

Riverberi onirici in intreccio gruppoanalitico

Ivan Ambrosiano

Se vuoi una vita da sogno, dormi. (Snoopy)

Questo contributo nasce come commento ai lavori presentati al Congresso *Terza guerra mondiale?* all'interno del simposio *Terrorismo, conflitti e psiche: il gruppo come strumento di elaborazione*. Quel giorno, per motivi di tempo, non era stato possibile esprimere pensieri relativi ai lavori presentati, per cui quello che mi era rimasto in mente torna ora in forma scritta, mantenendo però lo stile associativo del commento.

Una prima considerazione riguarda la nostra esposizione a eventi traumatici, o meglio a un clima traumatogeno, a una paura diffusa, un senso di incertezza e di precarietà che modifica anche il nostro modo di pensare, di sentire, di stare con gli altri e di interrogarci su questioni globali che hanno ricadute a livello locale.

Questo contesto ha effetti sulla nostra psiche individuale e sulla nostra mente relazionale, evidenziabili e elaborabili in setting psicoterapeutici individuali e gruppal. Anche il terapeuta, come abbiamo visto, non è esente da tale coinvolgimento, anzi è proprio nostro compito adoperarci per noi e per i nostri pazienti affinché queste tracce recuperino spazio, prima che di elaborazione, di ascolto, di accoglienza e di contenimento.

Queste tracce riverberano nei nostri sogni in modi che ho potuto constatare in prossimità temporale di attentati terroristici e che sono stati narrati da una paziente in terapia di gruppo, da un paziente in terapia individuale, e uno mio personale.

Il primo sogno lo racconta una paziente di uno dei miei gruppi analitici privati nella seduta del 23 marzo 2016, il giorno dopo gli attentati di Bruxelles: si trova in aeroporto, deve partire con tanti ragazzi che si dividono in due file, maschi e femmine, per salire le scale mobili, uno dei ragazzi va avanti e lei cerca di raggiungerlo ma le scale sono ingombre di persone e valigie e non riesce a procedere, in uno stato di crescente angoscia.

Le associazioni del gruppo riguardano viaggi in Iran, le bombe in aeroporto e nella metropolitana di Bruxelles, un omicidio avvenuto nella nostra città che ha occupato per molto tempo le cronache dei giornali. In gruppo si avverte un senso di pericolo imminente e improvviso.

Il secondo è portato da un paziente in terapia individuale, che racconta un sogno fatto il 20 marzo, tre giorni prima gli attentati: si trova in ospedale dove il cognato è morto, ha il colore dei morti, c'è trambusto, i parenti piangono, a lui viene chiesto di fare qualcosa ma non sa cosa. Le sue associazioni riguardano la vita prima e dopo eventi luttuosi, la felicità rovinata e sentimenti ora esprimibili di rabbia: "farei una strage!".

Il terzo sogno e ultimo sogno l'ho fatto io la notte del 14 luglio 2016: mi aggiro per le strade di una città che non conosco, è capodanno, festa per tutti, ma io non sento questo spirito di festa, poco

dopo vengo a sapere che il Presidente francese Hollande ha diramato un comunicato in cui annuncia le proprie dimissioni, legate a un evento poco chiaro e insolito.

Al risveglio apprendo della strage del camion a Nizza, avvenuto proprio la notte della festa nazionale francese.

Certamente i sogni hanno molti livelli di lettura e di interpretazione, riferibili al soggetto sognante, alla sua struttura psichica, al suo funzionamento mentale, alle sue relazioni personali e terapeutiche, oppure a sentimenti o eventi del gruppo di psicoterapia che si esprimono attraverso uno dei membri, e altri livelli ancora, tutti validi e utili. Inoltre, questi sogni potrebbero manifestare la sensazione di fragilità e lo spaesamento, il disorientamento di fronte a eventi che toccano profondamente il senso di sicurezza, in una eccedenza di stimolazione sensoriale, emotiva e cognitiva.

Nell'ultimo sogno, ad esempio, ci si potrebbe riferire alla eccessiva responsabilità vissuta in quel periodo dal sognatore, o alla debolezza di una figura di comando, forse a una funzione dell'Io, che mi fa pensare alla citata frammentazione del potere dei capi religiosi islamici e il conseguente caos psichico, e altro ancora.

Ma ciò su cui desidero soffermarmi è come da questi esempi emerga la sostanziale permeabilità della mente alla esposizione a eventi potenzialmente traumatici. Tale esposizione può essere diretta o indiretta, a seconda se ci riguarda personalmente o se riguarda altre persone, anche che non conosciamo; questa ultima è l'eventualità più comune e frequente, ovvero ascoltare e vedere le notizie diffuse senza risparmio di particolari dai mezzi di informazione. In secondo luogo, l'esposizione può essere cosciente e non cosciente lungo un continuum che mai può toccare uno dei due estremi: anche in stato di veglia attenta una parte di ciò che apprendiamo, soprattutto in situazioni di stress emotivo, non resta consapevole, così come è possibile che la nostra psiche venga penetrata da contenuti angoscianti in uno stato diverso dalla veglia attenta, compreso lo stato di sonno. Infine, tale esposizione avviene sia che ci troviamo in prossimità degli eventi che a distanza, quindi possiamo essere esposti direttamente o attraverso canali di comunicazione. Tuttavia, è facile constatare, ma un po' meno ammettere, che siamo più colpiti da notizie che riguardano luoghi o persone più vicine o simili a noi e che tale impatto scema via via che il luogo o la popolazione colpita si allontanano geograficamente o culturalmente (insomma, siamo esterrefatti se vengono colpite le torri gemelle o Parigi, molto meno se viene compiuta una strage in due moschee di Kabul, dove sono state uccise 70 persone).

