

Studio di Psicodramma di Milano
Scuola di Psicodramma

Tesi di diploma

UN ARCOBALENO DI SUONI
Esperienze psicodrammatiche con un gruppo di persone con
disabilità visive

Allievo _Solzi Daniela

Milano - 2015

INTRODUZIONE

Tutto cominciò una mattina di Giugno del 2007 quando suonai il citofono della sede dell'Unione ciechi a Milano in via Mozart e chiesi se avessero bisogno di volontari. In modo del tutto inaspettato mi venne proposto un lavoro part-time di accompagnamento di persone non vedenti e un soggiorno di una settimana a Jesolo come operatrice in un'equipe di un gruppo di giovani con differenti disabilità visive.

Così iniziò la mia collaborazione con l'Unione e il mio percorso di conoscenza e di esperienze del mondo dei non vedenti.

Ricordo ancora il colloquio che ebbi con l'allora presidente dell'Unione, il dott. Cinzabella, non vedente, che si complimentò con me per aver sostenuto il dialogo guardandolo negli occhi. Stupita chiesi come potesse saperlo e lui rispondendomi rimase nel vago e mi disse solo che si poteva capire. Aggiunse poi una frase che mi è rimasta impressa e che mi ha guidato in tutte le attività che da allora ho svolto con persone cieche: "Si ricordi che tra i ciechi ci sono persone simpatiche e antipatiche, stupide e intelligenti esattamente come accade tra i vedenti". Questa apparente banalità nasconde in sé una preziosa guida nell'approccio con questo mondo e aiuta chi entra in relazione con un cieco a mantenere la centratura e l'obiettività senza scadere nell'atteggiamento pietistico o nell'errore di sostituirsi alla persona che non vede nella convinzione di aiutarla anche se nessuna richiesta in tal senso è mai stata formulata.

Quanto esposto finora rappresenta il mio cammino di avvicinamento a questa tesi, nel senso che quando ho dovuto creare il gruppo sul quale lavorare, mi è venuto spontaneo rivolgermi all'Unione ciechi per presentare il progetto anche perché ero interessata all'applicazione della metodologia psicodrammatica con persone non vedenti. Infatti le tecniche psicodrammatiche presuppongono, nella maggior parte dei casi, implicitamente l'utilizzo della percezione visiva (balconata, doppio, sedia vuota..).

Con questo lavoro io intendo quindi scoprire in che modo possa essere utilizzato lo psicodramma con persone cieche o ipovedenti, quali adattamenti è necessario effettuare, quali tecniche non si possono applicare e come lo psicodramma possa andare incontro ai bisogni di persone che utilizzano canali extravisivi nella loro relazione con il mondo esterno.

Il progetto

La proposta che ho presentato all'Unione Ciechi prevedeva un ciclo di 8 incontri inizialmente della durata di un'ora e mezza e che dal terzo incontro in poi, divenne di due ore a causa del numero dei partecipanti e dei tempi tecnici di gestione delle attività, come specificherò più avanti.

Nell'incontro di presentazione del progetto con Maria Rosaria De Filippis, ho chiarito subito che l'iniziativa era legata alla realizzazione della mia tesi di fine corso della scuola di Psicodramma. Ho specificato che questo avrebbe comportato la registrazione degli incontri nel pieno rispetto della privacy dei partecipanti, che il materiale sarebbe rimasto negli archivi della scuola, che i nomi sarebbero stati sostituiti con nomi di fantasia per evitare il riconoscimento e che nessun compenso mi era dovuto per l'attività svolta.

In seguito il progetto venne approvato e la mia referente divenne la dott.ssa Beatrice Monteneri, presidente del circolo Bentivoglio in via Bellezza a Milano, nonché partecipante al corso. Durante

l'incontro iniziale con la dottoressa mi venne suggerito con enfasi di nominare la serie di incontri "Corso sull'autostima", in quanto ritenuto un tema di grande interesse e pregnanza per i destinatari dello stesso.

Ai fini della tutela della privacy i nomi dei partecipanti e delle persone da loro nominate, sono stati sostituiti con nomi di fantasia.

Il contesto e il gruppo

Il luogo dove si sono svolti gli incontri è la sede del circolo ricreativo Bentivoglio a Milano in via Bellezza, dove vengono organizzati diversi corsi e iniziative culturali organizzate dall'Unione Ciechi. Più precisamente il primo incontro è avvenuto in una stanza che conteneva un armadietto, un tavolo, spinto per l'occasione contro la parete, e dove ho chiesto di mettere le sedie disposte a cerchio. Date le ristrette dimensioni della stanza e il numero elevato di persone, il cerchio si è rivelato in realtà un ovale le cui estremità toccavano il muro dove c'era la finestra e sfioravano la porta d'entrata.

Con queste premesse risulta evidente la difficoltà di proporre e gestire attività che prevedessero movimenti dei partecipanti con relativi spostamenti di sedie, se non prevedendo tempi molto lunghi.

Dal secondo incontro ci siamo spostati in una sala molto più grande con alcune file di sedie fissate al suolo e tra di loro come quelle di un cinema, un grande tavolo contro la parete di fronte alla porta d'entrata, 2 ampie finestre e 1 porta finestra sul muro di sinistra. Era presente anche un pianoforte posto nell'angolo a sinistra della parete di fronte all'entrata. Il cerchio di sedie era quindi posto nello spazio vuoto esistente tra il tavolo e le sedie fisse a terra.

Quest'ambiente permetteva di muoversi con maggior agio, ma sempre con alcuni limiti derivanti dalla presenza di oggetti ingombranti e dal pavimento di piastrelle che inibiva l'utilizzo di movimenti a terra.

