Aree di confine: l'esperienza di un gruppo di donne migranti. Dall'invisibilità alla nascita di uno spazio onirico

Sara Elena Anna Bruni

Abstract

Questo lavoro racconta l'esperienza di un gruppo terapeutico presso il Poliambulatorio di Opera San Francesco per i Poveri. Tale dispositivo è composto da donne migranti di diversa provenienza ed età e con differenti quadri clinici, accomunate da uno o più eventi traumatici. Negli anni, il gruppo ha sviluppato la possibilità di pensare e successivamente di sognare. Proprio l'attività onirica gruppale misura un passaggio psichico che ne sottolinea la crescita, sebbene caratterizzata da continue oscillazioni.

Parole Chiave: Gruppo, migranti, donne, trauma, sogno

‹‹Il sonno udì il suo appello sconsolato, arrivò di corsa e si trattenne alcuni istanti, poi si ritirò per dargli il tempo di spogliarsi e mettersi a letto, ma torno subito dopo, non tardo quasi nulla, per rimanere al suo fianco tutta la notte, fugando i sogni lontano, verso la terra dei fantasmi, laggiù, dove unendo il fuoco con l'acqua, nascono e si moltiplicano›› (Saramago, J.)

Il gruppo nasce nel giugno del 2009 all'interno del Poliambulatorio dell'Opera San Francesco per i Poveri, associazione sul territorio milanese che da anni offre assistenza medica gratuita a cittadini stranieri che non sono in possesso del permesso di soggiorno, dunque non hanno la possibilità di accedere al Servizio Sanitario Nazionale. La quasi totalità degli operatori sono volontari e l'intera struttura vive di donazioni pubbliche e private. Mi viene da pensare che già il luogo dove si svolge il gruppo è una zona di frontiera, di confine. All'interno del Poliambulatorio è attivo da sette anni il Servizio di Psicologia e Psichiatria dove lavoro come psicoterapeuta. Il primo sentimento che assale quando si entra per la prima volta all'interno della struttura è di spaesamento, come un "*non sentirsi abbastanza vestiti, attrezzati*"; nel tempo ho imparato l'importanza di un momento di sospensione del giudizio, di silenzio emotivo, come se fosse necessario entrare in contatto con la propria dimensione profonda, che è ancora in forma "*grezza*" prima di essere trasformata in emozione, in "*materiale umano*" da mettere in campo prima nell'incontro e poi nella relazione con la persona migrante. Questo credo vada anche a toccare nel terapeuta la dimensione delle proprie "*etnie interne*", il maschile, il femminile, quanto sentiamo clandestino o "*fuori regola*" dentro di noi. É fondamentale volgere lo sguardo clinico e umano a tutte le molteplici dimensioni intrapsichiche che ogni incontro mette in campo e fermarsi ad ascoltare l'altro e ad ascoltarsi in un silenzio che diventa "*pieno*", non saturo, ma che si popola di immagini, luoghi, persone, viaggi, che spesso ci sembrano lontane, come a non poterle toccare, quando invece forse è possibile permettersi di rendere visibile quanto può essere vissuto come

