

La pluralità del gruppo e l'individualità del singolo

Fiorella Ceppi

Abstract

In questo lavoro viene analizzato, attraverso il contributo di autori provenienti da discipline diverse, come la dualità, la molteplicità e la pluralità interne e spesso inconse sembrano essere gli elementi strutturanti dell'unità individuale; la mente individuale sembra organizzarsi intorno a configurazioni di stati del Sé molteplici e discontinui con diversi gradi di consapevolezza. La possibilità di integrare le molteplicità e discontinuità individuali si basa sulla fondamentale funzione della mente di oggettivare/soggettivare se stesso e l'altro; tale funzione appare carente o inesistente nelle gravi forme di disagio psichico e ciò sembra derivare, secondo l'Autrice, da una mancata esperienza di esistere stabilmente nella mente dell'altro come soggetto. È quello che accade nelle rigide interdipendenze patogene, in cui viene impedito l'emergere di un Io in grado di oggettivare/integrare il Me e di soggettivare/riconoscere/l'Altro. Tramite la presentazione di un breve spezzone di seduta, vengono proposte alcune riflessioni su come il Gruppo di Psicoanalisi Multifamiliare possa svolgere una funzione vicariante nella capacità di oggettivare/soggettivare, attraverso il costituirsi di una "Mente Ampliata", per definizione plurale e multipla, che fornisca l'esperienza di essere pensato e pensare l'altro. La possibilità di riconoscimento reciproco all'interno di un contesto esterno "multitudinario" composto da diversi Soggetti/IO genera una forte discontinuità rispetto a ciò che viene vissuto nel mondo interno come una invasione di oggetti, o parti di oggetti, non rappresentabili e non pensabili.

Parole chiave: oggettivazione/soggettivazione, integrazione di stati mentali, interdipendenze patogene, Mente Ampliata

"Ogni individuo è uno, singolare, irriducibile. E tuttavia è nello stesso tempo doppio, plurale, multiforme ed eterogeneo" E. Morin (2007).

Ognuno di noi organizza la propria identità soggettiva attraverso continui processi di inclusione/esclusione, confronto/rifiuto, integrazione/separazione di dimensioni duali del nostro essere umani; la dualità e la molteplicità sembrano essere gli elementi strutturanti dell'unità individuale, variegato microcosmo in cui si incontrano e si incrociano aspetti complementari e antagonisti. Sono donna, non sono uomo, ma quanto di quel "non sono" governa e arricchisce il "sono"? di fatto percepiamo continuamente al nostro interno, in modo più o meno consapevole, la presenza di elementi fisiologici, psicologici, culturali propri dell'altro sesso. Parallelamente, nella successione molteplice delle età, portiamo in ogni fase qualche cosa della precedente: l'infanzia e l'adolescenza non scompaiono nell'età adulta, ma si presentano ripetutamente ogni volta che ci guardiamo giocare con entusiasmo da bambino o

innamorarci come un adolescente sognante ...e ancora, esistono molteplicità interiori e profonde a iniziare dalla evidente dualità corpo /mente fino ad arrivare alla pluralità delle dimensioni private, intime e segrete contrapposte a quelle pubbliche e esteriori che connotano la nostra individualità . Paradossalmente l'identità sembra fondarsi sulla non identità.

Accanto a queste dualità interne, pluralità inconscie e molteplicità psichiche viviamo (e talvolta subiamo) innumerevoli discontinuità affettive nell'alternarsi dei diversi stati mentali; sbalzi di umore e esplosioni incontrollate ci appaiono come variazioni temporanee di identità, le diverse emozioni non modificano solamente i volti, le voci e i comportamenti ma toccano le rappresentazioni profonde di noi stessi. La mente individuale sembra organizzarsi intorno a configurazioni di stati del Sé molteplici e discontinui, con diversi gradi di consapevolezza, che permettono a ognuno di "sentirsi uno in molti" (Bromberg, 1998).