Il gruppo, inizialmente composto da 15 persone, ha avuto un inizio un po' burrascoso. Il primo incontro è stato caratterizzato da alcune interruzioni dovute all'ingresso di persone arrivate in ritardo, tanto che non era chiaro il numero dei partecipanti né chi fosse effettivamente il responsabile delle iscrizioni.

L'unica persona di riferimento era la dott.ssa Monteneri che non sapeva esattamente quante persone sarebbero arrivate, così, una volta stabilizzata la situazione, chiesi al ragazzo che gestisce il centro di non far entrare più nessuno. Durante questo primo incontro venne anche annunciato l'uscita anticipata di alcuni partecipanti, tra cui la presidentessa del centro, la dott.ssa Monteneri.

Mi fu subito chiaro che l'ambiente non era neanche lontanamente simile ad un teatro di psicodramma e che avrei dovuto essere flessibile e adattabile nel gestire il lavoro così come avrei dovuto adattare le attività psicodrammatiche non solo al contesto oggettivo, ma anche e soprattutto, alle particolari condizioni fisiche dei partecipanti.

Il gruppo del primo incontro era composto da 8 non vedenti, 3 ipovedenti e 4 vedenti:

Miriam: insegnante di scuola primaria in pensione, vedente e moglie di Marco, arrivò per accompagnare il marito non vedente e, invitata dalla dott.ssa Monteneri a rimanere, rimase per tutto il corso.

Marco: ex dirigente scolastico, costretto a lasciare il proprio lavoro a causa della sopraggiunta cecità

Cristina: non vedente da alcuni anni, impiegata

Valentina: gestisce un ristorante, ipovedente

Monica: pensionata, insegna Braille, non vedente

Ornella: non vedente

Giuseppina (Francesca): ex fisioterapista ora in pensione, ipovedente

Laura: vedova, pensionata non vedente

Donata: vedente

Carla: vedente

Simona: non vedente

Bruna: pensionata, non vedente

Adriano: pensionato, non vedente

Sandra: massaggiatrice, ipovedente (arrivata al secondo incontro)

Andrea: pensionato, non vedente

Lisa: pensionata ex centralinista, non vedente

Già dal terzo incontro Simona, Carla e Donata non si sono presentate e non sono più tornate senza dare spiegazioni.

Il mondo è opaco o buio

Definizioni

I deficit visivi sono di diversa natura e possono presentare differenti livelli di problematicità.

Definire gli ipovedenti risulta quindi molto difficile, ogni persona vive la propria condizione di ipovisione in modo soggettivo e i problemi funzionali che ne derivano possono variare notevolmente da soggetto a soggetto. Bisogna inoltre tener presente che condizioni di ansia, stress o paura a loro volta condizionano in modo significativo la funzionalità visiva, così come le condizioni cognitivo-comportamentali dell'individuo, l'età, l'educazione ricevuta, il lavoro svolto, le aspirazioni di vita, le strategie adattive.

Comunque sia l'ipovisione può definirsi come "... un sensibile decremento della capacità adattiva della visione. (...)L'ipovisione sarà pertanto caratterizzata in varia misura dalla scomparsa di almeno una delle prestazioni significative della vita quotidiana, quali la lettura, la scrittura, la capacità di movimento autonomo nell'ambiente e di autogestione organizzativa della quotidianità, funzioni e attività non ripristinabili con i sussidi correttivi standard." (Galati, 1986, pag.39).

Un altro aspetto rilevante è se l'ipovisione è presente dalla nascita oppure è sopraggiunta nel corso della vita dell'individuo. Infatti nella seconda ipotesi, soprattutto se il problema visivo si è verificato quando il soggetto aveva già sviluppato i processi cognitivi e percettivi, esiste la possibilità di avvalersi della funzione mnemonica per attingere a strategie funzionali nella risoluzione dei problemi di adattamento.

A differenza dell'ipovisione, la condizione della cecità assoluta è di più facile definizione: "...si definiscono ciechi totali coloro che sono colpiti da totale mancanza della vista in entrambi gli occhi e coloro che hanno la mera percezione dell'ombra e della luce o del moto della mano in entrambi gli occhi o nell'occhio migliore" (Legge n.138/2001).

Importanza del contatto visivo nella comunicazione

Per cercare di comprendere come si può relazionare al mondo esterno una persona ipovedente o non vedente, vorrei iniziare con un breve esame dell'importanza del contatto visivo nella

comunicazione umana. Negli studi sulla comunicazione madre-bambino è emersa una modalità comunicativa che qualcuno ritiene sia biologicamente derivata e che è presente in tutte le culture e civiltà ovunque nel mondo. Molti adulti quando si trovano davanti a un bambino piccolo cambiano il loro modo di comunicare attraverso il viso, la voce e il corpo (baby talk) e il modo in cui il bambino reagisce a questo stimolo fa sì che nasca un dialogo e quindi una relazione. Di solito questo dialogo è articolato in 3 fasi:

- la prima fase coincide con l'inizio della comunicazione e corrisponde a quello che per gli adulti è il saluto, cioè un modo per presentarsi all'altro e chiedere se vuole comunicare
- segue la fase della comunicazione vera e propria nella quale la persona si esprime
- infine la fase dell'attesa, nella quale si dà il tempo all'altra persona di elaborare e comunicare una risposta.

Quest'ultima fase è molto importante perché indica se la comunicazione è equilibrata oppure no.

Dialoghi nei quali la madre invia una moltitudine di stimoli al bambino senza dargli la possibilità di elaborare una risposta, creano disagio nel bambino e impediscono alla madre di mettersi in posizione di ascolto dei bisogni del figlio. Nel contempo un eccesso di lunghe pause lasciano il bambino, per così dire, da solo. In questo tipo di comunicazione tra vedenti, le tre fasi sopracitate si alternano in modo armonioso e si possono individuare attraverso segni riconoscibili ai quali entrambi i soggetti reagiscono in modo automatico. Questi segni rendono la comunicazione fluida e facile e sono tutti gestiti attraverso il contatto oculare. Ad esempio, nella fase iniziale c'è l'aggancio visivo, le due persone si guardano negli occhi e in questo modo entrano in contatto. Anche la stessa disponibilità a relazionarsi è deducibile dallo sguardo: un bambino che distoglie lo sguardo dopo un iniziale approccio dell'adulto indica chiaramente che non è disponibile all'interazione.

