

EUNOMOS

CENTRO DI PSICOTERAPIA ANALITICA ESISTENZIALE E PSICODRAMMA

GRUPPO SPERIMENTALE DI PSICODRAMMA

RELAZIONI DI COPPIA E CORRISPONDENZA A PROBLEMATICHE PROFONDE DI OGNUNO DEI DUE PARTNERS

Giancarlo Ceccarelli

Gruppo di ricerca in cui i responsabili del centro Eunomos ed i partecipanti collaborano insieme per approfondire una specifica tematica.

Per l'anno 1999-2000 è stato attivato un gruppo sperimentale di ricerca sul tema delle relazioni di coppia e la corrispondenza a problematiche profonde di ognuno dei due partners.

Il metodo di ricerca è stato articolato in quattro fasi :

1° fase : In una prima fase si è cercato di mettere a fuoco una problematica di coppia, identificando gli elementi- cardine della problematica. Questa prima parte è stata elaborata attraverso una previa discussione ed una successiva rappresentazione psicodrammatica del problema.

2° fase : Ricerca delle origini della problematica. In questa fase si passa dal livello conscio a quello inconscio attraverso lo strumento dello psicodramma. Lo psicodramma basato sull'immaginario permette di distaccarsi dal cosiddetto "piano di realtà" e cogliere gli elementi inconsci che sono all'origine dei conflitti di relazione.

3° fase : Modifica delle strutturazioni inconscie attraverso lo psicodramma. Una volta identificata la strutturazione inconscia all'origine di una problematica, occorre provare a modificare tale strutturazione profonda. Lo psicodramma è uno strumento particolarmente potente per attivare modificazioni del profondo di ciascuno di noi.

Intervengono qui gli elementi portanti della Antropologia Personalistica Esistenziale: l'IO PSICHICO, il SE' e l'IO PERSONA, come sono stati strutturati nella metodologia dello Psicodramma Analitico Esistenziale.

4° fase : Verifica nel rapporto di coppia di un susseguente cambiamento significativo. Si torna di nuovo al cosiddetto "piano di realtà" per verificare se, dopo il percorso nell'inconscio attraverso lo psicodramma, il confronto con il SE' e l'intervento del principio dell'IO PERSONA, la relazione di coppia mostra una modificazione significativa. Questa parte, come la fase 1°, è elaborata attraverso la rappresentazione psicodrammatica ed una successiva verbalizzazione al fine di verificare una diversa modalità di rapportarsi nella relazione di coppia.

Modalità di partecipazione e di ricerca nel gruppo sperimentale:

La partecipazione è stata riservata, per la specificità del tema di studio, alle coppie.

Hanno partecipato al gruppo sperimentale 5 coppie e due collaboratori, alcuni dei partecipanti non hanno esperienza di analisi.

I partecipanti si sono impegnati a venire sempre, per la validità della ricerca.

Gli incontri vengono videoregistrati in duplice copia: una copia di archivio ed una copia di lavoro.

I lavori vengono trascritti ed approfonditi dai partecipanti.

Hanno partecipato alla ricerca:

Graziella Maria Lopez come collaboratrice alla conduzione

Roberta Manfredonia come ricercatrice di psicodramma

Antonella Moroni per la parte di ripresa alla videocamera.

Ambedue insieme svolgono un lavoro di ricerca su temi specifici.

Modalità specifiche di svolgimento:

Ogni incontro è stato dedicato all'approfondimento delle problematiche di una singola coppia.

L'ordine è stato stabilito insieme nel primo incontro.

1) Nella prima parte la coppia, ognuno distintamente dall'altro, è invitato a descrivere la propria coppia, individuando quella che a suo parere è la problematica centrale.

Successivamente viene invitato ad individuare un "momento tipico" della riproposizione della problematica.

Se tra le due presentazioni vi è una differenza, è il gruppo che sceglie quale momento tipico affrontare.

Da qui si passa alla rappresentazione psicodrammatica del momento tipico, con le specifiche modalità dello psicodramma, in particolare con l'inversione di ruolo. Se occorrono altri personaggi oltre ai due della coppia, vengono chiamati membri del gruppo.

Successivamente alla rappresentazione vi è lo spazio della verbalizzazione: i vissuti dei circostanti ed i vissuti di coloro che hanno svolto la scena psicodrammatica, in particolare i due della coppia nel momento dell'inversione di ruolo, quando "rappresentano l'altro" così com'è dentro di sé.

2) Dal discorso sulla "realtà" (cosiddetta) si passa al discorso sull'inconscio: il gruppo viene invitato ad esprimere libere associazioni. Una ne viene scelta per essere rappresentata. I due della coppia debbono partecipare alla rappresentazione psicodrammatica, anche se il tema scelto è stato espresso da altri membri del gruppo.

Anche con l'aiuto di tutto il gruppo circostante, si cerca di comprendere le dinamiche profonde del conflitto.

3) Passando alla terza fase, si pone la domanda: che si può fare? L'azione qui si ferma, come deve fermarsi ognuno che si interroga.