La possibilità di integrare e unificare le naturali molteplicità e discontinuità individuali poggia su una funzione fondamentale della mente umana che è l'attitudine ad oggettivare, a iniziare dall'oggettivazione di se stessa; l'apparente dualità Io/Me esprime la capacità dell'individuo di vedersi come oggetto discontinuo (Me) senza smettere di essere soggetto (Io). Tale attitudine consente alla persona di riflettere sui differenti stati all'interno di una singola esperienza di identità, mantenendo un senso di coerenza, integrità e continuità personale. Scrive Morin (1986) : *"...il punto cruciale è che ogni soggetto umano può considerarsi nello stesso tempo come soggetto e come oggetto, e può anche oggettivare l'altro pur riconoscendolo come soggetto. Sfortunatamente è anche capace di smettere di vedere la soggettività degli altri e di considerarli solo come oggetti. Da quel momento diventa "inumano" poiché smette di vedere la loro umanità o, al contrario, non può che amare o odiare ciecamente."* Partendo da queste riflessioni, ritengo che il considerare l'altro "solo come oggetto" derivi dalla mancata esperienza di esistere stabilmente nella mente dell'altro come soggetto, di essere pensato come altro da Sé, dotato di sentimenti, emozioni e pensieri propri; è quello che accade nelle più rigide espressioni di interdipendenza patogena in cui viene impedito l'emergere di un Io che sia in grado di oggettivare/integrare il Me e, contemporaneamente di soggettivare/riconoscere l'Altro. Nel

tempo si strutturano reti di reciproci vincoli fusionali che oggettivizzano (contrapposti a relazioni evolutive che soggettivizzano) e che drammaticamente emergono e si rivelano attraverso la malattia mentale di un singolo; quanti Non-Io compaiono sulla scena del Gruppo multifamiliare attraverso la ripetizione di un agito, l'attualizzazione di un delirio, il racconto di vite in cui da generazione in generazione si ripropone il trauma del disconoscimento di soggettività?. *"gli altri in noi"* recitano a soggetto....(in italiano "recitare a soggetto" è un'espressione che indica il non mostrare se stessi ,rappresentando la volontà di un altro)

Cosa accade nei gruppi (Trascrizione da videoregistrazione)

Valeria, Roberto, Elena:l'impossibilità di essere figlio e la difficoltà a riconoscersi genitore

Roberto e i suoi genitori frequentano il gruppo multifamiliare sin dall'inserimento in Comunità Terapeutica, avvenuto dopo un lungo ricovero in Clinica Psichiatrica a seguito di un episodio delirante acuto; fino al momento dell'incontro riportato, Roberto era intervenuto frequentemente con commenti appropriati rispetto alle esperienze di altri partecipanti, funzionando come "leader pensante" anche nei diversi contesti comunitari, ma mai riportando la propria esperienza, vissuti o emozioni personali.

Valeria, sua madre, utilizza spesso il gruppo per lamentarsi senza però concedersi la possibilità di riflettere sulla sua sofferenza.

Elena, madre di un altro paziente, riprende in questo incontro i contatti con il Gruppo dopo un lungo periodo di assenza avvenuto a seguito di pesanti attacchi da lei portati al lavoro terapeutico, espressione della propria difficoltà a sostenere l'iniziale differenziazione del figlio.

Valeria: *...So che sto male...*

Cepi: *da quanto tempo ha iniziato a stare male?*

Valeria: *...Non so...è da tanto tempo...ora lo posso dire....a un certo punto ho iniziato a stare male....*

Roberto: *...però dicevi che stavo male io...*

Cepi: *Tu cosa ricordi di quel periodo?*

Roberto: *ricordo le emozioni che provavo, non ricordo quello che succedeva.....ho sempre vissuto il loro controllo, più tardi ho identificato il controllo con mamma....lei ha sempre pensato al posto mio, come se io non fossi capace di pensare, è una cosa che mi ha portato a non conoscere i miei sentimenti, le mie emozioni....non sapere di provare, non sapere come provare e.... spaventarsi quando si prova qualcosa! Mai che mi dicesse. "cosa pensi?" ...una cosa bellissima...cosa pensi...*

Cepi: *Ci aiuti a capire meglio?*

Roberto: *La sua vita sono io!!...il legame tra una mamma e un figlio è una cosa bellissima, ma quando questo legame per troppo tempo diventa....troppo legato...basta una scintilla che lo fa spaccare e succede...se non viene utilizzato bene il pensiero si sgretola tutto! troppo legata a me, ancora non si era staccato il cordone ombelicale, quando si forma una persona...a 14, 15 anni...era ancora troppo legata a me...*

Ceppi:*Stai descrivendo una forma di attaccamento...*

Roberto:*Morboso!un attaccamento morboso mentale!per esempio ,io iniziavo ad uscire la sera ma non mi divertivo perché pensavo che lei era in ansia...*

Valeria:*...ma che ti importa se sono in ansia?*

Roberto:*...è proprio questo l'attaccamento mentale morboso!*

Valeria:*...allora potevi tornare prima così eravamo contenti tutti e due...*

Roberto:*...eri contenta tu!...poi ho iniziato a stare male...analizzare questa cosa mi spaventa...racconto un po'altrimenti non possiamo capire....insieme...*