Ovviamente quando il contatto visivo non è possibile, tutta la procedura appena illustrata viene stravolta. In questo caso l'alternanza delle fasi, la cosiddetta danza della comunicazione, deve essere scandita da altri indizi significativi.

Negli anni '70 un gruppo di studiosi scoprì che la nostra tendenza a basare la comunicazione sul contatto visivo è biologicamente determinata da strutture anatomiche cerebrali. E' per questo che ritroviamo questo comportamento in paesi di culture e latitudini diverse, ed è per lo stesso motivo che ci si trova disorientati nel caso in cui questo contatto non è possibile.

Durante la comunicazione l'adulto modifica, spesso accentuandola, l'espressione del viso così come il volume e il tono della voce e i movimenti del corpo. Questo cambio di ritmo è influenzato dalle risposte che riceve dal bambino durante le pause, risposte che suggeriscono un'accelerazione o una decelerazione. Spesso osservando la comunicazione tra un adulto e un bambino piccolo si nota un'enfaticizzazione di alcuni elementi non verbali utilizzati per rendere più comprensibile la comunicazione.

"(...)Nello schema mimico della sorpresa ad esempio il viso accentua le rughe sulla fronte la bocca diventa piccolissima e si chiude come per dire una U, gli occhi si spalancano, anche con la voce l'espressione della sorpresa è assai calcata. Lo schema della "preoccupazione/compassione" è ugualmente mimato :il viso ruota leggermente, lo sguardo si abbassa, le palpebre si stringono, le labbra si tendono." (Gargiulo, 2005, pag. 54).

Questi schemi vengono considerati "eccitativi" nel senso che stimolano l'attenzione e la partecipazione del bambino e sono generalmente seguiti da una fase di "rassicurazione" durante la quale la madre lo rassicura e tranquillizza. Nel caso in cui la madre non crei una pausa tra un ciclo comunicativo e l'altro impedisce in questo modo al bambino di fermarsi e rielaborare e lo mette in una situazione difensiva per riuscire gestire lo stress.

Risulta quindi evidente da quanto detto sopra, l'importanza del ritmo della comunicazione che è scandito da indicatori precisi: ad esempio il distogliere lo sguardo indica un calo di attenzione e vigilanza.

Nel caso di bambini con deficit visivo, non esiste la possibilità di distogliere o meno lo sguardo e questo può creare errori di interpretazione in chi si relaziona, ad esempio valutando come disinteresse atteggiamenti che invece sono di attenzione e attesa. In questi casi è difficile comprendere gli stati d'animo del bambino perché è poco reattivo, ha una mimica povera e segue la comunicazione

attraverso l'ascolto e non attraverso la vista. Il movimento stesso può rendere difficile la comprensione e la relazione con il mondo esterno.

Un altro schema che viene a mancare è quello del sorriso, elemento fondamentale nell'esprimere gradimento nei confronti della relazione, oltre che elemento di forte stimolo per chi si relaziona al bambino. Nei bambini con deficit visivo il sorriso va in qualche modo indotto, stimolato dai richiami verbali dell'adulto. Essendo indotto, e quindi più raro e meno spontaneo, può portare l'adulto ad essere meno attivo, e quindi a sottostimolare il bambino.

Però il bambino non vedente ha molti modi per fare capire il suo interesse e la sua disponibilità al dialogo, ad esempio se ruota la testa porgendo l'orecchio, se muove le mani, oppure si blocca di colpo per ascoltare meglio, se muove gambe o piedi.

Un altro problema è rappresentato dalla difficoltà che ha il bambino di esprimere il suo rifiuto della comunicazione, magari per un eccesso di stimoli sonori dai quali egli non può difendersi come potrebbe fare un bambino normo dotato distogliendo lo sguardo.

Infine il bambino con deficit visivo non sa come prendere l'iniziativa per iniziare una comunicazione in quanto non è in grado di sapere se la persona che è con lui è vicino, se lo sta guardando o se è presa da altre faccende e magari gli volge le spalle. I rumori che sente possono essere quelli di un giocattolo che viene mosso vicino a lui per stimolarlo oppure quelli delle normali faccende di casa.

Quindi egli sarà portato ad iniziare la comunicazione in momenti poco opportuni proprio perché impossibilitato a controllare l'ambiente circostante e magari lancerà dei segnali che cadranno nel vuoto proprio per lontananza o disattenzione dell'altra persona.

Quanto esposto finora indica la difficoltà dell'apparire della "attenzione condivisa".

Si tratta della situazione in cui la mamma e il bambino sono entrambi interessati ad un oggetto "terzo"; questa è un'ottima occasione per la mamma per introdurre il linguaggio comunicativo e poi quello verbale, visto che esso riveste una funzione importante, quella della richiesta. Nel nostro caso, invece, mancando i momenti di "attenzione condivisa" il bambino è impossibilitato ad indicare alla madre un oggetto di suo interesse. Questo anche perché ha meno possibilità di notare cambiamenti interessanti nell'ambiente e, qualora riuscisse a farlo, gli risulterebbe difficile far comprendere all'altro su quale elemento egli stia concentrando la sua attenzione.

Sono proprio questi momenti che dovrebbero essere colti dall'adulto e utilizzati dopo essersi accertati di aver colto il messaggio del bambino, attraverso ad esempio la verbalizzazione del nome dell'oggetto aiutando così il bambino a comprendere la correlazione tra l'oggetto e la parola.

