

Social Dreaming: un paradosso accettato (sintesi dei pensieri di una psicanalista sul Social Dreaming)

Judith Szekacs

Abstract

Il testo affronta il Social Dreaming di Lawrence e le sue funzioni, offrendo una riflessione sulle potenzialità di tale strumento nel contribuire all'incremento della creatività condivisa, al raggiungimento di un equilibrio democratico tra le parti nell'atto di sognare, indagando e valutando gli aspetti più soggettivi e personali correlati all'atto stesso di sognare e di riuscire a farlo in una dimensione intersoggettiva.

Parole Chiave: sogno, social dreaming, spazio transizionale

<<un paradosso accettato può avere un valore positivo >> (D. W. Winnicott)

Chi ha un sogno ? In realtà tutti noi sogniamo, ma non siamo abituati a rispondere a una simile domanda! I sogni sono, come spesso si dice, “pazzi, misteriosi, imbarazzanti, stupefacenti” ma, soprattutto : sono personali.

Come si possono fare in pubblico domande sui sogni?

L' idea potrebbe sembrare come un' irrealistica immagine da “ Il discreto fascino della borghesia “ di Buñuel, dove, aumentando il già crescente senso di pazzia, arriva un personaggio che annuncia – così, all' improvviso – che vuole condividere il suo sogno con le Signore e Signori...

Quasi cento anni fa, Freud si è ricavato uno spazio scientifico, avverso le resistenze della società contemporanea, con il dedicare seria attenzione ai sogni, riconoscendoli come uno strumento altamente prezioso dotato di valido significato psico-sociale. Egli ha fatto sì che i sogni venissero accettati e utilizzati ai fini dell' analisi nello spazio analitico del rapporto a due: rappresentanti di – e provenienti da – distinte regioni dell' inconscio, che parlano un dimenticato linguaggio che tutti noi conosciamo.

Condividere i sogni nel processo analitico è diventato ben noto come la “strada regale”, cioè la strada maestra per l' accesso all' inconscio; uno strumento formidabile e indispensabile per scoprire e comprendere i processi del transfert e controtransfert, e le possibili modalità di elaborarli.

Allora.....chi ha un sogno ?

Nonostante sia insolita, questa è la domanda che viene fatta all' inizio di ogni Matrice di Social Dreaming, determina l' aspettativa della Matrice, rivolge l' invito affinché appaia il primo sogno, e avvia lo scambio di associazioni sul sogno. Se mi guardo intorno, nelle serate del mercoledì, a guardare visi familiari e non familiari, nella stanza dove ci incontriamo una volta al mese per il secondo anno ormai, vedo un set di persone qualunque che si riuniscono per passare una serata con i loro sogni.

Si tratta della prima Matrice di Social Dreaming in corso in Inghilterra, un'esperienza unica per tutti noi.

Gordon Lawrence continua a citare la definizione <<una matrice è un posto dove possono crescere delle "cose">>.

Per quanto riguarda il setting, la Matrice può essere considerata in molti modi una formazione aperta : le persone possono venire –e -andar via, ma più spesso vengono - e- vengono.....La cornice è basilare, anche in spazi non-clinici come questo, poiché delinea la forma di un contenitore che si va creando.

Inizialmente tutti noi ci siamo confrontati con l' idea che il gruppo di sognatori del "social dreaming" non può essere considerato un gruppo nel senso tradizionale : i confini intorno ad esso non sono definiti. Essi sono penetrabili nel senso dello spazio e del tempo e – io credo che questo sia stata la cosa più difficile da digerire – ad esso non si applicano le dinamiche di gruppo.

<<Il compito>>, di nuovo dicendo questo con parole di Lawrence, <<è di essere disponibili per i sogni e per le associazioni ad essi correlate e di liberarci dalle abitudini limitanti di trattarci l' un l' altro, o ciascuno i sogni dell' altro, come rappresentazioni di intimi mondi personali>>.

Cosa rende possibile tutto ciò ?

Mi ci son voluti quasi quindici anni per afferrare il significato della visione di Lawrence e tradurla nel mio personale linguaggio. Ora, mentre tento di concettualizzare i fenomeni che possono offrire qualche analitico insight nei processi dinamici dell' esperienza del Social Dreaming, sento il bisogno di ricondurre a unità alcune idee, distanti sì ma fra loro collegate abbastanza strettamente. John Byng-Hal, centrale e fra i più originali personaggi inglesi nel campo della terapia di famiglia, mentre richiama i momenti cruciali nella storia della terapia di famiglia, descrive (" Supervisione nella Terapia di Famiglia") quanto rivoluzionario fosse stato il comprendere che il " più fondamentale " transfert non era quello verso il terapeuta ma verso gli altri membri della famiglia. Questo liberava i terapeuti dalla necessità di prendere in esame i processi individuali e consentiva loro di porre l' attenzione sulla famiglia come unità e rivelare l' area vasta e affascinante delle dinamiche di famiglia in tale senso. Questo spostamento di attenzione ha " consentito di modificare il modello del cambiamento" e ha creato un nuovo atteggiamento che ha consentito ai partecipanti di dedicarsi ad altre esperienze trasferenziali.