Roberto racconta l'origine del suo disagio,collegata alla separazione dei genitori diventati inesistenti e il trasferimento di funzioni genitoriali su una coppia di amici,rispetto ai quali si sentiva un figlio che poteva veramente crescere

Roberto:*Con loro potevo ragionare,mi facevano pensare...*

Ceppi:*...e non pensare loro al tuo posto...*

Roberto:*Esatto!*

Ceppi:*...e sentivi le tue emozioni...*

Roberto:*esatto!si dividevano le emozioni,per quello che era possibile...loro vedevano che ero bambino...quando il loro rapporto si è sgretolato mi sono ritrovato senza genitori...è stata una separazione terribile....ho deciso di partire per la Spagna,,dopo una settimana sono iniziati i problemi veri...ho iniziato a sentire le voci,il delirio....*

Riccardo racconta il contenuto del delirio "genealogico",in cui era figlio del nonno,mentre i genitori e lui stesso prendevano forme diverse ,popolando la sua mente di una moltitudine confusa di "personaggi"di volta in volta minacciosi,potenti,cangianti....

Roberto:*C'è una cosa che mi spaventa molto....quando non ho più avuto i miei nuovi genitori che rappresentavano anche la mia identità e dover tornare dai miei genitori precedenti...malato...non so...ma c'è un nesso che mi spaventa...è come se per tornare in quel nucleo iniziale,vero,dovevo stare mele altrimenti non potevo rientrarci...un'altra cosa che mi spaventa è che quando sentivo le voci le emozioni erano a mille....fiumi di emozioni...cosa che non ho più provato quando mi hanno guarito..per modo di dire...
Quando ero nel delirio le voci mi raccontavano delle storie,delle favole...come prima di andare a dormire....*

Roberto racconta i contenuti delle voci a cui credeva come un bambino con le favole...

....dopo un lungo silenzio dice:

Roberto:volevo dire una cosa di mamma...LEI ha SEMPRE parlato al posto mio!

Dopo essere stata molto assorta per tutto il racconto di Roberto, Elena interviene molto emozionata

Elena:immagino il dolore che sente ancora Roberto rispetto a quello che rivede di lui e delle sue paure....quando mi sono trovata davanti a mio figlio che sentiva le voci mi sono trovata con un macigno che dovevo affrontare....ognuno forse ha i suoi tempi...,oggi lo posso capire...credo che mio figlio quel giorno ci dicesse quanto stava male per qualche cosa che non capiva da dove venisse...è stato un percorso per capire noi....noi dove non c'eravamo,non solo come genitori,dove non c'eravamo già come figli...tutto il bagaglio di dolore che portano questi figli...

Cepi:ho capito bene?lei dice che prime ancora di essere assenti come genitori si è stati assenti come figli...allora questo bagaglio di dolore vi può appartenere come figli...

Elena:Sì,sono proprio due percorsi paralleli...non possiamo chiedere ai nostri figli di fare al posto nostro il lavoro ...di identità... che dobbiamo fare noi....è questo il dolore peggiore,non avere nessuno a cui aggrapparsi...noi per primi...io per prima devo farlo,separando le due identità...è questo che a me fa più dolore...

L'emergere di un Io in grado di narrare e dare significato a un delirio (Roberto) o l'espressione di inconsapevolezza della connessione profonda tra il disconoscimento come figlia e la difficoltà a riconoscersi madre (Elena) possono manifestarsi perché sostenuti da una specifica e particolare funzione integrativa del Gruppo Multifamiliare:dove l'individualità del singolo è inesistente o troppo fragile,la pluralità del gruppo può svolgere temporaneamente una funzione vicariante? Come il costituirsi di una Mente Ampliata,per definizione plurale e multipla,può fornire l'esperienza di essere pensato e pensare l'altro,dove questa esperienza è mancata nel naturale contesto familiare?

Già dalle "regole di setting",ovvero parlare per se stessi e non per altri,ascoltare attivamente l'altro senza sovrapporsi o interrompere,il gruppo multifamiliare si propone come contesto di sicurezza psicologica sia rispetto ai processi inconsapevoli di proiezione di contenuti intollerabili che ai movimenti relazionali di implicita disconferma dell'altro; si crea così uno spazio esterno e concreto dove viene sperimentata, inizialmente a livello emotivo e solo successivamente a livello mentale,la possibilità di esistere e co-esistere di una pluralità di voci, dove ciascuna trova posto e ascolto anche quando si esprime con il linguaggio del delirio o dell'agito. L'adesione alle regole di setting (e la difficoltà a essere mantenuta, che così frequentemente verificiamo,esprime quali potenti meccanismi metta in discussione!) rappresenta il primo passo, concreto e visibile, verso