"*perturbante*", vissuto dunque come non noto, spaventoso e per questo mantenuto a distanza; proprio con questa premessa è necessaria inizialmente e costantemente l'immersione profonda, come quella di un sub, dove l'ossigeno e le risalite sono rappresentate dal "*setting interno*" del terapeuta. Il gruppo esiste da più di cinque anni è formato da otto donne di diversa provenienza e con sintomatologie differenti che oscillando tra sindromi depressive, stati ansiosi, e disturbi post traumatici da stress, somatizzazioni, come a segnalare quanto i disagi del corpo possano essere legati e dare voce ad emozioni non ancora accessibili, non elaborabili, strette a doppio filo con il trauma della migrazione. Tornando alla sua nascita penso a quanto la condizione di migrante, quindi in primis di sospensione tra due mondi, due realtà sia stato ciò che ha permesso al gruppo di costruirsi di trovare l'elemento comune da cui partire per poi diventare nel tempo l'elemento specifico, e ciò che lo rendeva "*visibile*". Durante il primo anno ho percepito la mia difficoltà come conduttrice di "*trincea*" e quella delle pazienti di entrare in una mentalità gruppale. I miei interventi tendevano a saturare uno spazio, un luogo psichico che doveva ancora riempirsi, un gruppo che faticava a creare un pensiero, come se fosse necessario uno spazio pre-clinico dove poter sostare, dover riprendere fiato. Gli stessi membri del gruppo si sono "*concesse*" il tempo per acclimatarsi, per costruire la lingua del gruppo e lentamente immergersi nel nuovo percorso di cura. Mi viene in mente come quando si entra in acqua troppo fredda, prima solo con i piedi poi quasi con ritrosia, paura, poi ci si lancia e il contatto con l'acqua è come se facesse da contenitore, da scudo di protezione da quello che si è lasciato "*fuori*". A questo proposito è calzante il pensiero di Neri quando parla dell'*atmosfera di fondo della seduta (..) ‹‹I partecipanti a un gruppo condividono un complesso di vissuti, emozioni, sensazioni corporee, cui essi stessi danno origine. Per un effetto di somma questi elementi tendono a presentarsi come un tutto diffuso e mobile che viene percepito come atmosfera del gruppo››* (Neri, 2001). Il "*tutto diffuso*" lentamente prende una forma più armonica che va a gettare le fondamenta del pensiero gruppale ed emerge dalle parole del gruppo "*quello che dici è successo anche a me",* come se la nascita del gruppo fosse "*un piccolo* miracolo". Tuttavia il gruppo fatica ad elaborare i silenzi, le assenze, percepite come presenza malevola, nonostante venga sottolineata l'importanza di esserci in luogo protetto e sicuro, come se il gruppo iniziasse ad essere un "*pensiero boa*" a cui aggrapparsi. Mi viene in mente Bion quando parla di mentalità primitiva: *‹‹La mentalità primitiva corrisponde alla tendenza a dare risposte automatiche. É una dimensione alla quale è difficile non farsi coinvolgere completamente (...). Quanto più il gruppo funziona secondo la mentalità primitiva, tanto lo spazio per l'individuo è limitato.››* (Neri, 2001; Ibidem: pp. 27). Il gruppo si è preso il suo tempo per passare da una identità individuale a quella gruppale, in pazienti che hanno già una sorta di "*buco nero*" rispetto all'identità. Si sono attraversati lunghi silenzi, assenze, domande concrete rivolte alla conduttrice, lunghe conversazioni sul cibo, le cure mediche, aspetti che toccavano la realtà quotidiana di ogni membro; vi era forse la consapevolezza latente di costruire lentamente e in modo specifico il linguaggio gruppale, il cibo per esempio, forse il primo *"oggetto culturale"* veniva usato come ponte per non svelare troppo precocemente gli aspetti più profondi, come fosse un