Io sono convinta che introducendo cambiamenti nel setting, de-costruendo tradizionali confini e tecniche relazionali (componenti basilari della rappresentazione del Sé , ruolo e identità nell' adulto) accade qualcosa di altrettanto basilare nel Social Dreaming : il transfert "più fondamentale" si stabilisce non fra individui ma fra i membri della Matrice ed i sogni. Questo modello modificato consente ai sognatori di partecipare alla creazione di una rete associativa di immagini, idee e riflessioni, ai quali ogni partecipante si riferisce: la trama contiene – ed è parzialmente intessuta con – i pensieri, gli affetti e le memorie individuali, ma essi, allo stesso tempo, appartengono alla comunità dei sognatori. E' perciò corretto utilizzare parti elementari del sogno di altri e ognuno è grato di ogni nuovo elemento che una prossima persona possa aggiungere al costruito. Mentre il "dominio privato" viene

sempre rispettato profondamente, il “personale” si apre ad essere fertilizzato da nuovi significati.

D’altronde, non esistono interpretazioni nel senso consueto : il significato si va tessendo di immagini del sogno, pitture che parlano, musiche, ritmi associati, frammenti di sensazioni piacevoli, riferimenti intellettuali, collegamenti con eventi di ogni giorno; un “dramma” socio-economico ed umano; un <<*miscuglio armonioso*>>, per usare un termine espressivo di Balint <<*di processi primari e secondari oggetto di riflessione in questo spazio intermedio*>>.

Poiché in questa atmosfera non è necessario vigilare i confini dell’ Io, ogni condivisione del tempo diventa possibile e i partecipanti sperimentano un alto livello di intimità. L’ atmosfera diventa talvolta carica, ardente, tesa, poi meditativa, e, ancora, riflessiva. I convenuti sono parte di questi processi: talvolta essi saranno “guide” che aiutano i sogni a rimanere focalizzati nella considerazione dei partecipanti, altre volte saranno partecipanti osservatori, e nel momento successivo saranno giocatori essi stessi.

Come risultato di tali cambiamenti in questa comunità di sognatori, si è venuto a creare un nuovo contenente transizionale.

Nonostante tutto ciò possa suonare come una sensazionale descrizione della scoperta di un mondo mai visto, l’ esperienza in sé è totalmente familiare : ci riporta tutti indietro ad un luogo dimenticato da tempo, ma inconsciamente mai abbandonato, la zona psicodinamica dove il giocare è possibile.

Nel suo “ Gioco e realtà “ Winnicott (1971) scrive : <<*questa area intermedia dell’ esperienza, non messa in discussione rispetto al fatto che appartenga alla realtà interna o esterna (condivisa), costituisce la maggior parte dell’ esperienza dell’ infante, e viene conservata per tutta la vita in quell’ intenso esperire che appartiene all’ arte, alla religione, alla vita immaginativa e al lavoro scientifico di tipo creativo*>>.

Egli postula l’ esistenza di uno spazio transizionale dove avvengono fenomeni transizionali e dove vengono creati oggetti transizionali. Nella Matrice del Social Dreaming i sogni acquistano tale natura ‘transizionale’, essi diventano gli oggetti mentali che portano i membri della Matrice ad esperire la “ diretta continuità con l’ area del gioco del bambino piccolo che si perde nel gioco.

Questa è esattamente la magia delle nostre notti del mercoledì : “perderci” nel Social Dreaming.

Mentre si guarda stupiti a come i sogni si collegano, si uniscono, seguono trame e linee di sviluppo somiglianti, contengono immagini simili, simili sensazioni o ritmi, sorge spesso la domanda : da dove vengono i nostri sogni? siamo noi che li assembliamo dall’ interno o sono essi che si avvicinano dall’ esterno? stanno essi aspettando un sognatore che li sogni?

<<*Dell’ oggetto transizionale si può dire che è una questione di accordo fra noi e il bambino, che mai gli porremo la domanda ‘sei tu che lo hai immaginato o ti è stato offerto dall’ esterno? ‘ La cosa importante è che su questo punto non ci si attende una decisione*>> continua Winnicott.

E' questo un suggerimento che si riflette anche sul Social Dreaming : non si può fare una tale domanda senza correre il pericolo di invadere lo spazio potenziale. Potrebbe privare il sognatore di un senso di creatività e dell' esperienza di essere in contatto con le creazioni proprie e degli altri.

I processi del Social Dreaming non riguardano solo i sognatori : i sogni stessi sono sottoposti a cambiamenti dinamici.

L' esperienza di lavoro con i sogni " a due " nello spazio analitico ci dice che gli elementi verbali sono piuttosto rari e meritano sempre una particolare attenzione. Nel Social Dreaming , inaspettatamente, i sogni cominciano a parlare. Sequenze verbali più corte e più lunghe, perfino dialoghi elaborati, si alternano con elementi sensoriali piacevoli, arcaici.

