dito”* e *“non si deve guardare dal buco della serratura”*.

Si è quindi permesso agli altri, mettendosi in gioco nel lavoro di gruppo, di poter *“mettere il dito”* dentro alla propria relazione.

E' come se il lavoro tra le coppie, dentro alle coppie e dentro ognuno di sé, avesse dunque nel corso degli incontri assunto la dimensione di una sorta di *spazio transizionale*, ossia di uno spazio dove far transitare le dimensioni soggettive per oggettivarsi, darsi forma, poter essere viste, guardate e ripensate.

Le persone hanno potuto agire ed interagire in modo insolito rispetto alla quotidianità. Questo ha permesso l'emergere di aspetti nuovi, di ruoli nuovi che hanno costituito motivo di sorpresa per la persona stessa e molte volte per il partner.

Il contesto ha favorito la dimensione dell'auto-osservazione, dell'osservazione del compagno/a e dell'osservazione da parte degli altri.

E' come se i singoli e le coppie avessero dato il permesso agli altri e a se stessi di guardare la propria coppia ed il proprio partner dal *“buco della serratura”*, osservare cosa fa l'altro, cosa dice, com'è in situazioni non conosciute.

Se gli altri mi rimandano un'opinione diversa da quella che io ho della persona che vive con me, è diversa perché questa persona gioca ruoli diversi dati dalla situazione insolita del lavoro di gruppo o è diversa perché generalmente io di lui/di lei vedo solo ciò che voglio vedere? Qual è la qualità di ciò che io vedo? Sono dentro alla soggettività, sono dentro ai dati di realtà...?

Si è reso altresì possibile guardare dentro al *“buco della serratura”* per osservare le altre coppie, per curiosare, per sentire le loro storie. Questo può aver permesso il passaggio dal piano dell'immaginazione su come sono gli altri, come stanno insieme le altre coppie, cosa fanno... al piano legato all'esame della realtà. Inoltre, l'essersi resi disponibili ad un lavoro con altre coppie, aveva già alla base, forse, il bisogno di sentirsi confortati dagli *“altri noi”*.

Non solo lo spazio scenico del *“qui ed ora”* si è configurato come *spazio transizionale* ma, in qualche misura, è stato anche uno *spazio transazionale*. E' come se inconsapevolmente siano avvenute transazioni inconsuete nella coppia e nel proprio teatro interno dati anche dalla possibilità di avere a disposizione il gruppo come *mondo ausiliario*.

Molti messaggi e passaggi sono avvenuti a diversi livelli di profondità.

Si è comunicato su di un piano nuovo, inconsueto, sulla scena hanno trovato posto ed hanno potuto prendere forma il passato, il presente ed il futuro...i genitori, il bambino che ognuno di noi è stato...

I modelli psicologici di cura della coppia, fanno prevalentemente uso dell'aspetto verbale e della dimensione cognitiva: che possibilità ci sono in tali contesti di accedere a piani fortemente emotivi quale quello connesso all'essere testimone dell'inversione di ruolo del proprio partner con un suo genitore o con il proprio sé bambino?

Quante possibilità riflessive ed emotive vengono offerte dalla riattualizzazione psicodrammatica del passato?

Il prosieguo dell'esperienza è andata confermando che gli **aspetti di arricchimento sono stati maggiori dei limiti** sopra descritti.

La maggiore qualità espressiva ed affettiva nelle dinamiche relazionali ha segnalato la convergenza di emozioni e di informazioni condivise che ha permesso al gruppo di strutturare il suo co-conscio. Un altro bagaglio

presente, percepibile dal clima emotivo e dalla tipologia di interazioni, è quello riferibile al co-inconscio gruppale.

Compagni con storie apparentemente non così vicine ma con dinamiche retrostanti in qualche modo riconducibili, hanno attivato una comunicazione emotiva che si è sentita "passare".

Attraverso il "qui ed ora" hanno preso forma sulla scena psicodrammatica anche elementi transgenerazionali che hanno potuto trovare in qualche modo una prima elaborazione.

Il ruolo di testimone offerto dal gruppo è una dimensione "terza" rispetto alle singole coppie che ha permesso in maniera indiretta lo svolgersi della funzione vicaria di "lo osservatore" andando ad integrare la dinamica di ruolo e controruolo.

Un altro aspetto dinamico è stato quello in cui le singole soggettività hanno iniziato a far emergere in maniera più chiara la natura delle proprie differenze all'interno delle coppie.

"La principale tematica presente in una relazione di coppia riguarda quindi i principi di connessione e di separazione, basati sul confronto delle differenze che inevitabilmente ogni partner racchiude in sé, al di là di quanto le irrealistiche aspettative ci possano far credere di essere uguali.

È infatti un meccanismo psicologico naturale quello di vedere inizialmente nel partner alcune caratteristiche che ci fanno sentire simili, compagni, e quello di dare un valore significativo a questi aspetti di somiglianza, che rimanga costante nel tempo. È quando poi si riscontrano le inevitabili diversità che l'incontro comincia a ristrutturarsi sul modo in cui queste differenze vengono gestite nella relazione, ovvero generando conflitto o viceversa andando a nutrire il legame affettivo in un modo nuovo.

Spesso però, anche a causa dei falsi miti che abbiamo individuato, è proprio sul principio della differenza che la relazione viene messa in discussione, anche se è altrettanto paradossalmente vero che solo attraverso il riconoscimento di queste differenze diventa possibile un contatto pieno e autentico con l'altro."⁹

V Sessione

In questa sessione, oltre che per la coppia di Giuliana e Giorgio, verranno riportati gli interventi relativi a Manuela e Pietro.

Nelle ultime 2 settimane, Manuela e Pietro si sono sposati con rito religioso dopo un matrimonio civile celebrato 10 anni prima; Manuela incomincia a mettere in scena e a dare forma al fantasma della figlia morta al settimo mese di gravidanza

- Aggiornamento della scorsa sessione per gli assenti
- Emozione connessa alle ultime due settimane, evento, episodio....
- Nella semi-oscurità, a partire dalle relazioni espresse nei racconti precedenti, recupero di una relazione significativa, di un Altro significativo.....
- Invito delle persone evocate ad essere presenti tutte nella stanza, inversione di ruolo
- Ogni compagno, in inversione di ruolo, sceglie chi deve essere intervistato
- Messaggio scritto da lasciare da parte di ogni Altro significativo al proprio controruolo.

• Sharing

Aggiornamento:

Manuela: "Sono accadute tante piccole cose; per come ero fatta io, mi avrebbero rovinato la giornata di matrimonio. Invece eravamo io e lui; ho sentito un attimo

questo disturbo, poi via. Io e Pietro uniti di cuore e non di testa. Mi sono sentita aperta."

Pietro: " Meravigliato per la grande emozione per l'avvenimento. Pensavo di sentirmi più indifferente. Invece mi sono sentito rivoltato, ho trovato l'essenza, ho sentito serenità, ho sentito l'importanza di quel che stavo facendo."

Giorgio: "Sono stati giorni positivi, ho pensato all'uscire con gli amici, cosa che ormai facciamo raramente. Hanno figli, li vedo crescere belli, grandi, un'amica mi dà gioia. Serata bella."

Giuliana: "Sì, anche per me positiva, mi ha fatto sentire che gli amici sono veramente, veramente, veramente pochi e bisogna tenerseli d'acconto. Se hai bisogno ti possono aiutare; ho avuto bisogno e un amico mi ha davvero aiutata."