Nel caso di bambini ipovedenti possono valere alcune cose esposte finora, se sono impossibilitati a creare l'aggancio visivo per la comunicazione. I genitori in questi casi spesso sono portati a credere che il bambino ipovedente veda più di quanto egli possa in realtà e così rischiano di sottovalutare segnali e difficoltà concentrandosi invece su continui stimoli visivi che li rassicurino sulle capacità del bambino. Inoltre gli occhi dei bambini ipovedenti hanno caratteristiche particolari che rendono più difficile l'interpretazione. A volte lo sguardo è disturbato da movimenti involontari, oppure non è ben direzionato verso un oggetto preciso, o può essere attratto da qualcosa che può risultare incomprensibile per un vedente, come ad esempio un gioco di luce-ombra. Può così accadere, a volte, che il bambino abbia una sorta di "attenzione dissociata", nel senso che ascolta una cosa mentre il suo sguardo è diretto verso qualcos'altro.

La persona vedente che si trova con il bambino può essere portata a sovrastimare la direzione dello sguardo dello stesso, così può erroneamente credere che egli sia interessato alla relazione in quanto il suo sguardo è direzionato verso l'interlocutore, ma spesso non è così. Oppure se gli occhi del bambino puntano verso un'altra direzione, questo può far immaginare una mancanza totale di attenzione da parte sua, quando in realtà può essere presente al massimo e assorbita da stimoli uditivi prodotti nell'ambiente.

Esplorare il mondo al buio

La funzione visiva è di importanza fondamentale nell'esplorazione dell'ambiente che ci circonda.

Per una persona vedente risulta molto facile afferrare un oggetto, esplorarlo, utilizzarlo, riconoscerlo, riporlo e ritrovarlo, mentre per chi ha un deficit visivo può risultare assai complesso.

Riporto a questo proposito un estratto dal lavoro di gruppo che ho condotto.

Monica: “ stavo facendo i pacchetti ed è caduto il rotolino del nastrino. L’ho dovuto rincorrere per tutta la cucina, io ho una cucina abbastanza grande, e come mi avvicinavo... pac... partiva, mi riavvicinavo ancora... alla fine sono arrivata al bancone, un bancone di marmo e ho dato una capocciata... beh... adesso si è fermato del tutto. Si è fermato però... (ride). Guarda non c’è peggior cosa di una cosa che rotoli e via dicendo, per uno che non ci vede.”

Da queste semplici parole si può capire come banali azioni quotidiane possano risultare alquanto laboriose e possano richiedere un notevole dispendio di tempo, di energia e di pazienza.

Un vedente ha la possibilità di anticipare l’azione che vuole intraprendere programmandola in base ad una serie di dati percettivi forniti dalla vista: distanza dall’oggetto, valutazione approssimativa del peso e delle dimensioni, percezione della forma e quindi selezione del miglior programma motorio possibile.

Se ad esempio si vuole sollevare una bottiglia piena d’acqua, si attiveranno una serie di processi mentali che porteranno a scegliere in che modo afferrarla e come calibrare la forza necessaria per il suo sollevamento. La coordinazione oculo manuale, grazie alla vista, può essere modificata prima e anche durante lo svolgimento dell’azione ai fini di un suo miglioramento.

Invece chi non vede conosce solo quando tocca, quindi la programmazione dell’atto motorio avviene solo dopo essere entrati in contatto diretto con l’oggetto, mai prima. A questo fanno eccezione solo i gesti abituali per i quali è già presente uno schema conosciuto e automatico.

Tutte le attività preparatorie che il vedente compie in automatico e in modo non evidente, vengono compiute anche dalla persona non vedente mentre, ad esempio, esplora un oggetto in modo apparentemente casuale e distratto, oppure cammina avanti e indietro in un ambiente poco noto. In questi casi il soggetto sta effettuando proprio quelle attività preparatorie che gli permettono di acquisire le informazioni indispensabili per compiere azioni future.

A volte si possono osservare persone non vedenti che improvvisamente rallentano o si fermano senza apparente motivo mentre si stanno dirigendo verso un certo oggetto o un luogo preciso. Questo apparente blocco non sta ad indicare una difficoltà, e quindi una richiesta d’aiuto, ma rappresenta il tempo necessario per raccogliere e rielaborare le informazioni necessarie all’azione che si sta compiendo. Se in questa fase si interviene con suggerimenti o interventi attivi, non si fa altro che interrompere questo importante processo di conoscenza.

Purtroppo può accadere che le persone non vedenti o ipovedenti si abituino, e quindi si aspettino, l’intervento d’aiuto dell’altro e finiscano per perdere attenzione e fiducia nelle loro percezioni sensoriali.

Inoltre l’intervento della persona vedente che si inserisce nel processo di esplorazione anticipando la sua conclusione e sostituendosi all’altro fa sì che chi ha il deficit visivo introietti tale sfiducia attraverso il messaggio implicito: “tu non ce la fai, ci penso io”.

Tutto questo, oltre ad influenzare lo sviluppo cognitivo del bambino, mina l’autostima e l’idea di sé anche nell’adulto e modella l’aspetto emozionale e relazionale.

E’ buona regola attendere e osservare prima di offrire il proprio aiuto ad un non vedente, anzi, meglio se questo aiuto viene esplicitamente chiesto da quest’ultimo, adulto o bambino che sia.

Esiste poi la cosiddetta “visione per indizi” relativa alle persone ipovedenti le quali hanno una percezione visiva limitata e/o distorta dell’ambiente circostante. In questi casi il soggetto è costretto ad intraprendere processi mentali molto più complessi rispetto a quelli utilizzati da un vedente. I dati visivi che arrivano sono pochi e spesso confusi, così risulta necessaria un’accurata rielaborazione degli stessi da parte del sistema nervoso centrale, tanto che mentre ciò avviene, la persona può non essere in grado di fare null’altro.