la possibilità di riconoscimento reciproco dentro un contesto multitudinario formato da tanti Soggetti/Io... Figli, Madri ,Padri ; si genera così una forte discontinuità rispetto a ciò che da molto tempo viene vissuto nel mondo interno e segreto come invasione di una moltitudine indistinta di oggetti, o parti di oggetti, non rappresentabili e non pensabili. La percezione di questa discontinuità è resa tollerabile dalla funzione contenitiva svolta dai processi di rispecchiamento multipli e reciproci che si producono all'interno del gruppo; infatti i membri di un nucleo familiare organizzato su reti di interdipendenze patologiche, che nel corso della vita hanno impedito la possibilità di osservare e riflettere su ciò che accade in ognuno di loro e tra di loro, possono iniziare a osservare e riflettere, da una distanza di sicurezza emotiva, su ciò che accade negli scambi tra altri partecipanti.

Il Gruppo si trasforma in un grande palcoscenico in cui le diverse rappresentazioni forniscono l'occasione e lo stimolo per avviare un rispecchiamento metaforico attraverso cui può essere riconosciuto nell'altro ciò che non è ancora riconoscibile dentro sé. Assistere alla rappresentazione di una storia familiare, riprodotta in una storia individuale, inizialmente confusa e frammentata permette a ogni singolo spettatore di intervenire nella storia stessa; attraverso domande, commenti, osservazioni, poco alla volta, emergere una trama segreta e sconosciuta nascosta dietro una catena di eventi apparentemente sconnessi e privi di significato. La storia diventa narrazione e in quella narrazione ciascuno può ritrovare qualche cosa che gli appartiene e su cui diventa possibile pensare. La capacità di oggettivare sé sembra passare attraverso la capacità di oggettivare la realtà dell'altro percepito simile ma diverso.

Tornando al video mostrato, mi sembra interessante sottolineare come il riconoscimento da parte di Elena di un suo stato emotivo attraverso l'osservazione di un'interazione emotivamente intensa (rappresentazione nel qui ed ora di antiche interdipendenze patologiche) abbia consentito di attivare un processo di pensiero "a più voci" in cui contenuti inesprimibili fino a quel momento possono essere contattati e tradotti in parole: il gruppo sta funzionando come una "*mente ampliata*" in cui i contributi dei singoli vengono accolti, confrontati e discussi fino a formare un pensiero coerente e nuovo.

La mente del gruppo elabora ed integra ciò che la mente individuale porta come frammento di pensiero, attivando una spirale creativa di associazioni in cui ognuno è autorizzato a portare la propria verità soggettiva; questa sembra essere una potente esperienza emotiva per un singolo in cui non si è mai attivata la capacità di trattare se stesso o l'altro come motivato da stati mentali. Partendo dall'esperienza di attribuzione di significato ad ogni frammento di pensiero nella co-costruzione mutua, creativa e sempre negoziata di un pensiero multiplo ma integrato, ognuno può iniziare ad attribuire un senso al suo comportamento, connettendolo a esperienze dolorose e traumatiche e da qui iniziare a reintegrare stati dissociati o integrare parti scisse di Sé.

Vivere la capacità di riconoscere la pluralità e di tollerare la discontinuità nella mente del gruppo ,rappresenta la base da cui ciascuno può iniziare a riconoscere le proprie molteplicità interne discontinue e irregolari e nello stesso momento concepire la continuità di un proprio Io separato, integro, funzionante.

“mi interessa che ciascuno giunga a scoprire che la diversità dei punti di vista può arricchire la mente e che questa diversità può coesistere in un gruppo o anche in una mente singola,cioè nel mondo interno di ciascuno” (J.G.Badaracco, 2000)

Bibliografia

Badaracco,J.G. (1989). *Comunità terapeutica psicoanalitica a struttura multifamiliare*. Milano: Franco Angeli Editore, 1997.

Badaracco, J.G.(2000). *Psicoanalisi Multifamiliare, gli altri dentro di noi e la scoperta di noi stessi*.Torino: Bollati Boringhieri Editore, 2004.

Bromberg P.M. (1998). *Clinica del trauma e dissociazione* . Milano: Raffaello Cortina Editore, 2007.

Morin, E. (1986). *Il metodo 3, La conoscenza della conoscenza*. Milano:Raffaello Cortina Editore, 2007.

Morin, E. (2001).*Il metodo 5, L'identità umana*. Milano: Raffaello Cortina Editore, 2002.

Fiorella Ceppi: Psicologa Psicoterapeuta, Direttore Comunità Terapeutica “Gnosis-La Grande Montagna” Marino (Roma).

Email: fiorella.ceppi@gmail.com