Attività di recupero di Altri significativi:

Manuela sceglie la figlia Angelica

Pietro sceglie la moglie Manuela

Giuliana sceglie il papà Ernesto

Giorgio sceglie il nonno Aldo

Ogni persona del gruppo è in inversione, ognuno si presenta brevemente.

A turno, un compagno, in inversione, sceglie qualcuno da conoscere più approfonditamente.

Gianni, in inversione col figlio Walter, sceglie Pietro in inversione con la moglie Manuela.

Direttore: "Tu Manuela conosci bene questa situazione, che effetto ti fa vedere gente che non conosci?"

Pietro/Manuela: "Curiosità"

Direttore: " Come mai Manuela, Pietro ti ha chiamata qua?"

Pietro/Manuela: "Pietro mi compensa bene, ci aiutiamo. Io sostengo Pietro e lo richiamo al suo ruolo, vedo segnali positivi, gli faccio notare che è importante per suo figlio quando magari lui non si accorge più di tanto.

Katia, in inversione con la mamma, sceglie Manuela in inversione con la figlia Angelica

Manuela/Angelica: "La mamma mi ha fatto venire qui, mi perdona anche perché io l'ho aiutata a crescere. Si è riscaldato il rapporto con papà; ho fatto fare un salto grande a mio fratello Giacomo. E' servito anche a lei.

Pietro, in inversione con la moglie Manuela sceglie Giuliana in inversione col padre Ernesto

Giuliana piange a lungo, poi inizia a parlare

Giuliana/Ernesto: "Giuliana mi voleva più presente, sono stato un padre mancante, un cattivo padre".

Direttore: Mi dà 3 aggettivi per descriversi ancora di più come padre?

Giuliana/Ernesto: " padre padrone, assente, distante, ho sempre fatto fatica a parlarle."

Direttore : " Come vede sua figlia Giuliana.?"

Giuliana/Ernesto : " sensibile, timida, importante per la mia vita.

Flavia in inversione col marito Roberto sceglie Giorgio in inversione col nonno Aldo

Giorgio/Aldo: "Penso che Giorgio mi abbia chiamato perché sono stato un ottimo nonno. Giorgio ha sempre passato tanto tempo con noi, gli insegno cose che nella vita futura potranno servire"

Direttore: " Ad esempio?"

Giorgio/Aldo: "Accogliere le persone col sorriso sulla bocca, non avere pregiudizi. Ho seguito Giorgio fino ai 17 anni, poi c'è stato un po' di distacco. Penso di aver fatto un buon lavoro con mio nipote."

Messaggio scritto dall'Altro significativo:

Messaggio per Monica dalla figlia Angelica: "Cerca di stare bene, ce la farai"

⁹ Giada Bruni - Raffaele Frisone (2009),... e vissero quasi sempre felici e contenti ...Op. cita

Messaggio per Pietro dalla moglie Manuela: "Io ti starò vicina"

Messaggio per Giuliana dal padre Ernesto: "Perdonami"

Messaggio per Giorgio dal nonno Aldo: "Animati"

Sharing:

Giuliana: "è stata un'esperienza fortissima, mai avrei pensato di parlare con mio padre, di fare queste cose ma sento che mi è servito, mi sento come liberata, da tempo facevo fatica ad andare al cimitero.....mi sento colpita dalle cose che ho sentito anche da parte degli altri.."

Giorgio: "anche per me ritrovare mio nonno..... almeno è stata una persona della mia famiglia, un uomo con cui sono stato bene, lui vedeva delle cose buone di me..... mi colpisce la confidenza con cui si parla qui, come è possibile che si dicono cose così personali e in fin dei conti questa è la quinta volta. Mi ha colpito Ginevra"

Manuela: "ho voluto portare qui Angelica perché sento che è sempre con me e ho voluto farle vedere cosa sto facendo"

Pietro: "Questa per me è un'esperienza di profondità.....sento che ho bisogno di mia moglie, lei mi fa vedere tante cose...."

Questa sessione è stata molto coinvolgente per tutti.

La semi realtà è stata densa di anime presenti sulla scena con forte partecipazione da parte di tutti. L'inversione di ruolo con le figure evocate e presentificate ha permesso incontri significativi.

La magia dello psicodramma ha caratterizzato questi momenti come connotati da forte sacralità. Un silenzio ed un'attenzione intensa hanno accompagnato ogni tipo di espressione. Molti messaggi e passaggi sono avvenuti a diversi livelli di profondità. E' stato il luogo dove importanti relazioni connesse ad Altri Significativi che nella realtà non ci sono più, hanno potuto riavere voce.

Manuela ha fatto emergere all'attenzione degli altri, il suo essere in coppia con la figlia morta e come sia coinvolta nell'elaborazione del perdono verso la figlia per averla lasciata e di come abbia bisogno del permesso della figlia per continuare ad andare avanti, oltre al lutto. Pietro ha richiamato in inversione di ruolo la relazione con la moglie Manuela, esprimendo il suo bisogno di sentirsi sostenuto dalla responsabilità dell'essere padre e marito adeguato. Giuliana, ha fatto emergere i problemi di comunicazione di cui ha sofferto con il padre e Giorgio ha richiamato il bisogno di approvazione e di adeguatezza ricevuti dal nonno.

VIII Sessione

Contingenze: Assenti 3 coppie - dalla sesta sessione per motivi familiari, Claudia e Gianni non partecipano.

- *Aggiornamento - situazione di ognuno*
- *Scultura di ogni compagno rispetto a quanto percepito in fase di aggiornamento*
- *Scelta della scultura*
- *Colloquio tra i 2 compagni con dinamica intersoggettiva*

- *Integrazione nella scultura del/della partner*
- *verbalizzazione*

Aggiornamento - situazione di ognuno:

set: seduti a semicerchio, due sedie poste davanti al semicerchio, chi aggiorna si siede su una sedia, l'altra, per il momento resta libera.

Manuela: "E' un periodo pesante fisicamente e psicologicamente. Sono a casa dal lavoro da 2 settimane perché c'è poco lavoro. Venerdì scorso ho partecipato al consultorio... ad una serata. Alcuni operatori del consultorio ci avevano seguiti per la gravidanza e stanno seguendo un progetto per chi come noi ha avuto un lutto. Eravamo in

tanti, come noi ed è stato utile sentire le loro storie, parlare con altri.

Non sono così cattiva come mi sento quando vedo passare una donna incinta; sento che mi dà fastidio la donna con la pancia. Mi sento però apatica in questi giorni...

Direttore al gruppo: "Ora il compito spetta ai tuoi compagni in quanto dovranno rappresentare una scultura con il loro corpo che esprimerà quello hanno sentito rispetto a quanto tu hai raccontato.

Tu sceglierai quella che sentirai più adeguata... pronti e via!"

Tutti fanno la loro scultura tranne Fulvia che non riesce, Fulvia dice: "Ho troppe sensazioni che ci accomunano, non ce la faccio."

(Fulvia è una donna che ha dovuto ricorrere all'inseminazione artificiale per avere la bambina che ha e successivamente non è più riuscita ad averne altri, nel gruppo riporta il suo star male psicologicamente per cui ha intrapreso psicoterapie varie. Ripete frequentemente il suo non sentirsi all'altezza come madre, nel non sapersi prendersi cura di qualcuno, neanche del cane.)

Manuela sceglie Fulvia

Direttore a Manuela: "ho scelto te Fulvia perché..."