Questo straordinario fenomeno sembra determinare, di riflesso, trasformazioni nella natura dei sogni : i processi primari sembrano consentire maggiore rilevanza ai processi secondari, con il risultato di un mix più equilibrato di elementi visivi e verbali.

Forse questo significa che la tecnica usata nel Social Dreaming modifica la dinamica del lavoro sul sogno ?

Se viene posta meno enfasi sugli aspetti privati dei sogni, e la carica istintuale affettiva non viene interpretata, forse i sogni diventano più chiari e diretti? E' forse necessaria minore repressione e reticenza quando l' area principale dell' esplorazione sono la nostra relazione e le nostre reazioni al mondo in cui viviamo ? Forse si riduce il gap fra il contenuto manifesto e quello latente dei sogni, oppure quanto noi osserviamo è semplicemente il risultato del fatto che lavoriamo prevalentemente con il contenuto sociale, e perciò si consente ai sogni di avvicinarsi al conscio attraverso le esperienze formative intrinseche al Social Dreaming ?

La Matrice fornisce un luogo dove "...possono crescere delle cose...", ma anche il luogo dove la natura dei sogni (le caratteristiche del sogno) possono essere esplorate ulteriormente come una funzione dei cambiamenti esterni - interni. L' osservazione di come i sogni si comportano nei periodi di traumatizzazione e crisi sociale – nello scorso settembre la nostra Matrice è entrata nel suo secondo anno - ha aperto un campo di ricerca particolarmente affascinante.

I sogni sembrano essere capaci di far seguire alla Matrice un corso accelerato sulla teoria ed elaborazione del trauma. Inizialmente, subito dopo il trauma, c' è un grave silenzio : i sogni rifiutano di apparire . Dopo un po', terrificanti contenuti di sogno passano attraverso lo spazio condiviso del sogno; oggetti bizzarri, creature e piante complesse, assurde immagini di corpi, elementi non ricordati in cui dominano funzioni e colori sbagliati. Come se il trauma avesse fatto esplodere le immagini del sogno e i singoli frammenti si fossero uniti secondo combinazioni sbagliate. Perfino caratteristiche sensoriali decomposte, l' odorato, la vista , la voce, il tatto o il ritmo delle cose non hanno il giusto funzionamento.

Questo frammentarsi di differenziazione e rappresentazione riflettono un cedimento dell' orientamento nello spazio e nel tempo ed una confusione caotica fra esterno e interno. I sogni portano una testimonianza di come il trauma scinde l' Io. Ferenczi introduce l' idea di Stadi nello Sviluppo del Senso di Realtà (Ferenczi, 1913)

conducendoci attraverso le fasi del “ declino della sensazione di onnipotenza “. Ferenczi, come Winnicott, crede (per citare ancora ‘Gioco e realtà ’), “che non arriva mai a completamente il compito di accettazione della realtà, che nessun essere umano è libero dalla fatica di porre in relazione la realtà interna e quella esterna, e che il sollievo da questa fatica viene fornito da un’ area di esperienza intermedia (Cf. Rivière, 1936) che non viene messa in discussione (arte, religione, ecc.)”. Il luogo nel quale noi viviamo, nel Social Dreaming, è quest’ area intermedia, e ciò che noi esploriamo è la capacità del sogno di funzionare come un collegamento comunicazionale fra la realtà esterna e la realtà psichica. Il recuperare territori più vasti, o infiniti, dall’ “ignoto” ci prepara all’ azione in un mondo che sembra uscire sempre più dal nostro controllo.

Volgersi alla “comunità dei sognatori” per dare un senso ai nostri sogni ha dimostrato, in tutti questi anni, di essere un complesso ed elettrizzante esercizio, con il fine di mantenerci “più forti”, più adeguati a capire il nostro mondo, esterno ed interno. L’ esame dei cambiamenti dell’ ambiente e della società, fatto attraverso il prisma dei nostri sogni, ci consente di essere in contatto con impulsi e desideri collegati del conscio e dell’ inconscio, rendendoci capaci, così, di diventare più consapevoli dei cambiamenti che si verificano nel mondo psichico.

Il Social Dreaming ci apre, così, non solo la “ via regale”, la via maestra all’ inconscio, ma anche una via molto “democratica” a un miglior senso della realtà e una relazione più creativa con la nostra vita.

Judit Szekacs. Psicoanalista bi-lingue, giunta in Inghilterra dall’Ungheria nel 1990. Ha fondato con un gruppo di artisti ricercatori sociologi terapisti e psicoanalisti l’associazione *Imago East-West* e più tardi il Multilingual Psychotherapy Centre (MLPC), al fine di creare uno spazio di negoziazione culturale e linguistica per l’esplorazione e la condivisione. Nel 2001 con Kathleen Kelley-Laine e Judith Meszaros, ha organizzato il Lost Childhood Conferences a Budapest, Londra e Parigi (cfr il libro *Lost Childhood and the Language of Exile*, pubblicato dal Freud Museum e dal MLPC nel 2004). Ha scritto su molti temi: corpo e mente, trauma, migrazione, Social Dreaming e nuovi contesti tecnologici.