Questo è lo spazio per l'appello al SE' rappresentato dal gruppo circostante

e successivamente è lo spazio per l'istanza dell'IO PERSONA, rappresentato dai giocatori in scena, che devono prima ascoltare il SE' e poi porre in azione le indicazioni del SE' trasformando qualcosa della scena.

Conclusa la scena, vi è il momento della comunicazione dei propri vissuti.

4) Si torna ora di nuovo alla "scena tipica" dell'inizio. Tutto è riposizionato come allora. La scena riprende e si rappresenta qualcosa che può essersi trasformato, oppure no, oppure in parte.

La comunicazione dei vissuti ed una sintesi da parte dei conduttori conclude il lavoro.

Concluso il gruppo sperimentale, la coppia che di volta in volta ha lavorato, ha immediatamente a disposizione una videocassetta-copia che si porta nella propria abitazione per il successivo lavoro di ricerca che consiste nella trascrizione della stessa e nella elaborazione dei contenuti secondo modalità comuni che vengono indicate in una griglia. Il lavoro va consegnato su dischetto per PC.

Contenuti degli incontri:

- coppia a) Due modi di vedere le cose - due modi di essere
(la delega all'altro delle proprie parti)
- coppia b) Difficoltà di dialogo
(un buco troppo grande da colmare)
- coppia c) Una simbiosi che non fa più vivere
(dipendenza reciproca senza limiti-assenza di regole)

- coppia d) Routine
(ognuno ha bisogno di libertà)
- coppia e) La sessualità
(un'infanzia mancata)

Si parlerà qui, per esemplificazione molto sintetica, della coppia con il tema: " Due modi di vedere le cose - due modi di essere".

FASE I

La modalità di A. (l'uomo) è razionale, quella di L. (la donna) è operativa: lui esprime una modalità di vedere, lei piuttosto una modalità fondata sul fare.

La scena reale rappresentata è il momento della sera: L. torna dal lavoro ed il marito non ha ancora fatto mangiare il bambino, per cui tocca a lei di occuparsene. Protesta perché in questo modo lei non trova mai momenti di gioco.

Qui abbiamo una inversione di ruoli: il marito è "nel gioco" e perde la realtà, la moglie è la fonte delle regole, è radicata nei doveri e non può giocare.

Nella scena, quando cambiano i ruoli sono uguali, sono intercambiabili, stesse frasi, stessi posti. Sono in grado di fare le stesse cose con estrema naturalezza, cosa che sta a significare che hanno un problema simile. Solo che come coppia hanno inconsciamente deciso che uno svolge un ruolo e l'altro il ruolo complementare: A. rappresenta la parte ludica, e rappresenta un po' l'uomo che non vuol crescere, L. la necessaria presenza di regole, e rappresenta l'esclusione dal mondo dei giochi, con forme anche di invidia. Il problema in comune è più a fondo, occorrerà rintracciarlo attraverso lo psicodramma immaginativo, che non usa scene di realtà.

FASE II

La fase due è vedere quale contenuto inconscio è sotteso ad una conflittualità di coppia.

La scena

Titolo della scena: il dondolo a due

Luogo: si svolge in un parco giochi per bambini

Personaggi: una panchina, un'altalena, una macchinetta, un rotor, un cavallino con la molla sotto.

C'è grande solitudine in tutti i personaggi perché non ci sono bambini nel Luna Park. Viene subito messo in primo piano il problema: la parte bambina di ciascuno si è perduta o dimenticata.

FASE III

La fase tre è vedere come la situazione rappresentata nella FASE II si può trasformare.

Il cavallino con la molla (rappresentato da L., colei che nella coppia è la detentrica delle regole) prende una decisione: "Io mi sradico, non ce la faccio più a stare qua". Tutti i personaggi si liberano dei loro immobilismi ed iniziano a giocare e divertirsi nel Luna Park. Hanno ritrovato "i bambini perduti", il bambino che è dentro ciascun personaggio e che viene incastrato dal ruolo, dalla funzione.

FASE IV

Nella quarta fase si torna su un piano di realtà per vedere cosa può cambiare dopo che si è contattato il piano dell'inconscio (fase II) e dopo che si sono prese delle decisioni trasformative (fase III).

Viene ripetuta la scena iniziale, di L. che torna dal lavoro. Ora c'è uno scambio, c'è una sintesi in cui il principio del piacere e la regola convivono, stanno messi insieme: una sintesi in cui il piacere e la regola appartengono sia a L. che ad A., ed è proprio il bambino che aiuta gli adulti-genitori a fare la sintesi, perché lui ha bisogno dell'uno e dell'altro, delle istanze rappresentate dall'uno e dall'altro. È il bambino (cioè la parte bambina che esso rappresenta e che ha bisogno di gioco e di regole: principio paterno e materno) che prende le redini di questa sua famiglia che sguscia di qua e di là, che non riesce a trovare una unità: è il bambino che dà la vita. Si è un po' rovesciato il cono...sono due modi di vedere la stessa cosa..., dalla parte infantile questa volta.

Due modi di vedere le cose - due modi di essere:il tema proposto da questa coppia.