Gran parte dell’attività mentale dell’ipovedente nel momento dell’esplorazione è dedicata all’attribuzione di significato di ciò che sta vedendo: cos’è quell’oggetto? Che forma ha? Quanto dista da me? Queste sono le domande che devono trovare una risposta significativa.

L'orientamento nello spazio

Per una persona che non vede o ha una visione limitata è difficile acquisire le informazioni necessarie per potersi orientare nell'ambiente. Quello che il vedente riesce a conoscere in pochi secondi, come ad esempio la propria posizione nello spazio, dove si trova l'ingresso, l'eventuale presenza di gradini, sedie e/o tavoli, la conformazione dello spazio ecc., il non vedente lo può acquisire attraverso operazioni di astrazione complesse che comprendono sia i rapporti spaziali tra sé e gli oggetti, che quelli tra gli oggetti, relazioni queste ultime, che non si modificano con il modificarsi della sua posizione nello spazio.

Così progettare un percorso che vada da una stanza al bagno per esempio, richiede la comprensione e memorizzazione dei diversi elementi che si incontrano, nonché l'attivazione delle operazioni di reversibilità, cioè la comprensione che tali elementi si presentano in un ordine inverso al ritorno rispetto all'andata e sul lato opposto: ciò che si trovava a destra poi si trova a sinistra e viceversa.

Ma tutto ciò può avvenire attraverso immagini mentali nel non vedente?

Diversi studi in merito hanno stabilito che le immagini mentali possono avere diverse connotazioni, possono cioè essere di tipo visivo, uditivo, tattile, cinestesico, olfattivo, termiche e possono anche risultare da un misto di più qualità. Quasi tutte le persone che vedono e molti ipovedenti anche gravi utilizzano prevalentemente la connotazione visiva nella creazione delle immagini mentali.

Le immagini mentali extravisive vengono utilizzate più raramente dai normovedenti e possono essere rappresentate ad esempio dall'odore della terra bagnata, dal calore del sole sulla pelle, il sapore di un cibo appena cotto, il camminare su un terreno pendente, ecc. Queste immagini possono essere evocate da tutti, anche da coloro che hanno un deficit visivo perché si basano su percezioni sensoriali diverse dalla vista.

L'autonomia di movimento per chi ha problemi di vista, intesa come la capacità di muoversi in un ambiente, richiede non solo una buona capacità locomotoria, ma anche una capacità di orientamento e di rappresentazione e interiorizzazione della realtà. Così il muoversi, l'andare verso qualcosa, da un punto di vista psicologico deve essere motivato, se non dalla vista, almeno da un altro senso (es. l'udito) oppure deve essere stato preventivamente rappresentato a livello mentale. "La vista, con la sua preziosa caratteristica dell'anticipazione, funge da stimolo al movimento che normalmente si attiva in funzione di una meta. L'assenza della capacità visiva può essere un forte deterrente all'azione e al movimento, l'organismo che non ha una meta, perché dovrebbe muoversi? Anzi un organismo sano tende ad autoprotgersi evitando di andare verso il vuoto.

Tutte le tecniche di esplorazione e tutti gli ausili protesici alla mobilità autonoma hanno in comune il fatto di sopperire in qualche modo alla mancanza della funzione anticipativa della vista". (Gargiulo, 2005, pag. 83).

Lo psicodramma

Il modello relazionale alla base della metodologia psicodrammatica, grazie alla centralità del ruolo che si identifica come "...unità esperienziale che rende percepibile, osservabile e modificabile la relazione e la situazione interpersonale..", (Boria, 1997, pag.24) manifesta l'importanza fondamentale della funzione visiva per tale approccio.

Nello psicodramma classico esiste il palcoscenico dove si svolge l'azione con il protagonista e gli io ausiliari, e l'uditorio dove il resto del gruppo osserva. Ognuno sa di essere osservato quando è in azione e chi osserva può ritrovare parti di sé rappresentate da altri sulla scena (funzione specchio) portando a consapevolezza aspetti di sé fino ad allora nascosti.

Tutto questo lavorando con un gruppo di persone non vedenti/ipovedenti non avviene, almeno non con queste modalità. Di seguito vengono analizzati alcuni aspetti del metodo psicodrammatico e come vengono influenzati dalla presenza nel gruppo di persone con deficit visivo.

Un aspetto caratteristico dello psicodramma come ad esempio la costruzione della scena, oltre a richiedere un tempo eccessivo di preparazione guidata, perde il suo significato se il protagonista è una persona non vedente in quanto i riferimenti degli oggetti posti sulla scena non sono di alcun valido aiuto proprio perché non vengono percepiti immediatamente ma solo con la mediazione del tatto e viene così persa la sua funzione di riscaldamento.

La tecnica del doppio viene facilitata dalla presenza della percezione visiva per il membro del gruppo che, identificandosi con il protagonista, gli dà voce quando lo stesso ha difficoltà ad esprimersi per timore, vergogna, inconsapevolezza o altro. Infatti posizionandosi accanto al protagonista nella stessa postura del compagno, può vivere in modo più profondo l'empatia e la risonanza emozionale con questi.

Nel caso di persone non vedenti si renderebbe necessario un'esplorazione tattile del corpo dell'altro, cosa tutt'altro che facile in quanto richiede una profonda fiducia e una disponibilità a toccare e a essere toccati, cosa tutt'altro che scontata. Ciononostante ritengo che i membri un gruppo che si incontra e lavora insieme da tempo, avendo sviluppato una conoscenza profonda e un tele positivo possano "sentire" l'emozione e il vissuto dell'altro dandogli espressione verbale, anche se impossibilitati a percepirne visivamente la postura.

