

Il sogno nell'esperienza di gruppo

Rosa Romano Toscani

"Cielo, se questo è sogno, sospendimi la memoria ; come possono in un sogno accadere tante cose" ?

Calderòn de la Barca

Abstract

Il gruppo è un sogno che non si può spiegare, un'esperienza che risente dei condizionamenti istituzionali, ma che può trovare rassicurazione dalla figura benevola del conduttore. Il sogno si configura come uno dei sistemi di autorappresentazione del gruppo e degli individui capaci di produzione di significati emotivi profondi, linguaggio ed espressione inconscia di comunicazione di meccanismi primitivi ?

Parole-chiave: sogno, conduttore, gruppo, meccanismi primitivi

Quando un individuo comincia a portare un sogno in gruppo, si verifica in entrambi un forte cambiamento. Ciò sta a significare che gruppo ed individuo sono pronti a comunicare e a condividere l'esperienza del sognare.

La comunicazione del sogno instaura una catena associativa che costituirà la storia del gruppo. Il sogno diventa allora uno strumento del gruppo per dare valore ad esso ed al suo percorso. Dice lo scrittore americano Paul Sanberg (1) che non avviene nulla se prima non si sogna.

Sigismondo nella "Vida es " (2) esclama "Cielo, se questo è sogno, sospendimi la memoria ; come possono in un sogno accadere tante cose" ?

E. Bion, "ogni uomo deve poter "sognare" un'esperienza mentre gli capita, sia che gli capiti nel sonno, sia che gli capiti da sveglia" (3). La divisione classica tra pensiero diurno e notturno nel senso di considerare il sogno come aspetto strutturale dell'inconscio viene superata da Bion che considera la funzione onirica "parte integrante del pensiero di veglia... un ponte per l'esercizio del pensiero cosciente" "una forma particolare e basilica della funzione simbolica, primo stadio evolutivo del pensiero simbolico". (4)

Partendo dalla percezione delle esperienze emotive il sogno è il tentativo di generare nuovi significati. Infatti per essere sognate queste esperienze "devono acquisire le caratteristiche del pensiero" essere trasformate nella funzione a. Pensieri onirici e

pensieri coscienti differiscono rispetto alla qualità e alla quantità di capacità trasformative messe in atto proprio da questa funzione.

"L'atto di sognare crea l'inconscio, e dunque la coscienza" in un continuo processo di scambio.

L'atto del sognare in un gruppo e la comunicazione del sogno rappresentano quindi il poter percepire un'esperienza, il poterla sognare mentre la si vive per poterla poi trasformare in pensiero.

Questo mi sembra il senso della funzione del sogno in gruppo.

Se la trasformazione dell'esperienza emozionale in esperienza cognitiva avviene sulla linea della trasformazione è possibile attivare nel gruppo una partecipazione immaginativa, l'amplificazione dell'esperienza e la costruzione di senso e di significato.

Il sogno in genere è stato considerato come prodotto del mondo interno dell'individuo e non come prodotto relazionale. Dobbiamo forse pensarlo non solo come espressione dell'esperienza affettiva ed emotiva interna dell'individuo, ma anche come espressione della qualità dell'ambiente e della relazione tra i membri del gruppo. Nel gruppo esperienziale il sogno è l'espressione di come l'individuo rappresenta a sé stesso il gruppo in quel momento o come se lo è rappresentato prima di vivere l'esperienza, come ne ha mutato o/e ne ha mantenuto la rappresentazione.

Il mondo della rappresentazione si configura, riferendoci a Sandler (5), come un mondo stabile con regole ben precise da un lato, e dall'altro con radici nell'ambito del "non esperienziale" e della moltitudine delle impressioni.

È interessante considerare con Zavattini e Norsa "il recupero dell'interesse per il funzionamento inconscio della mente come una particolare "funzione onirica" collegata, da una parte, al concetto Kleiniano di "fantasia inconscia" e, dall'altra, al mondo rappresentazionale costituito da ricordi, sensazioni, emozioni del presente e del passato" (6). Il sogno si configura allora come "espressione dell'Inconscio in senso dinamico" (6) luogo dell'esperienza soggettiva e gruppale. Nel gruppo e nel sogno di gruppo l'individuo sperimenta la simulazione mentale di sé e delle proprie relazioni in situazioni di autonomia dalla realtà esterna.