implicito ancora lasciato tra parentesi. Forse il cibo limitava il pensiero come a qualcosa che entra ed esce in modo indifferenziato, come un tubo digerente intasato. Mi viene in mente l'immagine dell'incubatrice, come se fosse necessaria una sala d'attesa per la nascita di un pensiero maggiormente strutturato a livello gruppale, un tempo per concedersi di riconoscersi. Pensando alle parole di Grotstein: *‹‹Il linguaggio che solitamente parliamo e scriviamo è simbolico. Per comunicare le nostre osservazioni rispetto ad un oggetto o per rivolgerci a un oggetto adoperiamo un linguaggio basato su immagini (oggetti interni, rappresentazioni) concernenti un oggetto individuale*›› (Grotstein, 2007). Nel tempo percepisco che il gruppo inizi a sentire la possibilità e poi la capacità di poter metabolizzare l'angoscia, come a divenire un *"piccolo ma capiente contenitore",* delle angosce, soprattutto inizia ad essere pensato. Penso alle parole di Gaburri: *‹‹Gruppo come insiemità, dove terapeuta e pazienti sono egualmente coinvolti pur nella diversità dei ruoli e dove pensieri non ancora pensati sostano fuori dalla coscienza, orientando la mentalità di gruppo››* (Gaburri, 1999). Nel gruppo iniziano a circolare pensieri, emozioni che non riescano ancora ad essere verbalizzate, come se fosse necessaria una sospensione, una sorta di fermata intermedia per accedere ad aree psichiche nascoste, come se ci fossero un muro, una barriera non ancora valicabile. Credo che quanto detto si riferisca molto alla condizione di donne, migranti, che è come se ruotassero, si muovessero rimanendo nell'invisibilità, come se ci fosse una fitta nebbia che impedisse di vedere, come navigare a vista. Rispetto alla relazione migrante e gruppo posso pensare al modello contenitore-contenuto di Bion nelle parole dei Grinberg, l'interazione può produrre un "cambiamento catastrofico", con una forza potenzialmente distruttiva che può mettere in scacco in maggiore o minore misura la struttura del gruppo in cui si manifesta e quella dei suoi componenti; il migrante con tutto il suo bagaglio e le sue caratteristiche specifiche rappresenta l'idea nuova-contenuto a cui il contenitore-gruppo ricevente risponde in modi diversi, i cui estremi sarebbero l'accettazione entusiastica o il rifiuto assoluto; credo che questo modello si possa applicare sia alle dinamiche strettamente gruppali che a quelle sociale delle donne che compongono il gruppo. Il gruppo prende forza, struttura, cresce resistendo a piccoli terremoti, e forse è pronto a "*pensare*". I sogni vengono concessi in punta di piedi, come se prima fosse immaginati come un "*troppo pieno*" ma con la consapevolezza che ora è possibile entrare in dimensioni e luoghi intrapsichici intimi attraverso un pensiero per immagini e metafore che prepara il terreno al fondamentale elemento onirico. Da parte mia, sento la potenza dell'oscillazione, del cambiamento che se da una parte annichilisce e spaventa, dall'altra produce una spinta innovatrice e a sentire il gruppo come luogo sicuro, come una casa dove si può stare comode. I racconti sono di donne in transito continuo, dove spesso non è possibile fermarsi, come se la migrazione iniziata non finisse, come se si dovessero sommare micro e macro traumi che non trovano un "*altrove psichico*" per poter essere ascoltati, sedimentati e infine elaborati. Emergono una di macchia ad olio che non si cancella, lutti, tradimenti, abusi sessuali e fisici sia nel paese di origine che nella nuova "*patria*" che spesso nega l'umano e si muove esclusivamente come se l'individuo fosse coartato e diventasse un oggetto "*usa e getta*", senz'anima, come fosse negato il

mondo interno. L'elemento onirico è sottolineato dalla diversità dei silenzi che ora sono come soste necessarie per entrare in dimensioni emotive potenzialmente esplosive, come camminare in mezzo a delle mine, ma ora con la possibilità di fare un'altra strada, un percorso che porta ad un reale cambiamento. Forse il gruppo fino a qui non si concedeva la dimensione del sogno, come se mancasse un permesso di soggiorno onirico che traghettasse verso il simbolico che apre ad un mondo altro che veniva percepito come lontano, non più o non ancora nostro. Questo va di pari passo all'impossibilità di creare relazioni, di pensare ad un maschile che non sia psichicamente un luogo pericoloso e violento dove poter sperimentare un incontro, dove lasciare spazio alle fantasie. Emerge ora la necessità di prendere contatto con le proprie parti sopite, andare ancora più in profondità, tornando a Grotstein: *‹‹Sognare costituisce un continuo processo sensoriale (solitamente visivo) con cui gli stimoli sensoriali interni e/o esterni dell'esperienza emotiva subiscono una trasformazione e una riconfigurazione esteticamente affinata che li rende adatti ad essere esperiti affettivamente, pensati cognitivamente e rievocati nella memoria.››* (Grotstein, 2007). Il gruppo non si pensa più come un privilegio ma come luogo di trasformazione, come rifugio tra il fuori e il dentro e nello stesso tempo concedesse la circolazione delle fantasie, contenimento delle angosce ed un primo contatto con le parti più regressive attraverso un'oscillazione continua, coadiuvata dai sogni. Le parole di una paziente ‹‹*Il gruppo, questo gruppo, è un posto dove avviene qualcosa di speciale, pregiato, a me non era mai successo*››. La dimensione del viaggio continuo, reale e psichico emerge costantemente, come se attraverso prima le metafore e poi i sogni si potesse entrare in un'area proibita; ora la dimensione temporale è rallentata, rallentando rispetto alla velocità *impossibile* della quotidianità del gruppo. L'elemento onirico concede immagini e luoghi legati al piacere, al cambiamento, introducendo oltre al contenimento dell'angoscia, la sua trasformazione, come se si riuscisse a diluirla attraverso continue oscillazioni ma facendo sì che il gruppo sia un rifugio tra il fuori e il dentro, tra gli innumerevoli *di qua e di là* dei suoi membri.