Manuela: "perché faccio anch'io mille sospiri, perché non so bene cosa fare"

Direttore: "sentiamo Fulvia per sentire cosa voleva esprimere"

Fulvia: "il bisogno di far uscire la pressione emotiva a cui Manuela è sottoposta, liberarsi senza riuscirci molto".

Direttore, doppio a Fulvia: "Di te Manuela ho capito che..."

Fulvia: "Che hai sofferto"

Direttore a Fulvia: "rifai il gesto, la posizione a cui avevi provato a dare forma..."

Direttore a Pietro, marito di Manuela: "e chiedo a Pietro di aggiungersi a Flavia, di trovare una posizione, un modo in cui mettersi in relazione.

Pietro tiene Flavia vicina prendendola per le spalle.

Aggiorna il marito Pietro:

Pietro: "tutto bene, una settimana al lavoro di aggiornamento. La cosa principale è stata la serata al consultorio, molte emozioni. Sono andato sul sito "Ciao, Lapo". Sono entrato in un vortice nel leggere le esperienze degli altri..."

Doppio del direttore: "l'emozione più forte è....."

Pietro: "me in ospedale, l'attesa, gli altri padri camminavano nell'attesa di un figlio, io no. Io ho perso la spensieratezza, mi era sempre andato tutto bene, lì ho perso la mia positività. Ora porto con me una campanellina che mi hanno dato lì, con un suono sordo, il suono sordo mi comunica che devo fare qualcosa, rendere la vita migliore a qualcun altro oltre che a me.

Giuliana, moglie di Giorgio, non ce la fa ad assumere una posizione, fa fatica.

I compagni fanno una scultura- specchio per Pietro. Pietro sceglie Giorgio che con le mani si portava un pugnale al cuore.

Doppio del Direttore: "ho scelto te Giorgio perché..."

Pietro: "Il movimento mi ha colpito anche se non è quello che provo. Tu hai fatto una pugnalata nel cuore. Forse la sensazione legata alla nascita di nostra figlia.

Giorgio: "sì, quando ho sentito il racconto di te in ospedale è come se avessi sentito una pugnalata e l'ho risentita anche per la sera in cui sei andato al gruppo con persone come voi"

Doppio del Direttore: "quello che ho sentito di te è..."

Giorgio: "che ci vorrà ancora tanto tempo per tutte e due, terrete poi in un cassetto quello che è stato però la strada ora mi sembra ancora lunga"

Direttore a Pietro: "rifai il movimento... e Manuela si aggiungerà mettendosi in relazione con il suo corpo"

Manuela ferma la mano di Giorgio mentre simula di pugnalarsi il cuore. Incrocia le sue dita con quelle della mano di Giorgio e le due mani restano intrecciate.

Aggiorna Giuliana:

"Sono stata a conoscere un cuoco, ho comperato i suoi libri. Il lavoro va meglio, lo faccio senza pensare a chi mi crea problemi. Un po' di problemi con Giorgio, non capisce cose mie ma magari lavorandoci su.."

Doppio del Direttore: "una cosa che non capisce è..."

Giuliana: "che vorrei andare, andare, fare, andare lontana... in Australia ad es."

Doppio del Direttore: "Vorrei andare lì perché?"

Giuliana: "Perché è grande, scoprire, ho voglia di fare troppe cose, prenderei 4 stracci e anche senza meta vorrei un giorno andarmene. La mia vita mi sta troppo stretta, non avendo figli non ho tanto da fare, ma te ed io, io e te, non mi basta più..."

I compagni fanno una scultura- specchio per Giuliana. Giuliana sceglie la statua di Pietro che tiene le braccia come a stringere, a serrare...

Giuliana a Pietro: "Ho scelto te perché... boh... ora ho capito, ora ci sono arrivata, stringere, mi sta tutto stretto"

Doppio del Direttore: "Quello che ho capito è?"

Giuliana: "Che non voglio più una vita monotona, lavoro, casa, vorrei più amici, io non ho figli, ho più tempo per fare cose diverse. Vorrei più di tutto."

Direttore a Pietro: "Quello che io ho voluto rappresentare è?"

Pietro: "Ho voluto rappresentare una casa compressa."

Direttore a Pietro: "Riproduci la statua."

Direttore a Giorgio (marito di Giuliana): "Mettiti nella posizione e nella relazione che senti adeguata per te con la scultura/specchio di Giuliana."

Giorgio si appoggia alla schiena di Pietro.

Giuliana, concitata, con la mano alzata dice a Giorgio: "Ma che cavolo, ma che fai?"

Aggiorna Giorgio:

"E' un periodo strano, ne ho piene le scatole per il lavoro. Arrivo la sera stressato. Faccio una vita più tranquilla rispetto ad un po' di tempo fa, stiamo molto a casa. Vorremmo fare qualcosa insieme ma poi non si fa. Non c'è l'occasione, riuscire a passare una domenica fuori casa. Giuliana non sta benissimo"

Doppio del Direttore: "Il fatto che non stia bene mi fa sentire?"

Giorgio: "Un po' impotente, non penso io possa fare qualcosa (pausa), mia madre mi telefona sempre, vorrebbe con me un rapporto più intenso... è troppo interessata a me. Mi dice "ricordati che hai una mamma".

Doppio del Direttore: "L'emozione che sento quando mia mamma mi dice "ricordati è...?"

Giorgio: "Non sento emozione, aspetto a chiamarla, ritardo e non so perché, non lo so, magari riuscire a parlarle è già qualcosa."

I compagni fanno una scultura che rappresenti una scultura- specchio per Giorgio. Giorgio sceglie Manuela che tiene un telo teso davanti a sé.

Giorgio sceglie la scultura di Manuela

Giorgio: "Scelgo Manuela."

Doppio del Direttore: "Scelgo Manuela perché...".

Giorgio: "Perché il muro mi rappresenta, magari parlarne può servire a buttarlo giù."

Doppio del Direttore: "Per me il muro è..."

Giorgio: "Ciò che mi divide dagli altri, da Giuliana, da mia mamma, da chi mi vuole bene. Io mi dico: "sono fatto così"."

Direttore: "Vuoi aggiungere qualcosa?"

Giorgio: "No, ho già parlato troppo."

Direttore a Manuela: "Quello che io ho voluto rappresentare è?"

Manuela: "Mantenere le distanze."

Direttore a Manuela: "Quello che ho capito di te Giorgio è..."

Manuela: "Ora ti stai facendo delle domande."

Direttore a Manuela: "Riproduci la scultura."

Direttore a Giuliana: "Mettiti nella posizione e nella relazione che senti adeguata per te"

Giuliana prende tempo, osserva poi si posiziona davanti a Manuela mettendosi le mani sugli occhi.

Doppio del Direttore: "Le mani sugli occhi per me rappresentano..."

Giuliana: "Mi fa stare male, preferisco non vedere."

Verbalizzazione finale

Giuliana "Quando Giorgio si è messo sopra Pietro ho provato oppressione, come costringermi a stare in una scatola chiusa, non farmi muovere, non farmi andare ad esplorare. Non è stato bello."

Giorgio: "Giuliana ha capito, io ho gli occhi chiusi davanti al muro. Per Giuliana io volevo accentuare quello che ha fatto lei per come si sente. Mi fa pensare parecchio quello che ho sentito."

Manuela: "Non ho capito bene quello che fatto Roberto quando io facevo la scultura per sua moglie Flavia (racchiusa su di sé). Ho avuto la sensazione che lui mi appesantisse. Quello che mi ha fatto stare male è Flavia, ho fatto la scultura, ho fatto quello che ho fatto ma stavo male".