Il gruppo esperienziale permette al partecipante di sperimentare la copia della rappresentazione che egli ha delle relazioni che costituiscono quella del suo gruppo interno, riorganizzare i propri scenari, rivedere le aspettative ideali su come egli ha pensato o creato al suo interno il gruppo in riferimento all'onnipotenza e alla idealizzazione.

Quando l'azione motoria diretta verso il mondo esterno viene soppressa e l'individuo si trova insieme ad altri individui a vivere un'esperienza di gruppo, l'esperienza ha a che fare con la somma degli schemi interni dei singoli soggetti che sono utilizzati per riorganizzare i dati e le regole su cui si fonda il nuovo vissuto.

Questa riorganizzazione basata sui singoli schemi interni regolerà le aspettative ideali su come deve essere un gruppo, sulla terapeuticità dei rapporti nella maggiore attenzione a prendersi cura dell'altro.

Il sogno in gruppo rappresenta, quindi, la necessità di creare un riferimento interno a cui tutti i membri possono rapportarsi per affidare parti di sé vissute semplicemente o per evacuare o per sperimentare o per trasformare.

Il sogno è una forma di comunicazione ad alto significato rappresentazionale che coinvolve e mette insieme problematiche a livello individuale, a livello gruppale e a livello di percorso terapeutico o di esperienza. È un indicatore prezioso di incastri tra mondi interni individuali che il gruppo può vivere come produzione psichica collettiva.

Se assumiamo la prospettiva bioniana dobbiamo considerare il gruppo esperienziale come "stato mentale" (3) nel quale operano allo stesso tempo le due diverse categorie di pensiero, quella emozionale che si rifà agli assunti di base e quella cognitiva che si rifà all'assolvimento di compiti intellettuali, considerare il gruppo contemporaneamente come entità sociologica e come entità emotiva primitiva.

Claudio Neri (7) nell'individuare i principi che indirizzano la pratica del gruppo esperienziale sottolinea l'importanza del "Work in progress, dell'interazione tra pratica e teoria, dell'oscillazione tra conoscenza e partecipazione, della centralità della nozione di trasformazione e del privilegio del collettivo".

Il sogno è un oggetto di investimento affettivo, è un'esperienza dell'Io, del tu, del collettivo, è una vicenda che accomuna tutti, è un inizio e una fine, è una memoria collettiva è un pensiero di gruppo, un luogo, una scena dove tutti i vissuti vengono rappresentati .

Essere in gruppo allora può essere raffigurato dal sogno di Alessia. "Ero su un isolotto dove vedevo un gruppo di gabbiani. Altri gabbiani stavano su isolotti vicini. Io anche ero un gabbiano. C'è molto disordine ed il verso dei gabbiani mi procurava fastidio e confusione, un confondersi ed un sostituirsi di gabbiani. Io conoscevo solo quattro o cinque gabbiani. Sentivo però che l'isolotto era stabile ; da qui potevo trovare limiti e confini. Allora il verso dei gabbiani non mi dava più fastidio". Il sogno mette in evidenza vissuti di isolamento, di confusione, di perdita di confini. Un linguaggio fastidioso, sgradevole(parlare di sé non sempre in gruppo è facile), può essere convertito in sensazioni piacevoli, se ci si può sentire in un luogo stabile, con

limiti sicuri, all'interno della collettività non più vissuta come pericolosa e confusiva. L'andare e il venire delle persone fa sentire il gruppo frammentato, troppo vasto. Da una parte l'esigenza di essere in pochi per poter interiorizzare il gruppo, dall'altra parlare di sé può essere sentito come prendersi uno spazio troppo grande rispetto ad altri membri.

Così Giulia vede un "cerchio molto nitido, blu. Dentro e fuori lo stesso colore più vivo, come il cielo. Giulia guarda il cerchio dall'alto. Lo vede come fosse inclinato, percepisce però di stare dentro. Vede cinque persone che parlano. All'interno lo spazio risulta un po' vuoto". A questo sogno fatto all'inizio del gruppo esperienziale ne segue un altro, verso la fine dell'esperienza, nel quale Giulia "vede tutto il gruppo, ne riconosce le facce. Il gruppo è su un prato in cerchio tra un palazzo e un muro. Per terra sono state messe delle coperte". Dopo la narrazione del sogno la posizione del gruppo cambia. Si avvertono movimenti per mettersi tutti vicini, ma viene espresso il timore di farlo. Alla fine il gruppo costituirà un cerchio.