Da una seduta del gruppo:
L: "Come è andato il tuo viaggio?"
V: "Diciamo bene, sono qui con mia madre che sa dire solo Sì e Grazie, fa un po' ridere, con i miei datori di lavoro si parlano a gesti."
D: "É la prima volta che tua madre viene in Italia?".
V: "In realtà è la prima volta che esce dalla Romania, non ha mai viaggiato.".
Il gruppo sorride e chiede a V dei suoi amati cagnolini che stanno nel paese di origine.
V: "Là c'era un sacco di neve, molto freddo, c'è stata anche una tempesta che ha scoperchiato i tetti di alcune case, in casa mia c'era del fumo e non si vedeva niente, la vita lì è davvero dura. Io ho capito che non ero me stessa e in più mia madre durante il viaggio è stata molto male, ma voleva vedere il luogo in cui vivo, è venuta con me ma è rimasta in Romania con la mente, le ho chiesto se restava per Natale ma non ha voluto...non fa vedere il suo affetto, non lo ha mai fatto, ora fa un sacco di

coccole, è strano ha detto che quando andrà via morirà qualcosa dentro di lei e di me...".
L: "É bella come te?".
V: "É una bellezza diversa, io assomiglio più a mio padre ...che è morto molti anni fa". Piange.
Conduttrice: "Mi sembra che il gruppo sia come in viaggio, sospeso in due luoghi, uno dove ci sono preoccupazioni e paure che ci mettono in tensione, come dove fa molto freddo, dove non c'è il tetto, è buio e c'è fumo, l'altro è caldo, ci sono le coccole della mamma inaspettate, è sicuro e ci si sente come i bambini la sera di Natale, che aspettano la sorpresa, è un po' come nel gruppo dove oscilliamo tra risate, commozione e il dolore, il nostro dolore, sono passaggi per il cambiamento."

Emergono le regole silenziose del gruppo, e la necessità implicita di dover affrontare le angosce, le fatiche, le separazioni, come se ci fosse un costo emotivo per il dolore. Dopo questa seduta ricordo di aver sognato delle sabbie mobili intorno alla stanza del gruppo, non era angosciante ma mi ha permesso di riflettere su quanto stava accadendo; contemporaneamente il membri del gruppo iniziano a sedersi nello stesso posto, come a dimostrare cosa significhi potersi fermare in un luogo "nostro" senza aver paura di scivolare nelle sabbie mobili, nella precarietà rimanendo comunque in costante movimento. I sogni gruppali fanno emergere le dimensione sessuale e femminile fino ad ora rimaste in ombra. La sessualità prima taciuta, negata o vissuta in modo violento ora può diventare una dimensione da sperimentare insieme al piacere, come se fosse una possibilità di risarcimento. Il pensiero del gruppo mi fa venire in mente i corto circuiti delle emozioni, come se fosse necessario mettere in ordine, trovare il filo giusto per riportare ad un buon funzionamento. Tornando a Bion nelle parole di Correale: *‹‹Da un insieme di fatti percettivi ed emotivi inizialmente legati e frammentati, il fatto scelto che agisce come congiunzione costante che permette una rappresentazione integrata (...). In Bion il fatto scelto agisce come congiunzione costante di una serie di elementi che prima apparivano slegati.››*
(Neri, Correale, Fadda, 1994). Durante le sedute successive vengono sottolineati i numerosi giri di boa che introducono il tema dell'identità gruppale, come a voler dire "*qui sono al sicuro, posso giocarmela*" attraversando un'area intermedia. In quel periodo tutto il gruppo ha iniziato a vestirsi in modo più femminile, come a sottolineare la scoperta di un'area intima. Il gruppo è come se viaggiasse con un *bagaglio più pesante*, correndo il rischio di sentirsi *ingombranti.* Nei sogni successivi è più forte la necessita del sostare e del contenimento dell'angoscia:
Da una seduta:
L:"Ho fatto un sogno, ero sul letto sentivo un rumore, andavo a vedere, ma non c'era nessuno, tornata in camera, c'era una persona non so se maschio o femmina, tutta vestita di bianco che mi aveva rubato il letto e rideva, mi tirava i piedi, non sapevo come ha fatto ad entrare, io urlavo forte in russo, quando sogno parlo in russo e dalla paura mi sono svegliata...".

