

Il sole nella nebbia. Un gruppo di psicodramma con donne vittime di violenza

di Michela Fiore* e Vivienne Meli**

[Ricevuto il 25/10/2020
Accettato il 29/11/2020]

Riassunto

Le autrici propongono una breve dissertazione sull'utilizzo dello psicodramma a sostegno delle donne vittime di violenza. Il gruppo di psicodramma è stato un viaggio avventuroso, di donne con le donne, attraverso ruoli inesplorati, rappresentazioni conflittuali e immagini evocative dense di emozioni. Il lavoro, che ha avuto come punto di partenza l'esplorazione del ruolo genitoriale, ha permesso di percorrere sentieri intrecciati di storie individuali e di futuri possibili anche dopo relazioni traumatiche. Il gioco psicodrammatico ha stimolato movimento e spontaneità e lo spazio scenico ha rappresentato un luogo sicuro in cui le donne hanno potuto intessere nuove trame narrative relative alle esperienze personali.

Parole chiave: Gruppo, Psicodramma, Violenza, Donne, Trauma.

Abstract. *The sun in the fog. A psychodrama group with women victim of violence*

The work, which had as its starting point the exploration of the parental role, allowed to travel paths intertwined with individual stories and possible futures even

* Psicologa, psicoterapeuta, psicodrammatista (via Talucchi, 23 – 10143 Torino);
michelafiore@yahoo.it

** Psicologa, psicoterapeuta, psicodrammatista (corso Lombardia, 227 – 10151 Torino);
vivienne_meli@yahoo.it

Gruppi/Groups (ISSN 1826-2589, ISSNe 1972-4837), 2/2020
Doi: 10.3280/gruoa2-2020oa12582

CONTRIBUTI ORIGINALI

after traumatic relationships. The psychodramatic game stimulated movement and spontaneity and the stage space represented a safe place where women could weave new narrative plots related to personal experiences.

Keywords: Group, Psychodrama, Violence, Women, Trauma.

C'era una volta. Le origini e il contesto

Il lavoro che andremo a presentare nasce dall'incontro dei nostri percorsi personali e professionali, frutto di una passione condivisa per il gruppo e lo psicodramma come strumento di lavoro.

L'intento è quello di tracciare i fili narrativi di un'esperienza clinica che si colloca entro la cornice teorica dello psicodramma analitico-individuativo (Gasca, 2003), ma che si avvale di contaminazioni dello psicodramma classico di Moreno e della danzaterapia.

Questa esperienza clinica ha stimolato in noi alcune riflessioni intorno al molto dibattuto ed estremamente attuale tema della violenza di genere. Nello specifico ci siamo chieste quale ruolo possa assumere socialmente il concetto di vittima e quale funzione possa svolgere la sua stereotipizzazione, declinata spesso nelle caratteristiche di passività, fragilità e dipendenza.

Prima di procedere nella narrazione dell'esperienza oggetto del presente lavoro ci preme recuperare il concetto di *Ombra* nella teorizzazione di Jung (1969), essendo di grande utilità clinica per i temi trattati.

Egli indicava con questo termine tutti quegli aspetti "oscuri" e "scomodi" della personalità, la somma di istanze, pensieri e desideri inaccettabili da parte dell'Io.

Pur senza una precisa localizzazione topologica, tali aspetti tendono a essere rimossi o repressi dal soggetto. Talvolta può accadere che alcuni di questi contenuti (le parti d'Ombra), nell'impossibilità di essere riconosciuti e integrati dall'Io, vengano proiettati all'esterno.

Come vedremo, in certe situazioni particolari, tali contenuti proiettati all'esterno (su un'altra persona) potrebbero essere riconosciuti come propri (grazie al meccanismo dell'identificazione proiettiva) da chi ha ricevuto la proiezione e di conseguenza tale soggetto potrebbe identificarsi con i contenuti del primo soggetto, ossia quello che ha effettuato la proiezione.

È questo il caso di situazioni di violenza in cui gli aspetti d'Ombra vengono proiettati sull'altro con un carattere di continuità; il soggetto che riceve una proiezione d'Ombra con cui si identifica si trova a dover affrontare una distorsione della personalità che può comportare l'insorgere di un profondo stato di disagio se non addirittura determinare una condizione psicopatologica.

Se pensiamo al problema della violenza intrafamiliare si assiste a una sorta di danneggiamento reciproco attraverso il radicamento in ruoli stereotipizzati che nascondono aspetti della personalità inconsci e indifferenziati che vengono a loro volta espressi proprio attraverso le proiezioni d'Ombra e le successive identificazioni.