Per quanto riguarda l'inversione di ruolo la funzione visiva non è così rilevante, anche se aiuta perché permette di percepire espressioni del viso, posture, gesti, tutto quello che è comunicazione non verbale e che facilita il mettersi nei panni dell'altro.

La comunicazione intersoggettiva, nella quale ognuno ha un preciso tempo e spazio per esprimersi, nella mia esperienza, ha svolto un ruolo fondamentale in quanto ha aiutato il fluire armonioso della comunicazione. Nella vita quotidiana capita di frequente che le persone vengano interrotte o interrompano altri che si stanno esprimendo, nella foga di voler dire la propria opinione. Nel caso di persone non vedenti questo aspetto viene accentuato dal fatto che non vengono percepiti segnali non verbali che indicano una pausa nel discorso, o che indicano che una persona ha concluso il proprio discorso. L'aspetto uditivo prende il sopravvento e un silenzio, pur se breve, può facilmente essere interpretato come una conclusione.

La sociometria d'azione, che rende evidenti le dinamiche relazionali di attrazione, rifiuto o indifferenza all'interno del gruppo, può essere utilizzata solo in presenza di persone vedenti che possono rappresentare all'esterno e quindi osservare attraverso posizioni, distanze tra le persone e posture, il proprio atomo sociale. Nel caso di persone non vedenti manca completamente la visione globale del tutto, la percezione del tutto, oltre che la visione del singolo componente al quale potrebbe eventualmente essere descritta la posizione, la distanza e la postura da assumere rispetto al protagonista. Risulta chiaro che non è possibile utilizzare tale strumento in un gruppo di non vedenti che non potrebbero in alcun modo rendersi conto dell'insieme che si è venuto a creare.

Ovviamente anche la sociometria grafica caratterizzata dalla costruzione di diagrammi, quindi immagini su carta, non può avere alcun utilizzo con persone non vedenti.

Il corso sull'autostima

Prima di iniziare questo percorso con il gruppo non avevo idea di quante persone ci sarebbero state, né di che età fossero, non avevo modo di incontrarle prima dell'inizio, così cominciai immaginando diversi possibili contesti.

Il gruppo che ho incontrato è risultato composto prevalentemente da persone di età compresa tra i 45 e i 70 anni con un'eccezione di 35 anni e un picco di 75. Sono presenti 12 donne e 2 uomini. La composizione del gruppo muterà dal terzo incontro per l'uscita di 3 membri e manterrà una media di 8 presenze durante l'intero ciclo. I componenti si conoscono tra loro, tranne Sandra e Andrea.

Come accennato in un precedente paragrafo i membri del gruppo sono e rimangono prevalentemente seduti in cerchio, i pochi movimenti effettuati saranno semplici spostamenti di posto.

Non sono presenti particolari difficoltà motorie, solo Lisa utilizza il bastone bianco, i restanti partecipanti afferrano il braccio dell'accompagnatore del momento.

Fin dai primi incontri ho potuto osservare una generale difficoltà a creare un contatto fisico tra le persone anche minimo, come ad esempio mettere le mani sulle spalle di un compagno o mantenere un contatto con le mani. Una consegna, apparentemente semplice come quella di prendere contatto con il compagno viene spesso disattesa, così scelgo di riproporla quando ritengo sia importante per creare una maggiore vicinanza tra le persone, non solo fisica, ma soprattutto emotiva. Nel caso in cui venga lasciata la possibilità di scegliere il tipo di contatto, si può osservare che il più frequente è quello di tenere le mani del compagno; mani che non vengono mai tenute strette né mosse per sottolineare o accompagnare il linguaggio verbale, ma pare quasi che vengano "appoggiate" e lasciate lì dove si trovano. Semmai si verifica un movimento è un lento rilascio che può ridurre il contatto ai soli polpastrelli.

Date queste premesse, rilevate fin dal primo incontro, scelgo di entrare nel vivo della questione proponendo, nel secondo incontro, un'esperienza di riconoscimento reciproco attraverso le mani.

Quindi un riconoscimento intuitivo, sensoriale, un processo di scoperta dell'altro che richiede di "uscire dal proprio guscio", entrare in ascolto e risonanza con il compagno, per quanto possibile, e superare il timore di non essere adeguati con il rischio di creare fastidio. Affinchè tutti i membri del gruppo possano agire su un piano di parità porto alcune mascherine per coprire gli occhi delle persone ipovedenti e di quelle vedenti.

Una piccola osservazione che può sembrare banale: quando chiedo di indossare le mascherine, alcuni mi chiedono di poterle toccare perché non le conoscono. Mi soffermo su questo particolare per sottolineare la peculiarità di un gruppo come questo, nel quale in ogni momento può verificarsi una situazione che richiede una sospensione dell'attività per una questione che facilmente non viene prevista da un vedente e che inevitabilmente condiziona la gestione del tempo di una sessione. Più volte, durante il percorso, mi sono confrontata con episodi di questo tipo e l'esperienza ha affinato la mia attenzione e mi ha aiutato a prevederli e a dar loro la giusta considerazione ai fini della efficace realizzazione della seduta.

Riprendiamo ora l'esame della proposta del riconoscimento attraverso le mani.

Ho diviso il gruppo in due file, una di fronte all'altra, in modo che ciascuno avesse di fronte un compagno; i membri di una fila venivano identificati come "A" e i corrispondenti dell'altra fila come "B". Le persone "A" iniziano ad esplorare e, successivamente, verranno esplorate da "B". Terminata l'attività inizia la condivisione dalla quale emergono alcune difficoltà.

Laura : "...io l'ho trovato un esercizio molto difficile, perché una persona non l'avevo mai contattata con le mani e quindi non potevo...però io sento molto la mano, come mi stringono la mano, come te la pongono. E' importante per me. Se la mano è umida, se la mano è calda, cioè tante sensazioni che si provano attraverso la mano e dalla voce anche."