V:"Anche io sogno in rumeno ma a volte si mischia con l'italiano e ho sognato che qualcuno veniva a dirmi che avevo sei messaggi su Facebook e quando mi sono svegliata era vero, ho riso tutto il giorno...".

L'aspetto onirico è perturbante, spaventa, sembra che tutta si concluda nel sogno, come a rappresentare in un'unica figura l'intero coro del gruppo. Il bianco può simboleggiare la purezze e un ripasso dell'identità di origine, come se mischiare le lingue comportasse il rischio sia di perdere il posto nel gruppo che l'identità con fatica conquistata.
Ancora un sogno di qualche seduta successiva:
L:"Ho fatto un sogno e volevo dirlo al gruppo, ho sognato mio marito che è morto da molto, eravamo su un sidecar, quelli con la carrozza, lui guidava e ad un certo punto si accorge che ci sono io nella carrozza, è molto contento, diventa premuroso e non capisco perché, l'ho anche sognato dopo qualche giorno, questa volta però mi riprendeva perché si chiedeva cosa facevamo io e mia figlia per lui dato quanto aveva fatto per noi, da quel giorno prego tutti i giorni".
Emerge la dimensione del sogno non più come lusso ma come diritto di ri-pensarsi rispetto ad un passato lontano forse non ancora elaborato, nello stesso tempo il gruppo diventa un'area dove possono essere ospitate anche immagini sofisticate. Il gruppo mi fa pensare alla danza, dove si imparano i passi, la sintonia, le pause, a volte la paura di sbagliare paralizza, altre volte si riparte insieme, si cambia il giro. Il sognare dunque inizialmente vissuto come non pensabile ha avvicinato il gruppo al maschile, alla possibilità di una relazione. Le diverse lingue del gruppo hanno messo meno distanza dalla realtà esterna e hanno permesso sia la tolleranza degli aspetti insaturi sia lo sperimentare diverse *altrove emotivi* passando attraverso i molteplici cambiamenti di pelle del gruppo in cui tutti i membri sembrano riconoscersi.

Bibliografia

Grinberg, R&L. (1984). *Psicoanalisi dell'emigrazione e dell'esilio*. Milano: Franco Angeli, 1991.
Grotstein , J.S (2007) *Un raggio di intensa oscurità, l'eredità di Wilfred Bion.* Milano, Cortina, 2010, pp. 124 e 290
Neri, C. *Gruppo. Roma: Borla, 2001.* pp. *40-42.*
Neri, A., Correale, A., Fadda, P., (a cura di), *Letture Bioniane.* Roma: Borla, 1994.
Saramago, J. (2004). *Saggio sulla lucidità*. Milano: Feltrinelli, 2011, pp. 295.
Neri, A., Correale, A., Fadda, P., (a cura di), *Letture Bioniane.* Roma: Borla, 1994, pp 102.
Gaburri, E. *Costellazioni oniriche e campo gruppale,* Relazione presentata al convegno *Sogno e Gruppo.* Roma, Università La Sapienza, 1999.

Nota sull'Autore

Sara Elena Anna Bruni

Psicologa, psicoterapeuta individuale e di gruppo, laureata presso l'Università degli Studi *Carlo Bo* di Urbino e specializzata in psicoterapia presso Istituto Italiano Psicoanalisi di Gruppo (Sede di Milano). Lavora come psicoterapeuta presso il Servizio di Psicologia e Psichiatria *dell'Opera San Francesco per i Poveri*, presso *ABA* (Associazione per lo studio e la ricerca sull'anoressia, la bulimia e i disordini alimentari) di Milano e presso il proprio studio privato. Inoltre è cultrice della materia per l'insegnamento di Etnopsicopatologia del corso di laurea specialistica in Psicologia Clinica, presso l'Università degli Studi *Carlo Bo* di Urbino.

e-mail: dott_sara.bruni@libero.it