In altri termini, gli individui non integrano la propria Ombra, ma si identificano con l'Ombra che vien loro proiettata addosso.

Si vedrà come l'esperienza clinica abbia permesso alle donne di riconoscere i propri aspetti d'Ombra attraverso l'inversione di ruolo che ha rovesciato la dinamica vittima-aggressore, recuperando così una possibilità di canalizzazione della propria aggressività in senso vitale.

Ci preme dedicare, in questa fase introduttiva, ancora qualche riga per descrivere il contesto del Centro Antiviolenza Arci Centro Donna, grazie al quale è stato possibile dar vita a questo gruppo. Il Centro, riconosciuto dalla Regione Piemonte con la legge regionale 4/2016, offre a titolo gratuito consulenza psicologica, legale e di orientamento al lavoro alle donne che chiedono supporto. Nel 2018 il Centro Antiviolenza ha accolto 130 donne.

Dai dati raccolti dall'Associazione negli ultimi anni si evidenzia una netta predominanza di violenza intrafamiliare rispetto a quella extrafamiliare, con una prevalenza di quella di tipo psicologico, con carattere di continuità nel tempo.

Secondo l'ultimo rapporto ISTAT, le forme più gravi di violenza sono esercitate in ambito familiare o da conoscenti o amici; nel 2014 le violenze psicologiche più gravi (le minacce e l'essere chiuse in casa o l'essere seguite) riguardano l'1,2% delle donne in coppia, per un totale di 200 mila donne.

Di ricette, travestimenti e pozioni. Appunti sulla metodologia

Il gruppo di psicodramma è nato dalla raccolta dei bisogni manifestati dalle donne che si sono rivolte al Centro Antiviolenza denunciando situazioni di violenza domestica. Uno degli aspetti più rilevanti era la difficoltà nella gestione del ruolo genitoriale che sembrava in qualche modo essere minacciato dalla dimensione della violenza e dalla conseguente scelta di intraprendere il percorso di fuoriuscita dalla situazione maltrattante. "Come posso gestire la relazione con i figli alla luce degli eventi familiari difficili?" e ancora: "Come si modificano i rapporti normativi e affettivi dopo una separazione?".

Erano comuni gli interrogativi e i dubbi sulla gestione della genitorialità insieme alla fragilità del ruolo materno che, messo a dura prova da conflitti, traumi e separazioni, appariva vacillante e insicuro. Era inoltre diffusa la

paura costante di perdita della relazione con i propri figli alimentata dalla consapevolezza della sofferenza vissuta entro le mura domestiche.

Le sensazioni di fallimento, paura e vergogna apparivano ricorrenti nei racconti delle donne e sovente hanno rappresentato, nelle loro storie personali, una delle motivazioni che hanno impedito un tempestivo abbandono del contesto violento. La violenza psicologica, infatti, secondo Malagoli Togliatti e Mazzoni (2009), incide sul benessere emotivo della vittima e si caratterizza per atti lesivi della libertà e dell'identità della vittima, atti di svalorizzazione e strategie di isolamento, causando insicurezze, paure, perdita dell'autostima e autosvalutazione. Si tratta di un maltrattamento molto sottile. Tra le conseguenze di questa svalorizzazione c'è un sentimento di inadeguatezza rispetto alle cose che si fanno, un senso di vergogna, l'assimilazione dei valori dell'aggressore. Questo favorisce l'isolamento e il senso di solitudine e di impotenza, che nel tempo può rendere incapace la vittima di capire quanto questi atteggiamenti siano dannosi per la sua stessa identità. Prima ancora di essere madri sono state bambine e ragazze, private di un legame di attaccamento sicuro, assenza che ha dato origine a un'immagine di sé poco amabile e soprattutto percepita come "difettosa". Accade frequentemente, infatti, che le donne che subiscono maltrattamenti vivano un forte senso di umiliazione e autosvalutazione.

La solitudine di queste madri e i bisogni espressi ci hanno spinto a pensare, quindi, a un gruppo di psicodramma di tipo omogeneo sul tema della genitorialità, rivolto a quelle donne che avevano già affrontato la fase di gestione dell'emergenza legata alle violenze, fisiche e psicologiche. Tale scelta è stata maturata e condivisa dal gruppo di lavoro e supportata dalla considerazione che l'investimento emotivo e affettivo che richiede un gruppo terapeutico poteva in qualche modo essere garantito da una situazione di maggiore stabilità, che non appartiene alla fase acuta di svincolo dal contesto violento. Si può pertanto considerare che le pazienti non chiedevano un'esplicita terapia di gruppo, ma un generico aiuto psicologico che potesse sostenerle nella complessità della relazione genitori-figli. Per tale ragione sono stati di centrale importanza i colloqui preliminari con le pazienti per la gestione e l'approfondimento della domanda, «poiché ciò si lega alle aspettative del paziente, al lavoro di valutazione diagnostico e al processo di fondazione o inserimento nel gruppo» (LoVerso, 2002, p. 36).