Pietro: "Eh sì, è un colpo che arriva sempre nel cuore, il male dipende dai periodi. Manuela so che avrebbe fatto così, mi fa tenerezza."

Rispetto alla scultura di Flavia per Manuela, io la volevo sostenere. Mi ha fatto tanta tenerezza Roberto che cercava uno spiraglio che non trovava nella scultura fatta da Manuela per sua moglie Flavia."

Direttore al gruppo. "Facciamo un altro giro sempre sugli specchi ricevuti."

Giorgio: "Sono un po' chiuso ancora, come mi ha fatto capire Giuliana."

Giorgio si confonde tra la statua fatta per lui da Manuela con quella di Pietro per sua moglie Giuliana, è in difficoltà: "Non mi ricordo..."

Giuliana: "All'inizio mi sentivo perplessa, poi Pietro mi ha fatto sentire rispecchiata davvero".

Manuela: "Flavia mi ha detto che abbiamo cose in comune, anch'io sto con chi ha sofferto come me. Spero che chi mi sta vicino spera che io cambi."

Pietro: "Inizialmente non avevo capito il gesto di Pietro, quello che mi è successo non è stata una pugnalata. E' un tale miscuglio di cose, di domande ancora senza risposte."

In questa sessione, densa di tecniche e funzioni psicodrammatiche, si sono attivati tanti movimenti psicologici nei partecipanti.

Per il mini protagonista è stata data la possibilità di **vedersi e sentirsi rispecchiato** da un compagno del gruppo andando a promuovere una relazione telica. Il compagno-medium ha permesso col suo dare forma allo stato psicologico osservato ed intercettato, di creare un **vincolo percettivo** che è andato a stimolare la **funzione auto-riflessiva** del protagonista. Con l'integrazione successiva del partner, si è determinata la possibilità dell'**essere testimone** di cosa succede alla propria relazione a partire da quello che il proprio stato emotivo suscita conseguentemente nel partner.

Per il partner, è stata fornita la possibilità di essere dapprima **testimone** dell'emozione portata dal proprio compagno/a e intercettata e rappresentata. Questo ha

permesso di promuovere una **dimensione empatica** e attivare la **funzione riflessiva**. Successivamente è stata promossa l'azione rendendo esplicita la qualità della relazione (attraverso la posizione scelta) come risposta al partner.

Per il gruppo, è stata promossa la possibilità di identificazione attraverso i tanti **rispecchiamenti**. Anche la tecnica del doppio ha attivato un'altra possibilità identificatoria andando a sensibilizzare competenze empatiche.

XI sessione

Assenti Manuela e Pietro. Claudia e Gianni non partecipano più dalla sesta sessione.

- aggiornamento
- attività psicomotoria
- domande tra coppie (il consulto)

Attività di aggiornamento

Attività di riscaldamento psicomotorio

Il Consulto

Direttore: "Vi ho fatti scaricare un po' perché ora dovete stare seduti. Mettetevi in coppia e ogni coppia si prenda uno spazio in cui mettersi.

Siccome siamo sul finire di questo percorso, avete avuto modo di conoscervi come persone ma anche come persone nella coppia. Vorrei che ogni coppia scrivesse una domanda, un dubbio, un qualcosa che sentite di voler affidare al gruppo su cui poi gli altri possano dire la loro.

Qualcosa su di voi come coppia."

Il direttore distribuisce carta e penne. Le coppie trovano una loro collocazione e scrivono.

Direttore: "ora mettetevi seduti in cerchio, un cerchio posizionato su un lato del tappeto. Una coppia lascerà la sua domanda al gruppo. Chi vuole iniziare?"

Iniziano Angelo e Maria, scelgono un compagno del gruppo a cui lasciare la domanda che verrà letta ad alta voce, poi si posizionano di lato e vengono coperti da un telo.

Il direttore abbassa le luci

Domanda: "Come vedete la nostra coppia?"

Direttore: "Voi siete esperti, potete dire qualcosa di loro, li avete conosciuti bene in questi mesi, siete competenti di coppia. Ognuno del gruppo dovrà dire la sua."

... ..

Giuliana e Giorgio: lasciano la domanda a Roberto: "Come ci vedete dopo tanti anni di matrimonio senza figli?"

Katia: "Bene, affiatati, 2 ragazzini, fidanzatini"; **Roberto:** "Lei era chiusa, timida, non aveva fiducia negli estranei, è molto cambiata, anche l'orso bruno si è sbloccato..."; **Massimo:** "Lui sembra molto introverso ma ha i suoi lampi che lo rendono simpatico."; **Pietro:** "Hanno trovato stimoli diversi non avendo figli."; **Angelo:** "Noi figli non ne abbiamo, ma se c'è amore..."; **Flavia:** "E' difficile in una coppia accettare di non avere figli, loro sono stati bravi a stare insieme nonostante questo, hanno un buon affiatamento. Io lo vivo come donna, avere voglia di avere un figlio e non poterlo avere. Come donna lo si sente in modo particolare..."; **Roberto:** "Anche per un uomo non è semplice anche se capisco che per una donna sentirsi dentro un figlio è diverso."; **Flavia:** "Una donna tutti i mesi ha le mestruazioni."

Direttore: "Scegliete il portavoce e date una sintesi a quanto avete detto."

Giuliana e Giorgio raggiungono il gruppo

Portavoce Roberto: "Il gruppo dice che siete una bella coppia, ancora ragazzini. Come vi vediamo senza figli? Vi volete bene ed avete trovato un equilibrio...Giorgio, non so che percorso avete fatto...non mollare se te la senti, tenta..."

Direttore: "Vi riaccomodate in un cerchio più ampio... facciamo un primo giro rispetto a quanto è stato detto, al messaggio che ogni coppia ha ricevuto dal gruppo"

Rialza le luci

Coppia Katia e Massimo: **Katia:** "Io mi ero dimenticata della prima volta qui, mi sembra tanto lontana, Massimo ha contribuito a farmi ricordare..."; **Massimo:** "Io devo ringraziare il gruppo per come sento che ha aiutato la nostra coppia. Esperienza nuova e positiva per noi. Ha guardato anche me a guardarmi dentro per cose che non riuscivo ad esprimere. Esperienza da raccontare, da vivere, da indicare."

Coppia Flavia e Roberto: **Flavia:** "Mi ha fatto strano sentire il gruppo parlare della mia coppia. Il gruppo mi ha aiutato a vedere Roberto in un altro modo, a vederne il lato positivo. Io sono pessimista..."; **Roberto:** "Positivo, sentire le opinioni mi è piaciuto, è stata una strada giusta, all'inizio l'avevo detto come timore che non potesse essere la strada giusta. Mia moglie è cambiata. Io all'inizio ero un po' perplesso, non è che parlo facilmente, lo faccio quando mi trovo bene. Qui mi sono trovato bene, lo farei un'altra volta se si può."

Coppia Giuliana e Giorgio: **Giuliana:** "A livello personale mi ha aiutata tanto, capire tante cose, lasciare andare il passato e vivere il presente. Io ho avuto defaillance nel mondo del lavoro...ci sono arrivata tardi a 42 anni, ora me ne frego, li ho mandati al diavolo."

Direttore: "Giuliana, rispetto alle cose dette sulla vostra coppia?"