"Nella simbologia indiana il cerchio è un simbolo del Sé" (8). Infatti esso esprime "la totalità della psiche in tutti i suoi aspetti". Brahma e Buddha volgono lo sguardo in modo circolare. Il cerchio è formato da una sola linea, la quale contiene tutti i punti e questi sono equamente distanti dal centro. Distanza, appartenenza, similitudine, familiarità, caratteristiche che qualificano, che hanno qualità di durata o di provvisorietà e che sono legate al tempo. Il sogno nel gruppo le contiene tutte, in quanto la psiche umana mantiene tracce mnestiche residue degli stati filogenetici dello sviluppo. L'uomo, sognando, risponde ad essi e alle sue forme simboliche, residue di un inconscio collettivo il cui contenuto psichico è di natura istintuale. Pensando al cerchio come figura geometrica, la cui circonferenza delimita lo spazio, e pensando al gruppo nella sua disposizione circolare, non possiamo non fare alcune considerazioni sull'interno che si viene a costituire. Nella posizione circolare i membri del gruppo si possono immaginare o sentire più vicini e per dirla con Masud Khan (12) unirsi con gli occhi. Se immaginiamo degli spostamenti da parte dei membri sulla linea della circonferenza, tutti nello stesso tempo e alla stessa maniera, si può pensare, in modo ideale, che tutti raggiungono il centro. Il centro rappresenta l'anima del gruppo, il punto d'incontro dell'inconscio dei singoli membri.

Kohut (9) dice che "bisogna poter esistere per poter sognare" forse oggi potremmo dire che "bisogna poter sognare per poter conoscere" e quando appare un sogno si può dire che un aggregato è diventato o sta diventando un gruppo e che sta iniziando una conoscenza di sé.

Aspetti legati al contesto istituzionale, al binomio normalità e patologia appaiono evidenti nel sogno di Marina.

"Il gruppo, disposto nello stesso modo in cui si disponeva durante l'incontro settimanale all'Università, era invece in una stanza di un ospedale psichiatrico. Ognuno doveva spiegare un sogno, che era disegnato su un maxischermo.

Marina cercava di leggere le immagini ma non ci riusciva. Neppure gli altri riuscivano a spiegare il sogno davanti ad una giuria che stava di fronte a loro, impassibile. Solo un membro di questa, che sembrava cattivo ma che alla fine si rivelava buono, riusciva ad interpretarlo".

Marina collega il sogno al gruppo. Il successivo lavoro mette in luce gli aspetti super egoici dell'Istituzione, la distanza con i professori, l'interferenza con la cattedra e la paura di poter essere scambiati per pazzi, come se i confini tra salute mentale e malattia fossero troppo sfumati. La giuria del sogno rappresenta l'esame e la valutazione delle tesine.

Il gruppo è un sogno che non si può spiegare, un'esperienza che risente dei condizionamenti istituzionali, ma che può trovare rassicurazione dalla figura benevola del conduttore.

Carla sogna la festa del papà. "c'erano delle candele gialle. Una ragazza del gruppo le aveva accese, ma Carla diceva di non farlo per metterle poi sulla torta per la festa del papà". Il sogno è l'occasione per rivivere in gruppo il trauma della morte del padre quando è toccato ad un amico darle la notizia. In un altro sogno Francesca racconta "mio padre era morto. Accanto a me c'era Rambo che mi diceva di non preoccuparmi. Mi trovo in un'aula universitaria. Sono in alto e mi chiedo come farò ad arrivare fino in fondo. Scendo giù a saltelli fino ad arrivarci".

Carla non ha potuto più pensare alla sua dolorosa esperienza perché sentiva che il dolore la sommergeva. Si è sempre imposta di essere forte. Ora sentendosi accolta nel gruppo può avvicinarsi ad essa con più coraggio. Sentendosi meno sola Francesca sa nel sogno che può arrivare al gruppo, anche se si trova in un'aula universitaria, perché può manifestare ed esprimere contenuti dolorosi che potranno essere accolti.

Eugenio Gaburri (10) indica nelle prospettive di ricerca in psicoanalisi la direzione di "circoscrivere e individuare gli spazi rimasti vuoti, enigmatici, inesplorati (ciò che si sa di non sapere) stimolando l'elaborazione e la trasformazione dei modelli".

Il gruppo esperienziale, condotto da persone formate psicoanaliticamente, come strumento di formazione rappresenta uno spazio "vuoto, enigmatico, non ancora esplorato" ?. Difficile rispondere a questa domanda rispetto ai binomi familiarità-estraneità, normale-patologico, reale-irreale. Difficile rispondere soprattutto per quanto riguarda il significato ed il valore del sogno.