Il progetto è stato attivato nel 2017 ed è stato realizzato con il dispositivo di un gruppo omogeneo composto da dieci donne in un setting definito in cicli a termine di dieci incontri ciascuno e con sedute della durata di 2 ore.

Le dieci partecipanti dividevano inoltre alcune evidenze sintomatiche quali ansia, umore deflesso e sintomi relativi al disturbo post-traumatico da stress (PTSD) e sentimenti di impotenza, paura e senso di colpa. Le donne

selezionate per il gruppo non avevano in corso alcun trattamento farmacologico, erano tutte in carico al Centro Antiviolenza e la maggior parte di loro aveva precedentemente avviato un percorso di sostegno psicologico individuale che in alcune situazioni era ancora in corso.

L'omogeneità dei temi da loro portati ha favorito un rapido sviluppo di un clima di condivisione e coesione che ha fatto sentire alle pazienti un immediato senso di appartenenza. Tale aspetto ha permesso di attivare una rete di relazioni forte e di lavorare più velocemente sul raggiungimento degli obiettivi. È tipica dei gruppi omogenei:

«l'immediata creazione di un clima gruppale di condivisione e di una coesione dati proprio dalla comunanza di esperienza che fa sentire un forte senso d'appartenenza e una possibilità di ascolto e comprensione immediati (...). Il fatto di ritrovarsi con persone che condividono gli stessi problemi facilita, inoltre, l'uscita dall'isolamento e diminuisce il senso di solitudine. Il gruppo relativizza la propria sofferenza facendola sentire meno unica, aprendola all'ascolto dell'altro e alla possibilità di essere accolta e compresa» (Ustica, 2002, pp. 47, 52).

Tra i molti fattori terapeutici della terapia di gruppo, l'informazione, l'universalità, l'altruismo, l'infusione di speranza (Yalom, 2005), diversi autori sottolineano la terapeuticità dello sperimentare la coesione gruppale e il vivere le relazioni interpersonali all'interno del gruppo che diventa luogo privilegiato di apprendimento.

Il rispecchiamento, attivato in modo massiccio dagli aspetti di comunanza, rende visibile, attraverso le esperienze degli altri, i propri problemi, i propri modelli relazionali nonché gli aspetti di sé poco chiari, ignorati o difficilmente guardabili e dicibili, oltre a favorire l'apprendimento interpersonale grazie al quale è possibile acquisire nuove modalità relazionali.

«Il fatto di sperimentare nuove e più efficaci forme d'interazione si rivela un elemento denso di grandi potenzialità trasformative, se queste acquisizioni vengono generalizzate al mondo di relazioni esterne, reali» (Ustica, *op. cit.*, p. 56).

La possibilità di identificazioni reciproche tra i partecipanti del gruppo dà vita al fenomeno che Neri (2017) ha ben identificato come *transfert orizzontale*, distinguendolo dal più conosciuto *transfert diretto* al terapeuta (*transfert verticale*).

Per quanto riguarda la conduzione e l'osservazione del gruppo abbiamo privilegiato una modalità a ruoli alterni che ha stimolato e assecondato l'emersione di aspetti diversi in un caleidoscopico gioco di proiezioni e di identificazioni. La posizione più attiva del conduttore e quella più silenziosa, ma non meno presente, dell'osservatore hanno evocato e presentificato all'interno del gruppo sfumature e possibilità differenti di partecipazione.

I nostri stili di conduzione e i nostri temperamenti hanno condizionato e influenzato il processo di gruppo e i percorsi delle partecipanti. È stato importante giocare ed esprimere in alternanza le nostre specificità sia professionali sia umane, dando vita a un clima dinamico all'interno del gruppo, tentando di allontanare il pericolo di una cristallizzazione e idealizzazione dei ruoli, sia di professioniste sia di donne. Le partecipanti ci hanno spesso restituito le loro percezioni sul cambio di conduzione e sulla specificità di ognuna, come possiamo ascoltare dalle parole di P.: “Oggi la conduzione tocca alla zia... attenzione che sembra docile ma poi...”.