Giuliana: "Sì. Ho fatto due volte la fecondazione assistita, ora non me la sento più per tutto ciò che ne consegue. Tanti non credono che io e Giorgio stiamo insieme da 24 anni, ci vedono così, fidanzatini, io mi sento così coi nostri alti e bassi. Siamo cresciuti con valori che ci hanno segnato. Giulio è un orso bianco, non più bruno"; **Giorgio:** "io ripeto ciò che ha già detto Giuliana, il piacere di essere visti come fidanzatini questo è ciò che mi ha colpito di più. Per il bilancio del percorso abbiamo ancora tempo..."

Coppia Maria e Angelo: **Angelo:** "Simpatico ciò che abbiamo fatto. Io sono come Roberto, se non conosco nessuno o non mi va a genio, sto lì. Vi ringrazio per ciò che avete detto, per me è così. Lei è davvero molto cambiata."; **Maria:** "Come persona io sono timida, io devo prenderci la mano, purtroppo io sono una negativa su tutto, ho dato fiducia in passato, temo di essere scottata...qui sono stata bene, mi sono aperta..."

Direttore: "Ora, altro giro. Ciascuno racconta come si è sentito nel discutere in gruppo su di un'altra coppia, partiamo da Giuliana."

Giuliana: "Molto bene perché mi sento bene io, mi sento diversa, cresciuta, avrei detto direttamente le cose agli interessati, perché direttamente le cose mi fanno stare bene, prima per fare parte di un gruppo dovevi magari stare zitta..."; **Giorgio:** "Io ho preso coraggio con un po' di difficoltà, dare consigli per me è difficile, sento che lo è stato di più rispetto a Giuliana."

... ..

Direttore: "Ora camminate e mentre camminate guardate chi incontrate, dopo aver messo una mano sulla spalla di un compagno gli dite quello che volete."

"Ora. Ogni volta che incontrate qualcuno, dite qualcosa su di voi..."

Direttore: "Cerchio, chi vuole andare in mezzo?...Pendolo..."

Come già espresso in precedenza, in questa sessione in particolare si evidenzia come gli specchi forniti dalle altre coppie sulla propria coppia e sul proprio partner hanno favorito il potersi guardare dal di fuori e di poter quindi ripensare alla propria visione dell'altro e della coppia.

Giuliana e Giorgio si erano definiti inizialmente come poco competenti nelle loro capacità relazionali, dichiarando nel contempo la loro diffidenza rispetto agli altri. E' curiosa la richiesta che pongono al gruppo "Come ci vedete come coppia, cosa pensate di noi?". Questo rimanda ad un fattore citato da Yalom che fa riferimento all'universalità:

*"Nonostante la complessità dei problemi umani, determinati denominatori comuni sono chiaramente evidenti e i membri di un gruppo percepiscono rapidamente le somiglianze... forse il segreto più comune è la convinzione di ognuno della propria fondamentale inadeguatezza, la sensazione che se gli altri potessero realmente vederlo, verrebbero a conoscenza della sua incompetenza."*¹⁰.

L'assenza del giudizio e l'accettazione della **verità soggettiva** da parte del gruppo ha favorito il lasciarsi andare e recuperare aspetti di spontaneità. Il lavoro di gruppo ha favorito in Giuliana e in Giorgio aspetti di apprendimento interpersonale e lo sperimentare una condizione emotiva correttiva.

A questo proposito, sempre Yalom afferma: "Abbiamo bisogno di sperimentare fortemente qualcosa, ma abbiamo anche bisogno attraverso la nostra facoltà di ragionamento di comprendere le implicazioni di quell'esperienza emotiva... tanto più il gruppo si concentrerà sul qui ed ora, tanto maggiore saranno la sua efficacia ed il suo potere... ma perché il concentrarsi sul qui ed ora sia terapeutico, deve avere due componenti: i membri del gruppo devono viverli l'un l'altro nel modo più spontaneo sincero possibile e devono in seguito riflettere su questa esperienza"¹¹.

2.3.3 La fase conclusiva (dalla tredicesima alla quattordicesima sessione)

Il termine del percorso era un termine previsto. Non c'era da parte nostra un punto di arrivo prestabilito; è sempre stata molto presente un'attività di osservazione e di riflessione sui contenuti e sul processo, favorite in questo, dalla co-conduzione che ci ha permesso di essere alternativamente dentro e fuori.

Abbiamo stimolato la dialettica dei "tempi" del gruppo: è stata promossa la costruzione dell'alleanza di gruppo, la possibilità di espressione delle individualità e delle differenze tra le persone e nella coppia, per arrivare a dare uno spazio nuovo o forse semplicemente rivisitato della relazione di coppia con l'intento di creare attenzione per il bisogno proprio e per quello dell'altro, consentendo di spostarsi fuori di sé e riflettere sulla relazione.

Nelle ultime sessioni abbiamo promosso attività di auto-osservazione della coppia attraverso gli specchi offerti dal gruppo così come nell'attività centrale della sessione sotto trascritta, abbiamo introdotto elementi di riflessione rispetto alla coppia reale e alla coppia rappresentata.

XIII sessione

Sono assenti la coppia Fulvia - Roberto, Maria - Angelo

- *aggiornamento con doppio*
- *l'immagine simbolica della relazione di coppia*
- *sharing*

Aggiornamento

Musica sottostante, camminata libera

Direttore: "Andate con la mente agli ultimi 15 giorni e visualizzate dentro di voi vostra moglie/marito..."

Cercate i momenti, le immagini che spontaneamente vi vengono... ora le coppie si siedano vicine in cerchio... partiamo da Roberto... Roberto mettiti alle spalle di tua moglie e con un doppio entri nei suoi panni e dici cosa di

questi ultimi quindici giorni a Manuela è piaciuto di sé e cosa no."

Roberto/Manuela: "Mi è piaciuto creare oggetti in argilla visto che ho non lavoro più e sono fiera perché ho dovuto fare anche lavori al posto di Pietro visto che aveva mal di schiena. Una cosa che non va bene è che faccio fatica ad apprezzare quello che faccio e mi faccio condizionare dall'ambiente ex lavorativo."

Giorgio/Giuliana: "Sono fiera di aver detto a Giorgio l'altra sera che mi sento più tranquilla quando discutiamo. Adesso riesco ad essere più serena, non parto sul litigio... Una cosa negativa è che volevo iniziare a fare una cosa ma non sono ancora pronta..."

Manuela/Roberto: "Partiamo con il negativo: il lavoro mi rende nervoso e disattento a casa, scatto per le piccole cose. Di positivo... sono soddisfatto... mi sto ridando dei tempi che prima non avevo, mi sento eccitato ad organizzare la "non vacanza" che faremo!"

Giuliana/Giorgio: "Sono stanco perché mia mamma è stata operata... Una cosa positiva è che Giuliana ha fatto un corso per cui era entusiasta, si sta dando degli interessi suoi anche se poi mi coinvolge. Mi ha proposto un piccolo cambiamento nella nostra vita quotidiana e mi è piaciuta."

Direttore: "Ora facciamo un altro giro così ognuno ha modo di rettificare, integrare, dire la sua..."

Direttore: "Facciamo un giro per capire come vi trovate ad entrare nei panni dei vostri/vostre compagne di vita..."

Giorgio: "Non mi piace entrare nei panni degli altri ma mi piace essere raccontato"; **Giuliana:** "Mi è piaciuto, mi è stato più facile rispetto ad un tempo raccontare di lui, facendo questi incontri ho imparato come a vederlo da fuori e questo mi facilita anche nel rapporto con lui."; **Pietro:** "Io preferisco raccontare di me direttamente, sentirsi raccontare è una sorpresa, mi chiedo ogni volta cosa trasmetto agli altri e a Manuela. Mettermi nei suoi panni però mi è venuto spontaneo, naturale."; **Manuela:** "Quando Pietro parla e mi è vicino faccio fatica a concentrarmi su ciò che dice perché mi distraigo con il contatto... però mi è stato difficile parlare di lui."