Da queste considerazioni emerge come siamo immersi in una generale atmosfera traumatica che sembra annullare i confini tra interno e esterno facendoci entrare in un flusso di contenuti che permeano la nostra mente *simultaneamente* agli eventi, fin quasi a sconfinare nella preveggenza onirica (Corbella, Salis, 2011) o nella prefigurazione dell'avvenire, come se il sogno fosse un debito contratto nei confronti della realtà del giorno dopo (Nathan, 2011).

Ciò che non è pensabile coscientemente, l'angoscia che l'esposizione a eventi sociali traumatici genera, trova spazio di simbolizzazione e di rivelazione nella produzione e nel racconto del sogno; per questo, in accordo con Friedman (Neri, Pines, Friedman, 2002), consideriamo il racconto di un sogno l'espressione di un bisogno di contenimento, che svolge anche una funzione di ripristino di legami sociali: il racconto di un sogno implica instaurare un legame con gli altri, siano essi terapeuti, altri pazienti o, meglio ancora, la persona che abbiamo accanto al risveglio.

In questo senso, il sogno mostra il collegamento inconscio alla rete sociale e mentale che tutti ci attraversa, dalla quale siamo permeati e che contribuiamo a creare nelle nostre matrici di appartenenza (Foulkes, 1990).

Le metafore della Rete e della Matrice ci ricordano come, più che di interazione tra mondo interno e mondo esterno, ci possiamo pensare parte di questi sistemi di comunicazione conscia e inconscia dai quali siamo permeati e che ci consentono una connessione continua seppur invisibile con gli altri e la società. In questo sistema altamente interattivo potremmo considerare quanto gli eventi descritti e i cambiamenti culturali che stanno rapidamente avvenendo, siano in grado di modificare le nostre categorie culturali e quindi la nostra mente nei suoi aspetti più inconsci e radicali.

Un piccolo esempio di questi cambiamenti risiede nelle categorie che utilizziamo *naturalmente*, ovvero come se fossero naturali e non culturali, ad esempio nella contrapposizione tra occidentali e islamici: basterebbe iniziare a chiederci come mai queste due categorie, una geografica e una religiosa, siano nella nostra mente in contrapposizione.

Per approfondire questi aspetti culturali concordo che la soluzione non può essere quella di coinvolgere tutta la popolazione in gruppi analitici, né probabilmente questo formato è corrispondentemente proporzionato a elaborare temi culturali, ma una strada può essere quella di esporsi come interlocutori e formatori nel dibattito culturale con la nostra complessa visione e proporre grandi gruppi di discussione sulle questioni *globali*.

Bibliografia

Corbella S., Salis M. (a cura di) (2011) *ESP e psicoanalisi. Extra Sensorial Perception in ambito psicoanalitico e gruppoanalitico*. Quaderni de gli argonauti, n.21.

Foulkes S. H. (1990) Tr.it (2002) *Articoli scelti di psicoanalisi e gruppoanalisi*. EUR, Roma.

Nathan T. (2011) *Una nuova interpretazione dei sogni*. Raffaello Cortina Editore, Milano.

Neri C., Pines M., Friedman R. (2002) Tr.it (2005) *I sogni nella psicoterapia di gruppo*. Borla, Roma.

Riassunto

Questo breve scritto si propone come commento agli articoli che lo precedono e riguarda la permeabilità della nostra psiche e della nostra mente agli eventi traumatici ai quali siamo esposti; questa esposizione avviene in vari modi, diretti e indiretti, in prossimità e a distanza, coscientemente e inconsciamente. I riverberi di queste tracce sono riscontrabili nei sogni, che mostrano come siamo immersi in un flusso di contenuti che permeano la nostra mente *simultaneamente* agli eventi; il racconto di un sogno viene considerato l'espressione di un bisogno di contenimento che svolge anche una funzione di ripristino di legami sociali.

PAROLE CHIAVE: sogni, mente, rete, matrice, gruppoanalisi.

Abstract *Dream reverberation in Group Analysis network*

This short text is to be understood as a commentary to the articles which precede it and concerns the permeability of our psyche and of our mind to the traumatic events we are exposed to; this exposure happens in different ways, direct and indirect, in proximity and at a distance, consciously and unconsciously. Reverberation of these marks can be found in dreams, which show how we are

immersed in a flow of contents permeating our mind *simultaneously* to the events; the action of telling a dream is considered expression of a need of containing also as restoration of social ties.

KEY WORDS: dreams, mind, Network, Matrix, Group Analysis.