Altrettanto importante si è rivelato il lavoro di integrazione dei nostri vissuti controtransferali. Al termine degli incontri ci confrontavamo sulle riflessioni personali relative all'incontro. Non di rado ci siamo riconosciute portatrici di emozioni e stati d'animo opposti, come nel caso in cui di fronte alla sequenza di giochi drammatici di F., l'una portava con sé sentimenti di tenerezza, comprensione e struggimento, l'altra quasi implodeva per la quantità di irritazione e insofferenza che era stata sollecitata dalla partecipante.

Ci siamo quindi spesso interrogate su quali processi ci coinvolgessero di volta in volta, chiedendoci quanto la navigazione nelle acque della violenza, nelle sue dinamiche e relazioni, fosse in grado di attivare una dimensione dissociativa, di cui facevamo esperienza in questa modalità. Talvolta è stato davvero straniante percepirci, immediatamente dopo la fine della seduta, propriamente “divise in due”, l'una e l'altra abitate da moti emotivi e visioni diametralmente opposte ma, soprattutto, incapaci, in quel momento, di accedere al punto di vista dell'altra. Riflettiamo su come in presenza di traumi la dissociazione funga da fattore protettivo, impedendo che residui e fragili nuclei vitali possano entrare in contatto con un mondo violento capace di distruggere ogni cosa. In questo senso le difese primitive, nel tentativo di proteggere l'individuo, impongono la loro distruttività inducendo, inoltre, la convinzione interna di una impossibilità di cambiamento. Il continuo lavoro di ascolto e integrazione dei nostri controtransfer avrebbe permesso in seguito di avviare l'elaborazione dei contenuti dissociativi traumatici con il gruppo.

Corpo e spontaneità. Il riscaldamento

Le sedute iniziavano con una fase di riscaldamento ed era come incontrarsi dietro le quinte di un teatro dove gli attori possono gradualmente accedere a una dimensione “altra”, uno spazio liminale tra il mondo esterno e il palcoscenico della vita interiore. In questo modo le donne si congedavano parzialmente dal frenetico mondo della quotidianità per accedere a una dimensione intima in cui

i protagonisti erano il corpo e la sua piena espressione. Il riscaldamento era per noi uno spazio curato e diverso di volta in volta, in cui proponevamo precisi stimoli rispondenti ai tempi e alle fasi del gruppo, lasciando successivo spazio alla condivisione al riconoscimento reciproco.

In questa prima fase le conduttrici si esprimevano di seduta in seduta in due ruoli complementari: una delle due si occupava di accompagnare il gruppo attraverso una rassicurante voce guida mentre la seconda conduttrice agiva da agente facilitante l'espressione corporea attraverso la sua partecipazione attiva. Moreno teorizzò che la liberazione della spontaneità fosse alla base di ogni mutamento psichico ed espressioni creative. Una condizione essenziale alla liberazione della spontaneità secondo l'autore è legata a un profondo senso di sicurezza e di possibilità di affidamento data da un ambiente che deve essere costruito artificialmente per tale scopo.

«Il rapporto, non solo empatico, ma di comunicazione telica, che il direttore-terapeuta dello psicodramma stabilisce con il soggetto costituisce il prototipo di tutti i rapporti costruttivi. Si tratta di un rapporto che nella forza della sua carica empatica comunica la possibilità di affidarsi e di rispondere a quella antica, profonda e inesauribile necessità di fusione e di abbandono che si caratterizza, a partire dal distacco del grembo materno, il procedere dell'essere umano» (De Leonardis, 2003, p. 63).

Tra le proposte iniziali ricordiamo il gioco corporeo in coppia e in piccolo gruppo, la danza, l'immaginazione guidata, il disegno e il lavoro con le immagini.

Il ruolo centrale del corpo in questo momento iniziale ha favorito un coinvolgimento attivo stimolando l'emergere della spontaneità, la manifestazione non verbale delle emozioni e ha permesso, nelle fasi iniziali la conoscenza reciproca, elemento imprescindibile per la fondazione del gruppo.

Nelle attività di riscaldamento corporeo viene attivata e stimolata l'auto-percezione. Nonostante abitiamo costantemente il corpo, abbiamo pochissima consapevolezza delle sue forme, delle sue abitudini, delle sue potenzialità e il lavoro sulla percezione di sé mira a ricercare una maggiore autoconsapevolezza.

Questa attività, anche se parte da un registro prettamente fisico, attraversa tangenzialmente aree di funzionamento squisitamente psichiche. Infatti, come ci ricorda Bellia, il corpo che si autopercepisce determina una rinnovata esperienza del confine del Sé che secondo l'autore è una funzione che si colloca a cavallo tra lo schema corporeo e l'immagine corporea, elemento fondante l'identità in termini di continuità e trasformazione (Bellia, 2001).