Attività psicomotoria

La metafora della relazione di coppia

Luci basse, sdraiati sul tappeto... Immagine guidata.

Direttore: "Mettetevi comodi perché è importante vi sentiate a vostro agio, se vi aiuta a concentrarvi chiudete gli occhi, stasera proviamo ad esplorare il vostro terzo. Cos'è? E' ciò che va al di là di me e di te, mi riferisco alla vostra relazione, che è qualcosa di più e di diverso dalla somma di voi due, è ciò che ha preso forma al vostro fianco."

In che cosa sentite che il vostro rapporto è unico e si distingue dalle altre relazioni?

Pensate all'immagine che più lo rappresenta... c'è una condizione che vi do: pensate per il vostro partner ad una forma animale, vegetale, minerale, non importa cosa, ad eccezione di un essere umano.

Anche voi datevi una forma non umana, leggera o pesante che sceglierete liberamente nell'universo.

Le forme possono nascere all'improvviso nel vostro pensiero, possono farsi attendere qualche secondo o minuti. Ciò non ha importanza. Quando avete in testa queste forme, guardatele, seguitele con gli occhi. Osservate come si posizionano l'una rispetto all'altra. Com'è l'ambiente? La stagione? L'ora? L'atmosfera?"

Luci rialzate, seduti in cerchio, coppie vicine.

Condivisione:

Direttore: "Partiamo da Pietro che ci racconta cosa è venuto..."

Pietro: "Mi sono visto come un cavallo e Manuela un uccellino che mi vola tra le orecchie... è l'imbrunire, siamo in un bosco e c'è nebbia"

¹⁰ I. Yalom (2005), Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo, Opera citata

¹¹ I. Yalom (2005), Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo, Opera citata

Manuela: "Pietro è un mestolo di legno ed io una ciotola di vetro trasparente...il mestolo è dentro la ciotola. C'è un tavolo con tutti gli ingredienti."

Katia: "Mi è apparso un girasole come Massimo ed io una farfalla bianca che gli gira intorno, siamo al mare."

Massimo: "Io terra, lei acqua, sole e luna, c'era sempre uno scambio nel bagnasciuga."

Giorgio: "Mi è venuto in mente l'oro. Siamo tutte e due un blocco d'oro... forse per il tempo che stiamo insieme... sullo sfondo un'alba o un tramonto d'estate."

Giuliana: "Sole e luna uniti, io sole e lui luna che si uniscono e come paesaggio una nuvolona al tramonto piena di colori."

Direttore: "Ogni coppia si dia un numero da 1 a 3..."

Manuela e Pietro

Manuela protagonista:

1) presa in carico:

Manuela si porta al centro del palco, i compagni in auditorio

2) costruzione della scena:

Direttore: "Costruisci la scena per come puoi con tutto ciò che abbiamo a disposizione..."

Manuela: mette un telo a terra come tavolo con contenitori vari come ingredienti da cucina, prende un altro telo per se stessa.

3) popolamento della scena:

Direttore: "Scegli tra i compagni chi possa essere il tuo Alter Ego, chi il mestolo, chi il tavolo..."

Manuela sceglie Giorgio come Alter ego, e come io-ausiliari Giuliana (tavolo) e il marito Pietro (mestolo).

Posizione sé, ciotola, a terra con il telo steso intorno come per cingersi, Pietro/mestolo in piedi in posizione obliqua in movimento circolare.

4) azione scenica:

Direttore: "Che tipo di ciotola sei?"

(Manuela) **ciotola:** "Sono una ciotola trasparente e sto bene perché il mestolo è dentro di me, lui è di legno e non mi rompe. Però io sono di vetro, sono in equilibrio."

Domanda al mestolo:

Direttore: raccontami qualcosa di te:

(Manuela) **mestolo:** "Non so bene quale posizione assumere, la ciotola è più grossa di me e quindi posso muovermi al suo interno, sono libero di farlo."

Domanda alla tavola:

Direttore: "Avvengono tante cose su di te, sei d'appoggio a ciò che si fa, cosa mi puoi raccontare?"

(Manuela) **tavolo:** "Io sono un tavolo da cucina, questa ciotola viene usata tante volte un po' per tutto, è fragile e forte allo stesso tempo."

Domanda alla ciotola:

Direttore: "C'è qualcosa che vorresti dire al mestolo?"

(Manuela) **ciotola:** "Io rimango come base, significa stabilità e possibilità di creazione perché sono un contenitore trasparente e posso cambiare aspetto in base a quello che tu mestolo mi metterai dentro. Mi tratterai con cura?"

Domanda al mestolo:

Direttore: "Cosa ti senti di rispondere?"

(Manuela) **mestolo:** "Io e te siamo in sinergia, il mio essere di legno fa in modo che io non ti scalfisca."

Direttore: (a Manuela/tavolo) Ora le faccio sentire cosa si stanno dicendo la ciotola ed il mestolo.

Gli io-ausiliari ciotola e mestolo ripetono le loro battute.

Direttore: (a Manuela/tavolo) Ora che ha ascoltato, le chiedo di esprimere il suo punto di vista prima alla ciotola e poi al mestolo.

(Manuela) **tavola** alla ciotola: "è vero che essere di vetro permette di prendere il colore in base a quello che

viene messo dentro, però il vetro è un materiale delicato, va trattato con cura perché può andare a pezzi se non si sta attenti.

(Manuela) **tavola** al mestolo: "la ciotola ha una forma che è sempre quella, tu puoi dare forma al suo contenuto con il tuo movimento".

Manuela rivede la scena dalla balconata:

Manuela: "Questa immagine mi piace perché mi dà tranquillità... mi fa sentire felice, mi piace, sento questa emozione che mi riempie, mi basta così, non sento altro da dire."

Direttore: "Ora Manuela, ti avvicini a ogni parte qui rappresentata sulla scena lasciando te per ultima e, per ognuno, di quello che ti senti di dire in maniera non verbale. Poi, ti congedi da loro."

Manuela allarga le braccia e compie dei movimenti come per mettere in ordine la tavola, mette in movimento il mestolo facendolo girare con delicatezza e con allegria, abbraccia il suo alter ego.

Direttore: "Ora Manuela, ti chiedo di tenere dentro di te le emozioni per il lavoro fatto, poi avrai un tempo per dire quello che ti sentirai."

Pietro protagonista:

1) presa in carico:

Pietro si porta al centro del palco, i compagni sono già in auditorio

Direttore: "Allora Pietro, vuoi ripetere qual è l'immagine che ti è venuta relativa alla specialità della tua relazione con Manuela per come la senti dentro?"

Pietro: Ho pensato a me come ad un cavallo e a Manuela come ad uccellino che mi vola tra le orecchie all'imbrunire nel bosco nella nebbia..."

2) costruzione della scena:

Direttore: "Costruisci la scena per come puoi con tutto ciò che abbiamo a disposizione..."

Pietro mette dei teli verdi appesi ai muri per il bosco, la luce viene abbassata, è l'imbrunire.

3) popolamento della scena:

Direttore: "Scegli tra i compagni chi possa essere il tuo Alter Ego, chi l'uccellino, chi pianta del bosco..."

Pietro sceglie Massimo come Alter ego, e come io-ausiliari Manuela, uccellino e Giulio come bosco.