Francesca: "... ho riconosciuto in me questa incapacità di percepire il prossimo attraverso il tatto, quindi non...anche perché ho un po' questo...non dico problema, questa caratteristica che come non mi piace tanto essere toccata, se parliamo poi degli estranei, non...a mia volta non amo toccare gli altri. Sono piuttosto restia a invadere il campo degli altri. Quindi ho cercato di toccare da inesperta del tatto con, spero, educazione, senza essere troppo invadente. Però mi rimane questo punto interrogativo sulla capacità di capire il prossimo attraverso il tatto."

Ecco sfatato uno degli stereotipi legati al mondo dei non vedenti che prevede un'ipercompensazione del senso della vista, che è mancante, attraverso i restanti sensi che vengono considerati amplificati oltre misura. In realtà il mondo dei non vedenti è variegato oltre misura, così come quello dei vedenti, e possiamo incontrare persone che hanno dedicato una particolare attenzione allo sviluppo del senso del tatto o dell'udito, mentre altre che si affidano maggiormente ad aiuti esterni. Questo dipende dal grado di autonomia che ciascun individuo si sente di voler raggiungere.

Nel corso degli incontri ho scelto di utilizzare solo alcune delle tecniche di psicodramma, in considerazione del fatto che, come illustrato in precedenza, la mancanza o la grave diminuzione della vista rende difficile l'impiego di quelle tecniche per le quali essa è particolarmente rilevante. L'inversione di ruolo è stata la tecnica maggiormente utilizzata, seguita dall'intervista, la presentazione, la proiezione nel futuro, la sospensione della risposta e la sedia ausiliaria nella declinazione di sedia vuota.

La comunicazione prevista nello psicodramma, che permette di creare un tempo e uno spazio ben definiti affinché il singolo possa esprimersi liberamente senza interruzioni, commenti o aspettative altrui, ha aiutato ad armonizzare la comunicazione fra i membri del gruppo.

Fin dal primo incontro mi sono resa conto dell'eccesso di verbosità all'interno del gruppo che creava sovrapposizioni e interruzioni continue favorito, secondo la mia opinione, dalla mancanza di riferimenti visivi rispetto a codici comunicativi non verbali. Mi riferisco ad esempio ad espressioni del volto quali la direzione dello sguardo, oppure la postura (se una persona è girata verso un'altra risulta chiara la sua intenzione di voler comunicare), o una mano alzata per chiedere la parola, gesti con le braccia o le mani, eccetera. L'unico riferimento è il suono della voce e una piccola pausa può essere facilmente interpretata come la fine di una comunicazione. Naturalmente bisogna considerare anche il fatto che il modello comunicativo abituale nella quotidianità è quello interdipendente o "botta e risposta" nel quale chi sta parlando viene spesso e volentieri interrotto da altri interlocutori.

Un altro fattore da prendere in considerazione è lo scarso livello di socializzazione che purtroppo è spesso presente in persone con deficit visivo per le quali uscire di casa spesso richiede un'organizzazione e un aiuto esterni non sempre facili da trovare. Di conseguenza quando si presenta un'occasione di incontro sociale il desiderio di comunicare può manifestarsi con un'intensità a volte eccessiva.

Per quanto riguarda l'utilizzo dell'inversione di ruolo ho potuto rilevare che, al di là delle iniziali difficoltà dovute alla scarsa dimestichezza con questo strumento, lo spostamento nello spazio per "prendere il posto" di qualcun altro, non risulta di particolare aiuto per il protagonista per rimanere in ruolo. Intanto la realizzazione pratica risulta un po' più laboriosa rispetto al suo impiego con persone vedenti che autonomamente e velocemente si muovono e riconoscono visivamente il fatto di occupare uno spazio precedentemente occupato dall'io ausiliario.

Nella mia esperienza con il gruppo questa pratica prevede un'iniziale spiegazione verbale che va ripetuta più volte per preparare le persone a ciò che sta per accadere e per far comprendere la motivazione che sta alla base dello spostamento. Inoltre è necessario avvicinarsi a ciascuna persona, chiederle di alzarsi, accompagnarla dove deve andare, chiedere nel contempo all'altro di rimanere seduto fino a quando arriva il suo momento; quando sono vicini chi è seduto deve alzarsi spostandosi quel tanto che basta affinché il compagno, accompagnato, possa sedersi in sicurezza, infine accompagnare l'ultimo a sedersi.

Come si può vedere tutto il processo risulta abbastanza laborioso e richiede un certo tempo.

L'utilizzo della sedia ausiliaria è avvenuto in due occasioni: nel secondo incontro quando ho proposto la presentazione di se stessi in inversione di ruolo con un altro significativo e nel quinto incontro nel quale, dopo aver posizionato una sedia vuota davanti a ciascuna persona, ho invitato il gruppo a immaginare seduta davanti a loro una persona importante della loro vita e, a turno, a rivolgersi a questa persona con un breve messaggio.

Riporto alcuni brevi estratti di queste sessioni che illustrano l'utilizzo della tecnica di inversione di ruolo e di quella della sedia vuota all'interno del gruppo evidenziando aspetti di difficoltà in alcuni e di una buona capacità di rimanere in ruolo e un conseguente maggior coinvolgimento emotivo in altri.

Secondo incontro: Lisa presenta se stessa nei panni dell'amica Alice:

Direttore: Allora, quando ti porterò su quella sedia tu diventerai Alice e Alice ci presenterà Lisa

Lisa: Cioè io devo presentare Alice e Alice...

Direttore: No..no.. quando tu siederai su questa sedia tu sarai Alice. Pronta...? Io sto per accompagnarti, quando tu ti siedi su quella sedia tu diventi, sei a tutti gli effetti Alice. Quindi io e anche i membri del gruppo ti faremo domande per capire chi è Lisa. Chiaro?