Ci è sembrato, pertanto, importante lavorare sull'identità e sul confine di sé, a partire da ciò che è strumento unico e privilegiato di esperienza di sé nel mondo: il corpo.

Alla base di questo lavoro esiste una concezione di completa integrazione e complementarità tra psiche e corpo di cui il Sé ne è la manifestazione. Potremmo anche dire che il corpo e la psiche sono due aspetti della stessa realtà e che si differenziano solo per le modalità differenti con cui la nostra coscienza li percepisce.

Dare avvio alla seduta lavorando con il corpo agisce quindi contemporaneamente anche sullo stato psicologico dei soggetti partecipanti, agevola la possibilità di passare da uno stato di coscienza ordinario a stati di coscienza *secondi*, da un funzionamento del pensiero di tipo logico-analitico a quello analogico e associativo; inoltre predispone a una maggiore circolazione delle emozioni, abbandonando una disposizione difensiva e rigida, ancora, facilita il passaggio da una dimensione concreta-operativa a una immaginativa, creativa ed espressiva; infine permette di spostarsi da un linguaggio verbale a un linguaggio non verbale (Bellia, *op. cit.*).

Il lavoro con il corpo è sempre stato per D., una delle partecipanti, piuttosto complesso e il riscaldamento attraverso il rilassamento ne ha rappresentato un momento di difficoltà. La sua rigidità, l'ossessivo controllo razionale e la frenesia del suo modo di vivere erano strategie difensive che usava per non contattare una dimensione emotiva che avvertiva come pericolosa. D. dopo un iniziale momento di rilassamento, in cui si invitava ad abbandonare le tensioni corporee, a concentrarsi sulla respirazione per favorire una maggiore consapevolezza delle parti di sé, ha condiviso con il gruppo il suo estremo disagio nell'eseguire e portare a termine questo tipo di esercizio. La paziente è stata così invitata a mettere in scena con lo psicodramma quanto vissuto poco prima. Il gioco ha consentito di esplorare un frammento della sua storia personale legato a un'anziana zia che le proponeva la pratica dello yoga come attività per rilassarsi e non pensare, in un periodo in cui era molto inquieta e sofferente per ciò che accadeva all'interno delle mura domestiche. Un tentativo analgesico, forse, quello della zia, che non era però in grado di accogliere e riconoscere il dolore della ragazza. Possiamo immaginare che quel rilassamento imposto rispondesse maggiormente a un'esigenza difensiva di negazione piuttosto che rappresentare un efficace strumento per gestire il difficile clima conflittuale familiare di cui nessuno voleva parlare. D. ha sempre vissuto con ansia la richiesta della zia perché lasciarsi andare esprimeva sia la paura di contattare le proprie emozioni, sia la negazione della sua sofferenza più intima da parte del contesto familiare. La paziente oggi sente che "si deve correre per non sentire, l'irrequietezza difende dalla fragilità, piangere fa paura"; invitare al rilassamento è irritante e produce una primitiva rabbia verso chi non è stato in grado di accogliere il dolore. D. ha potuto mettere in scena la parte di sé fragile e la parte irrequieta in un gioco di reciproco riconoscimento attraverso un dialogo non verbale mai espresso prima.

Come il racconto di questo episodio di D. mette in luce, il riscaldamento, nelle sue differenti forme, ha avuto un ruolo attivante e più in generale ha contribuito all'acquisizione di un clima di gruppo rilassato che ha velocizzato l'ingresso nella fase del gioco psicodrammatico vero e proprio.

Amori, battaglie e silenzi. La scena drammatica

La drammatizzazione, anche denominata il gioco, occupava la parte centrale della seduta, uno spazio dove le partecipanti hanno potuto esprimere ed esplorare relazioni, vissuti traumatici, fantasie e sogni attraverso continui cambi di ruolo e amplificazioni collettive.

Il punto di partenza, il lavoro sulla genitorialità, è stato un motore sorprendente che ci ha condotte, inevitabilmente, a contatto con aspetti identitari e con le narrazioni personali.