Posizione sé, cavallo, a terra a carponi con Manuela a cavalcioni sul collo...

4) azione scenica:

Direttore: "Dimmi un po' che cavallo sei, sai di cavalli ce ne sono di tanti tipi..."

(Pietro) **cavallo:** "Sono un cavallo né giovane né vecchio, sono agile e combattivo, da corsa con una buona muscolatura"

Domanda all'uccellino:

Direttore: "Cosa ci fai proprio qui, è insolito vedere un uccellino in mezzo alle orecchie di un cavallo!"

(Pietro) **uccellino:** "Io sono qui perché scruto l'orizzonte meglio del cavallo, sono attento e vigile. Sono tra le sue orecchie per vedere delle cose che lui non riesce a vedere, io sono più veloce di lui".

Domanda alla pianta del bosco:

Direttore: "Tu qui vedi che viene chi va, cosa pensi di un cavallo che ha un uccellino in testa come una vedetta?"

(Pietro) **pianta:** "Mah, è certamente una cosa particolare, mi fa un po' pensare ad una fiaba, a quelle intese tra animali di diversa razza, è un'immagine bella però!"

Direttore: "direi che possiamo dare parola a questa immagine, chi comincia?"

(Pietro) **cavallo:** "Uccellino vispo, attivo e curioso e anche paffutello, ti chiedo di seguire con lo sguardo se sto prendendo la direzione giusta e se ci sono pericoli."

Risposta dell'uccellino:

(Pietro) **uccellino**: "Il mio sguardo sarà sempre vigile e ti accompagnerò se ne avrai bisogno."

(Pietro) **cavallo**: "Io mi sento di proteggere e di essere protetto."

Gli io-ausiliari cavallo e uccellino ripetono le loro battute.

Direttore: (a Pietro/pianta del bosco) "Ora che ha ascoltato lo scambio di battute, le chiedo di esprimere il suo punto di vista prima al cavallo e poi all'uccellino."

(Manuela) **pianta** al cavallo: "Vedo una bella complicità, però tu sei un animale ben solido, anche abituato alla corsa, alla fatica, fai la tua parte bene."

(Manuela) **pianta** all'uccellino: " Sei ben vispo e sveglio, puoi aiutare il cavallo e farti un po' portare da lui, però ricordati che hai le ali, puoi volare e dall'alto, le cose hanno un sapore diverso!"

Pietro rivede la scena dalla balconata:

Pietro: "Mi piace questa immagine, mi piace mi sia venuta proprio questa, mi dà l'idea di complicità, uno che aiuta l'altro con le proprie differenze... e mi piace!"

Direttore: "Ora Pietro, ti avvicini a ogni parte qui rappresentata sulla scena lasciando te per ultima e, di ad ognuno quello che ti senti nel cuore in questo momento."

Pietro all'uccellino Manuela: "Mi fai tenerezza con la tua delicatezza, anche se sei forte, sai guardare oltre e mi indichi molte volte la strada..."

Pietro alla pianta Giulio: "Sono contento tu abbia visto questa strana magia..."

Pietro al suo Alter Ego: "Non mollare, sei combattivo e positivo..."

Pietro congeda poi gli io ausiliari e l'Alter Ego

Direttore: "Pietro, ora ti faccio accomodare qui e invito Manuela a sedersi vicina a te, mettetevi in contatto fisico come volete. Ognuno ha la propria immagine negli occhi e nel cuore. Scegliete tra di voi chi vuole iniziare a parlare. L'altro ascolterà."

Integrazione:

Manuela: "Mi piace il fatto che entrambi abbiamo pensato ad una complementarietà, ad una relazione complementare, ciascuno con le proprie differenze, io ho pensato a te che mi dai colore, che metti in movimento degli ingredienti, e poi mi piace che mi hai vista come una cosa vigile, attenta ma da proteggere, io ho una funzione e tu un'altra. So di essere venuta qui per superare ciò che ci era capitato..."

Pietro: "E' vero siamo complementari e diversi allo stesso tempo... mi piace pensare a me come un mestolo fatto di un materiale morbido, antico, mi era venuta l'idea di poter essere come un "pezzo di legno" cioè senza emozioni... spero tu ti sia sentita capita da me in tutto quello che è successo anche se so che per te è stato diverso da me, quante cose dentro di te saranno passate..."

Manuela e Pietro si abbracciano a lungo.

Sharing:

Giuliana: "Mi è piaciuta l'immagine della ciotola perché ho sentito unione ed equilibrio, come ho sentito equilibrio nella mia immagine sole...luna..."; **Massimo**: "Io penso che le differenze siano importanti in una coppia, ma fino ad un certo punto... sento che diventa importante avere un movimento naturale, dinamico, mi è piaciuto sentirmi terra e lei acqua, penso al bagnasciuga, allontanarsi... ritrovarsi e riallontanarsi..."; **Katia**: "Ho pensato alla ciotola come morbidezza e al legno come ruvidità, un confronto che può coesistere. Anche se io ho dentro l'idea che non sia la donna a contenere, a essere contenitore, per me è il contrario... ci penserò..."; **Giorgio**: "Mi rendo conto che io avevo un'immagine più astratta, ho pensato all'oro, l'oro che dà luce, colore chiaro... una cosa preziosa "ho l'oro..."."

CONCLUSIONI

Il lavoro presentato ha avuto quale obiettivo quello di sperimentare la possibilità dell'uso dello psicodramma in un contesto tanto interessante quanto poco usuale.

Non c'era primariamente un obiettivo di tipo clinico ed il contratto fatto con i partecipanti si riferiva alla possibilità di fare una nuova esperienza di arricchimento personale e di coppia.

Sicuramente ci siamo prese cura delle persone e delle loro relazioni. Il percorso è stato inteso come processo intersoggettivo: quanto accade nello spazio scenico può essere agito ed osservato nel qui ed ora della relazione in corso, oltre che come riattualizzazione dei ruoli copionali tra i partner, all'interno però di una prospettiva che ha cercato di valorizzare le potenzialità trasformative.

Il "fare esperienza" può diventare per coppie con scarsi repertori relazionali a disposizione, un'occasione per acquisire nuove funzioni, nuovi ruoli, atteggiamenti affettivi e strategie di riflessione che possono venir esercitate in maniera scambievole e dinamica nella coppia.

Sicuramente l'esperienza congiunta tra i partner pone i limiti già precisati sopra. Uno dei **rischi** connessi al lavoro con la coppia era rappresentato dall'evenienza che si attivasse da un punto di vista relazionale e comunicativo la **dinamica dell'interdipendenza**. Inoltre, le condizioni emotive di base della **spontaneità** e della **verità soggettiva** potevano essere compromesse o quanto meno fortemente condizionate dalla presenza del partner in qualità di partecipante -**testimone**.

In realtà, pur tenendo conto di quanto detto sopra, l'esperienza di gruppo ha offerto alle coppie diverse opportunità:

- il lavoro psicodrammatico stimola l'assunzione di ruoli diversi dai consueti e, la dimensione della spontaneità e della creatività pone la persona nella ricerca di una diversa espressività. Ciò diventa fattore di sorpresa e di conoscenza per la persona stessa e allo stesso tempo per il partner;

- le attività attivanti le funzioni di doppio, di specchio e di decentramento oltre a stimolare una dimensione empatica tra i partner, (in qualche modo diventa un esercizio psico - educativo) promuovono la possibilità di una continua osservazione, auto osservazione e confronto tra sé e le altre coppie.