Individui estranei tra loro con elementi di familiarità nella scelta della facoltà, nella contiguità occasionale della esperienza come vivono questa esperienza di gruppo ?

Il gruppo esperienziale, formato da persone che non chiedono intervento psicologico (viene precisato nel contratto che il gruppo non è un gruppo terapeutico), ma mostrano alle volte grande necessità di aiuto, sembra muoversi in un ambito che oscilla tra realtà e irrealtà, normalità e patologia, come un gruppo di transizione tra un'esperienza condivisa e un'esperienza a dimensione insatura.

Si potrebbe dire con Kaes (11) che il setting del gruppo esperienziale è in un rapporto di incastro e di reciprocità con il setting della stessa istituzione, con il setting interno del terapeuta e che ciascuno a suo modo partecipa al mantenimento e alle reciprocità dei setting nel loro rapporto antagonistico e complementare (setting amministrativo dell'istituzione contro setting esperienziale).

Il gruppo, in quanto formazione psichica intermedia, dice Kaes (11), è ciò che nell'istituzione lega i soggetti tra loro, in una realizzazione di tipo onirico, attraverso la comunanza dei sintomi, dei fantasmi e dei contesti istituzionali.

Il gruppo esperienziale è un gruppo nei gruppi, in quello più ampio della Facoltà di Psicologia, della Cattedra di Dinamica di gruppo, di quello di supervisione, di altri gruppi di supervisione, di quello degli studenti, di quello di altri gruppi esperienziali. Un po' come le scatole cinesi o le matrioske in cui una scatola o una bambola contiene l'altra ma da essa è contenuta in uno scambio di misure e di rapporti. Un'esperienza che si gioca tra realtà e irrealtà, dove la nascita o la presentazione dell'oggetto sono compulsivamente vissuti fantasticando una non fine.

L'esperienza del gruppo esperienziale riguarda quindi il senso del noi e la differenziazione da altri gruppi, la reciprocità, l'uso della relazione e la sua eventuale costante relazione negativa, il monitoraggio affettivo reciproco.

Deve quindi il gruppo esperienziale sostenere e riconoscere gli investimenti narcisistici, contenere le ansie primitive, mantenere punti di riferimento identificatori nella protezione contro la solitudine e l'ignoto ?

Nella costruzione del gruppo entrano in campo bisogni di sicurezza, di alleanza inconscia, di saperi condivisi, di ideali comuni ?

Il sogno si configura come uno dei sistemi di autorappresentazione del gruppo e degli individui capaci di produzione di significati emotivi profondi, linguaggio ed espressione inconscia di comunicazione di meccanismi primitivi ? Interrogativi questi lasciati aperti in una dimensione insatura per essere oggetto di ricerca e di approfondimenti teorici ed esperienziali.

Bibliografia

Bion, W. R. (1962). *Apprendere dall'esperienza*. Roma: Armando, 1972.

Calderòn de la Barca (1967). *La vita è sogno*. Milano: Adelphi

Gaburri E., in Rugi G., Gaburri E.(1998) (a cura di) *Il campo gruppale*, Roma: Borla.

Kaes R.(1998). *Le esigenze del lavoro psichico imposte nelle istituzioni ai propri membri*, in Rugi G., Gaburri E. (a cura di), *Il campo gruppale*. Roma: Borla.

Masud R. Khan M.(1979). *Lo spazio privato del sé*. Torino: Bollati Boringhieri.

Riolo F. (1994). *Sogno e teoria della conoscenza in psicoanalisi*, p. 45, in Neri C., Correale A., Fadda P., *Lecture Bioniane*, Roma: Borla.

Sanberg P. (1986). *Over the conter drugs*. Harmless or hazardous, Chelsea house publishers.

Sandler G. (1991). *L'inconscio e il mondo rappresentazionale*, in Ammaniti M., Stern D. N. (a cura di), *Rappresentazioni e narrazioni*. Bari: Laterza.

Zavattini G., Norsa C.(1997). *Intimità e collusione*. Milano: Cortina.

Notizie sull'autrice

Rosa Romano Toscani. Psicologa, psicoterapeuta. Laureata in Lettere e Filosofia all'Università "La Sapienza" di Roma, specializzata in Psicologia, ha lavorato come psicologo coadiutore nel Servizio Sanitario Nazionale, occupandosi di bambini e di adolescenti.

Mail: giorgiotoscani@fastwebnet.it