Le partecipanti si sono riconosciute in atteggiamenti rigidi e poco flessibili improntati sul "dover essere" che spesso le conducevano a trascurare i bisogni affettivi dei bambini e l'ascolto delle loro componenti più fragili. Attraverso il gioco psicodrammatico è stato possibile osservare come le donne sentissero l'urgenza di assumere un ruolo maschile-paterno fortemente normativo. Il gruppo si è interrogato a lungo sulle ragioni di questa tendenza arrivando a individuare come spesso le eccessive responsabilità e i relativi sensi di colpa (per aver causato la separazione, per aver denunciato le violenze e quindi provocato l'allontanamento del padre) attivassero una compensazione espressa attraverso il controllo e la normatività, con una conseguente perdita della propria spontaneità. Ingorghi emotivi, fatti di rabbia, solitudine, insicurezza e paura sembravano non trovare adeguata possibilità di espressione e di relativa elaborazione. L'assumere, quindi, ruoli controllanti e rigidi rendeva possibile un assetto difensivo al fine di non accedere a contenuti magmatici e disturbanti, avvertiti come potenzialmente distruttivi. A questo proposito ci sembra pertinente la favola della "Fanciulla senza mani" nella rilettura di Falbo, in cui vengono descritte le donne vittime di violenza indicandole come «mutilate nei propri arti interni (...). Nella favola, infatti, la fanciulla è mutilata nelle mani, poiché il padre l'ha venduta al diavolo (*Thanatos*)» (Falbo, 2013). Questo su un piano simbolico vuol dire che la sfortunata, da un lato è preda di un Animus negativo interno che la costringe a razionalizzazioni e intellettualismi non vitali, sostituendo un atteggiamento psichico spontaneo con uno artificiale, dall'altro che la donna è stata privata della sua capacità di fare in modo autonomo, quindi usare la propria aggressività (le mani in senso simbolico) in modo utile e costruttivo, obbligandola a una passività prima di tutto dolorosa.

La passività ha rappresentato una dimensione che trasversalmente sembrava raggiungere l'essere donne e madri, sia nei contesti familiari sia in quelli personali e sociali. Come sostiene Pessina:

«Sia quando sono fatte oggetto di violenza, sia che riescano a sfuggirle seguendo una modalità evitante, come la Ismene della tragedia classica, queste donne restano come morte in quanto Soggetto» (Pessina, 2017, p. 79).

La scarsa autostima e le complesse dinamiche legate alle situazioni violente e di non rispetto, generano facilmente atteggiamenti di subalternità e sottomissione acritica anche di fronte alla rete di professionisti e servizi che sono gli unici, agli occhi delle donne, a detenere sempre competenze e verità.

A questo proposito si è lavorato a lungo sulla connessione esistente tra le esperienze vissute a loro volta come “figlie” e lo stile, le risorse, le difficoltà incontrate nell'essere madri. Il gioco psicodrammatico, attraverso la rivisitazione delle storie personali, la messa in scena delle dinamiche genitore-figlio, la sperimentazione del cambio di ruoli e la condivisione con il gruppo hanno favorito una maggior consapevolezza di sé e delle proprie esperienze.

L'emozione della rabbia ha costellato i nostri incontri, evocando, il più delle volte, la relazione che legava i padri e i figli. Gli ex compagni-mariti emergevano dalle descrizioni e dai giochi come individui, poco trasparenti se non addirittura inautentici. Il dolore, la rabbia sedimentata e subita nel tempo dalle madri nei confronti dei mariti-compagni investiva gli uomini anche nel loro essere padri, comportando spesso l'impossibilità di riconoscere e discriminare quanto le critiche mosse dalle donne fossero per le condotte dei padri nei confronti dei figli o quanto fossero mosse verso i compagni-mariti che avevano conosciuto. Molteplici fattori, di natura individuale e situazionale, hanno fatto sì che nelle vite di queste donne il confronto diretto o una sana conflittualità fossero strumenti poco utilizzabili nella relazione. In questo modo, rivolgere e spostare le rivendicazioni e le problematiche sugli atteggiamenti dei padri nei confronti dei figli, ha permesso forse di esprimere quegli attriti difficilmente affrontabili all'interno della coppia. La relazione padre-figli, che doveva risultare “a tutti i costi” disfunzionale, diveniva, quindi, strumento per attestare e denunciare le sofferenze e le ferite subite dalle donne precedentemente. Durante i giochi è emerso, infatti, un forte desiderio di rivendicare il proprio dolore attraverso richieste più o meno esplicite di risarcimento e riconoscimento da parte dei figli, dei familiari e delle istituzioni. A tale proposito, la tecnica del cambio di ruolo, nello specifico con i compagni-mariti e con i propri figli, si è rivelata quanto mai preziosa. È stato, infatti, possibile iniziare un percorso di lettura e di elaborazione di questo movimento inconscio che ha permesso alle donne di cercare più

attivamente azioni e richieste che fossero in grado di dar voce al proprio dolore, che andava gradualmente acquisendo importanza e dignità. Le storie individuali e delle famiglie d'origine narravano relazioni spesso anaffettive di padri per lo più rigidi e giudicanti, o completamente indifferenti e disinteressati verso i figli, e madri lontane in un intreccio di esperienze di deprivazione affettiva, di femminili poco individuati, spesso frustrati e soffocati nella loro ricerca di autodeterminazione.