La comunicazione emotiva che ha permeato le relazioni ha veicolato la capacità di trasmissione del proprio stato emotivo all'altro, la possibilità di fargli sapere come mi sento e/o come mi fa sentire il saper presentare ciò di cui ho più bisogno e magari, al tempo stesso, riportare la difficoltà che ho nel dichiararlo e, in fondo, anche il riuscire a mostrare la paura che ho di non essere compreso e accettato.

Alla base di molte difficoltà o di crisi nelle coppie c'è l'uso a volte significativo di proiezioni, di negazioni, di idealizzazioni, di generalizzazioni, il sentirsi vincolati dagli atteggiamenti e dai comportamenti dell'altro, l'essere cioè dominati da un sistema di credenze dove la dimensione dell'altro e del proprio Sé sono caratterizzati da visioni rigide ed immutabili.

La possibilità di sperimentare in un contesto protetto una comunicazione che fa uso di canali diversi dagli abituali, un'esplorazione di ruoli meno stereotipati in cui i feed-back ricevuti restituiscono un'immagine diversa delle individualità e della coppia, favorisce le ristrutturazioni interne e l'avvio di processi trasformativi.

Flavia: "Mi ha fatto strano sentire il gruppo parlare della mia coppia. Il gruppo mi ha aiutato a vedere Roberto in un altro modo, a vederne il lato positivo. Io sono pessimista..."

Roberto: *“Positivo, sentire le opinioni mi è piaciuto, è stata una strada giusta, all’inizio l’avevo detto come timore che non potesse essere la strada giusta. Mia moglie è cambiata. Io all’inizio ero un po’ perplesso, non è che parlo facilmente, lo faccio quando mi trovo bene. Qui mi sono trovato bene, lo farei un’altra volta se si può”*

Massimo: *“Io devo ringraziare il gruppo per come sento che ha aiutato la nostra coppia. Esperienza nuova e positiva per noi. Ha guardato anche me a guardarmi dentro per cose che non riuscivo ad esprimere”*

Un altro elemento importante nell’attribuzione di ruoli precodificati è dato dalla credenza per cui la coppia vive bene, sta bene quando il partner ci corrisponde totalmente non solo da un punto di vista sentimentale ma ci corrisponde anche in tutti quegli ambiti in cui ci si aspetta un accordo, una sintonia e una compatibilità.

L’anima gemella deve essere qualcuno che non solo sia pressoché uguale a noi, gemello appunto, ma che sia anche sensibile su quegli aspetti dove ci sentiamo meno sicuri, più fragili e probabilmente più soli, senza che questi vadano in qualche modo esplicitati. Un partner di questo genere conosce quindi i nostri bisogni senza che sia necessario comunicarglieli, anticipa i nostri desideri, non ci ferisce mai, è l’unica persona in grado di renderci felici.

È insito dunque in questo mito il fatto che per far funzionare un rapporto non sia necessario un particolare impegno che vada oltre il trovare la persona giusta. Qualunque esperienza difficoltosa si possa sperimentare nelle proprie relazioni, diventa allora un segnale che quella non è la relazione giusta, che quella non è la persona giusta, e ci si ritrae dal rapporto con un senso generale di delusione e spesso di recriminazione.

L’incontro ed il lavoro con altre coppie dà quindi la possibilità dell’osservazione, dell’incontro con il reale e con le rappresentazioni della coppia costruite nel tempo, dà la possibilità di ridimensionare la propria visione e di relativizzare.

Il gruppo in qualche modo riesce a dare voce, ad essere un “doppio” per ogni coppia e per ogni persona, autorizza il poter entrare dentro alla vita delle altre coppie senza che questo diventi intrusività fine a se stessa, attiva esperienze di rispecchiamento, di differenziazione e di identificazione.

Un aspetto fortemente simbolico e di nuova ritualizzazione che può essere collegato all’esperienza fatta attiene al gruppo come microcosmo sociale e come rappresentazione del gruppo primario familiare.

“Ho ben pochi dubbi sul fatto che il gruppo terapeutico reincarni la famiglia primaria. Esso agisce come una macchina del tempo che riporta il paziente indietro nel tempo, evoca antichi ricordi e sentimenti profondamente radicati...i pazienti nel gruppo possono sperimentare un nuovo comportamento e liberarsi dal ruolo familiare in cui sono rimasti a lungo bloccati.”¹²

In questo gruppo, più in particolare, per ogni persona era attiva una copresenza a più livelli: il livello del singolo, il livello della coppia, ed il livello della relazione. Considerando che, uno dei punti di fragilità della coppia era l’aspetto sociale di “presentazione alla famiglia”, in un certo qual modo nel gruppo viene ripristinato il rito della “presentazione della coppia”. Non si cerca la legittimazione, ma in qualche modo la benedizione, nel suo senso etimologico del dire bene. Dopo un ritiro della coppia dalla scena sociale per diventare “centro di psicoterapia” e puro oggetto psichico, la coppia si stupisce di vedere il partner al di là della relazione, come oggetto anche sociale.

La relazione di coppia come “terzo individuo” è vera anche negli occhi del singolo partner. Questa esperienza ha

unito la coppia “partner oggetto psichico” a “partner oggetto sociale” facendo nascere una relazione tra questi oggetti che è una terra di mezzo dove avvengono scambi e dove c’è una dinamica vitale.

¹² I. Yalom (2005), Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo, Opera citata

BIBLIOGRAFIA

Barthes R. (1979), *Frammenti di un discorso amoroso*, Einaudi, Torino

Boria G. (2005), *Psicoterapia psicodrammatica*, Franco Angeli, Milano

Bowlby J. (1988), *Una base sicura*, Raffaello Cortina, Milano

Bruni G. e Frisone R. (2009), *...e vissero quasi sempre felici e contenti. Verso una nuova cultura della relazione di coppia*, Edizioni CIPOG, Roma

Caillè P. (2007), *Uno e uno fanno tre Quale psicoterapia per la coppia di oggi*, Armando Editore, Roma

Carli L., Cavanna D., Zavattini G.C. (2009), *Psicologia delle relazioni di coppia*, Il Mulino, Bologna

Crocetti G. e Tavella S. (a cura di) (2009), *Intimità e solitudine nella coppia-famiglia nella cultura del clamore*, Città Aperta Edizioni, Troina (En)

Dicks H.V. (1967), *Tensioni coniugali*, Borla, Roma, 1992

Fasolo F. (2002), *Gruppi che curano e gruppi che guariscono*, La Garangola, Padova

Galimberti U. (2009), *Le cose dell'amore*, Feltrinelli, Milano

Gottman J. (1999), *Intelligenza emotiva per la coppia*, Rizzoli Editore, Milano

Yalom I. (2005), *Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo*, Bollati Boringhieri, Torino

Mitchell S. (2000), *Il modello relazionale. Dall'attaccamento all'intersoggettività*, Raffaello Cortina, Milano

Monguzzi F. (2010), *Curare la coppia, processi terapeutici e fattori mutativi*, Franco Angeli, Milano

Murina E., Verbitz T. (2010), *Psicopatologia della vita amorosa*, Ponte Alle Grazie, Adriano Salani Editore, Milano

Nardone G. e Watzlawick P. (1990), *L'arte del cambiamento*, Ponte alle Grazie, Adriano Salani Editore, Milano

Piccinino G. (2010), *Amore limpido Nuove prospettive di felicità per la vita di coppia*, Ed. Erickson, Trento

**Per un contatto con l'autore, scrivere a:
drbonali@alice.it**