Il corpo delle donne manifestava sempre di più i segni di un cambiamento possibile, mettendo in luce un femminile ritrovato nella sua piena espressione nello spazio fisico e mentale; le donne apparivano sempre più curate nel loro aspetto e al contempo le immagini evocate nello psicodramma cambiavano con il passare del tempo. Verso la fine del percorso un disegno di una paziente ritraeva un sentimento di speranza e di fiducia nel futuro: "Il sole nella nebbia", così F. ha intitolato la sua opera che rappresentava luminosi raggi di un sole capace di penetrare e di attraversare la spessa coltre di nubi.

Ascolto e integrazione. L'osservazione

Come accogliere e far tesoro di tutto il materiale emerso durante le sedute? L'osservazione rappresenta una preziosa possibilità di restituire e introdurre nel gruppo quell'elemento riflessivo, che può essere più favorevolmente accolto nella narrazione, alla fine dell'incontro. L'intervento di chiusura dell'incontro ritualmente accompagna alla rivisitazione di quanto accaduto, con una distanza diversa, simile a quella dell'artista che contempla qualche metro più in là propria creazione. Nello psicodramma analitico-individuativo l'osservazione finale assume un carattere mitopoietico in cui la mitopoiesi ha la funzione di riorganizzare il materiale inconscio (Gasca e Gasseau, *op. cit.*).

Il gruppo e il conduttore, in questa fase, riconoscono a un soggetto terzo, presente e fino quel momento silenzioso, la possibilità e la responsabilità di immettere nel campo gruppale interpretazioni, letture e domande che, senza distaccarsi dalla sofferente realtà percepita, possono renderla pensabile.

Utilizzando il lessico proprio della psicologia analitica diremmo che l'osservatore ha anche il ruolo di esplicitare il tema o i temi impliciti o d'Ombra a cui il gruppo sta reagendo.

L'osservatore ha, infatti, l'opportunità di recuperare temi, aspetti e particolari tralasciati dal conduttore, perché non colti o per questioni di scelta, andando a svolgere un'azione di complementarità alla conduzione.

Colui che osserva svolge anche il prezioso compito di intrecciare il percorso del singolo partecipante con quello del gruppo, attraverso la

restituzione individuale dei giochi e dei ruoli interpretati, promuovendo la ri-significazione e l'accesso al piano simbolico.

Gasseau (1991) sostiene, infatti, che il dover osservare e avere solo la funzione di osservare al termine della seduta ha spesso per il gruppo il valore di fare un'eco dell'accaduto, che argina interpretativamente l'animalità di gruppo trasformando gli impulsi più immediati della natura in una cultura raccontata e mediata dalla riflessione.

Infine, considerando le numerose esperienze di sostanziale "invisibilità", di carenti cure genitoriali esperite dalle donne durante la loro età evolutiva e le numerose svalutazioni vissute successivamente nelle relazioni di coppia, l'osservazione attiva una funzione di ri-conoscimento, elemento imprescindibile per ogni processo terapeutico, grazie al quale si potrà, forse, un giorno, sviluppare la capacità di cura di sé stessi.

E vissero... Conclusioni

Vorremmo recuperare in queste ultime righe il nostro iniziale interrogativo relativo al ruolo sociale della violenza di genere e alle caratteristiche solitamente attribuite alle vittime.

Prendendo a prestito la figura di Ismene, protagonista, insieme ad Antigone, della tragedia sofoclea, spesso individuata come stereotipo del femminile acquiescente, privo di coraggio e di forza di ribellione, vogliamo sposare una differente lettura del ruolo della passività, ossia quella proposta da Elena Cuomo, autrice di *Tutta colpa di Ismene?*. In quest'ottica Ismene:

«non rimanderebbe tanto alla sottomissione, quanto piuttosto sembrerebbe consegnare il lascito di una dimensione della vulnerabilità, propria non solo delle donne, ma di tutti coloro che hanno contezza di sé» (Cuomo, 2018, p. 149).

Nella lettura di Pessina (2017) il personaggio sofocleo sembrerebbe quindi denunciare e rappresentare proprio gli aspetti d'Ombra di Antigone, atteggiamenti di acquiescenza e sentimenti di passività, tanto opposti quanto complementari al coraggio e all'intraprendenza dalla sorella. Proprio «Ismene evoca la condizione di vulnerabilità, che accettata e presa in carico, può trasformarsi in attenzione al corpo vivo, alla sua fragilità e sensibilità» (Cuomo, *op. cit.*, p. 149).

Giunte a questo punto vorremmo provare a estendere queste riflessioni muovendoci dalla dimensione individuale a una sociale e collettiva.

Potremmo allora ipotizzare una funzione sociale della fragilità, che tante volte abbiamo incontrato nei racconti delle donne in gruppo, a cui può essere

attribuito un ruolo rinnovato, a partire dalla consapevolezza che essa è espressione della finitezza dell'individuo, della precarietà del corpo e del suo essere visceralmente radicato alla vita e alla morte.

In altri termini, partendo dalla posizione che vede gli individui in interdipendenza tra loro, e quindi dal bisogno universale di cura che rende tutti reciprocamente bisognosi dell'attenzione degli altri (Pulcini, 2009), la vulnerabilità cessa di essere unicamente esperienza del singolo, divenendo così un aspetto costitutivo della società stessa, di cui iniziare a pre-occuparsi. Secondo Pulcini: «Noi siamo responsabili in quanto siamo da sempre vincolati, legati, dipendenti da altri» (Pulcini, *op. cit.*, p. 243), una dipendenza che non si prefigura come cieca subordinazione, ma come il riconoscimento di unicità e singolarità soggettive che divengono risorsa indispensabile per l'altro.

Solo attraverso la consapevolezza della fragilità umana e del nostro essere in interconnessione, di essere soggetti in relazione è possibile avviare quella che Pulcini chiama *cura del mondo*. Il gruppo offre, in questa direzione, un'opportunità unica di solidarietà, confronto e apprendimento interpersonale.

La violenza di genere, se concepita non solo come cronaca e destino avverso di singoli individui, diviene quindi un'opportunità per ripensare, farsi carico e prendersi cura delle aree di fragilità e di vulnerabilità dell'umanità intera, della società plurale.

Riferimenti bibliografici

- Bellia V. (2001). *Dove danzavano gli sciamani, il setting nei gruppi di danzamentoterapia*. Milano: FrancoAngeli.
- Cuomo E. (2018). *Tutta colpa di Ismene. Interrogativi e questioni simbolico-politiche sulla tratta delle donne nella società contemporanea*. Milano: Mimesis.
- De Leonardis P. (2003). *Lo scarto del cavallo*. Milano: FrancoAngeli.
- Falbo A. (2013). Un'analisi sulla violenza di genere secondo la psicologia analitica junghiana. *Anamorphosis*, 11. Testo disponibile al sito:
<https://sites.google.com/site/studiodipsicologiaadrssafalbo/home/un-analisi-sulla-violenza-di-genere-secondo-la-psicologia-analitica-junghiana>
- Gasca G. (2003). *Psicodramma analitico. Punto d'incontro di metodologie*. Milano: FrancoAngeli.
- Gasca G. e Gasseau M. (1991). *Lo psicodramma junghiano*. Torino: Bollati Boringhieri.
- ISTAT (2014). Violenza sulle donne. Testo disponibile al sito:
<https://www.istat.it/it/violenza-sulle-donne/il-fenomeno/violenza-dentro-e-fuori-la-famiglia/numero-delle-vittime-e-forme-di-violenza> consultato il 28 novembre 2020
- Jung C.G. (1969). *Tipi psicologici. Opere* vol. 6. Torino: Bollati Boringhieri.
- Lo Verso G. (2002). Il gruppo nel modello della gruppoanalisi soggettuale. In: Di

- Maria F. e Lo Verso G., a cura di, *Gruppi. Metodi e strumenti*. Milano: Raffaello Cortina.
- Neri C. (2017). *Gruppi*. Milano: Raffaello Cortina.
- Malagoli Togliatti M. e Mazzoni S. (2009). Verso un modello multifattoriale per la comprensione dei legami violenti. *Maltrattamento e abuso all'infanzia*, 11, 1: 17-41.
DOI: 10.3280/MAL2009-001002
- Pessina M.M. (2017). Il complesso di Ismene. In: Falbo A., a cura di, *Il complesso di Ismene. Io mi salvo da sola*. Milano: Vivarium Edizioni.
- Pulcini E. (2009). *La cura del mondo. Paura e responsabilità nell'età globale*. Torino: Bollati Boringhieri.
- Ustica G.R. (2002). Il gruppo omogeneo di psicoterapia analitica. In: Di Maria F. e Lo Verso G., a cura di, *Gruppi. Metodi e strumenti*. Milano: Raffaello Cortina.
- Yalom I. (2005). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. New York: Basic Books/The Perseus Books Group (trad. it: *Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo*. Torino: Bollati Boringhieri, 2005).