Lisa: Quindi io dovrei rispondere...

Direttore: Sì, Alice ci parlerà di Lisa come Alice. Nello psicodramma tutto è possibile. Quindi se dalle domande che io vi farò e che i compagni vi faranno, voi non sapete rispondere, allora usate l'immaginazione. Perché nel momento in cui lei diventa Alice è impossibile che non sappia, come Alice, per cui cara Lisa, tutti voi userete l'immaginazione. Tranquilli, lasciatevi andare. Lo psicodramma è il mondo del possibile, tutto è assolutamente possibile.

...

Direttore: ...Lisa sei pronta?

(segue breve intervista esistenziale su Alice)

Direttore: Alice, mi rendo conto che, magari questo è un gruppo che tu non conosci, è la prima volta che sei qua, ma è un gruppo del quale fa parte Lisa. Adesso Lisa non c'è, è uscita per cui sei tranquilla e siccome noi non conosciamo tantissimo Lisa, però sappiamo che tu sei amica di Lisa, allora, sei ci puoi dire qualcosa di lei...

Lisa/Alice: ...quando è a casa con noi. Parlo come Alice, no...?

Direttore: tu sei Alice, io parlo come Daniela, sono Daniela, non posso far altro che parlare come Daniela, non sono capace di parlare non come Daniela

Lisa (fuori ruolo): mi vien da ridere..

Direttore: ...Alice...

...

Iniziano le domande a Alice da parte di alcuni compagni.

Direttore: Adesso chiedo ai membri del gruppo di fare una domanda, chi vuole.. a Alice.

Laura: Penso che dovrebbe essere circa sui 45 anni, ed è vedente?

Direttore: Chi?

Laura: La Alice..

Direttore: Ma scusa... chiediglielo.

Laura: Allora Alice, scusa questa Alice.

Direttore: Non "questa Alice", Alice, ce l'hai davanti.

Laura: Allora Alice hai 45 anni?

Lisa/Alice: No.

Laura: Non tu, però... Alice.

Direttore: Adesso faccio io, traduco. Alice quanti anni hai?

Lisa/Alice: 78

Direttore: Oh, grazie Laura, 78. Qualcun altro vuole fare una domanda a Alice, magari su Lisa?

Francesca: Vorrei sapere se tu Alice ti sei identificata in Alice o se ti sei sdoppiata in Lisa.

Direttore: No, no. Ferma, ferma... questo è troppo complicato. Allora, abbiamo davanti Alice, abbiamo l'occasione di avere un'amica di Lisa qua davanti a noi che conosce molto bene Lisa. Noi non conosciamo benissimo Lisa, abbiamo l'opportunità di fare domande a Alice su Lisa, per conoscere meglio Lisa.

Francesca: Allora quanto pensi di conoscere Lisa?

Beatrice: Alice, quanto pensi di conoscere Lisa, quanto profondamente pensi di conoscere Lisa?

Lisa/Alice: Alice..?

(più voci tra cui quella del Direttore): Alice, Alice

Lisa/Alice: La conosco bene, non so ..ci conosciamo da più di 20 anni per cui..appunto, ci siamo incontrate in questo convegno nel..

Direttore: Senti, ma com'è composta la famiglia di Lisa?

Lisa/Alice: Ha due figli, è divorziata, il marito ci vede, è ancora vivo. Ha un figlio sposato, non ha nipotini.

Direttore: Ecco, dicci... raccontaci un po' brevemente qualcosa di Lisa...

Lisa/Alice: È amante della musica.

Direttore: È amante della musica...

Lisa/Alice: Adesso si è messa in testa di riprendere a studiare un brano di una suonata di Beethoven e siccome il marito di Alice è insegnante...

Direttore: Come...? Tuo marito è insegnante di musica? E aiuta Lisa?

Lisa/Alice (ride): Sì

Direttore: Ah, molto bene. Alice, non abbiamo molto tempo, ci sono ancora delle altre persone, quindi io ti saluto e ti ringrazio, magari ci incontreremo ancora nel corso del nostro percorso.

Lisa/Alice: Certamente

Direttore: Benissimo, ciao Alice. Bentornata Lisa, la borsa... ecco qua (mentre la riaccompagna a sedere). Numero 2

Ora è il turno di Beatrice.

Direttore: Allora attenzione... Beatrice, quando ti siedrai chi ci sarà?

Beatrice: Ettore, mio marito.

Direttore: Buonasera signor Ettore, vuole che ci diamo del lei?

Beatrice/Ettore: Del tu.

Direttore: Ettore, quanti anni hai?

Beatrice/Ettore: Ah, adesso... 73.

Direttore: Hai 73 anni, benissimo, lavori o sei in pensione?

Beatrice/Ettore: No, sono defunto.

Direttore: Ah, ho capito. Sai che nello psicodramma riusciamo persino a parlare con i defunti, non ci sono limiti e confini. È molto che sei passato dall'altra parte?

Ettore: 13 anni.

Direttore: 13 anni, è avvenuto per un incidente, per malattia...

Beatrice/Ettore: Infarto

Direttore: Per infarto, improvvisamente...

Beatrice/Ettore: Improvvisamente.

Direttore: Quindi avevi 60 anni.

Beatrice/Ettore: Sì

Direttore: Eri in pensione al tempo o...

Beatrice/Ettore: No, no lavoravo, ero preside.

Direttore: Sai che qui c'è un tuo collega?

Beatrice/Ettore: Ah sì?

Direttore: Sì sì, Marco anche lui, attualmente no, è in pensione, però era un preside.

(rientra Monica che era uscita per organizzare il suo accompagnamento a casa)

Direttore: Monica (va incontro a Monica e si rivolge a lei mentre rientra in sala) calma, calma che fretta c'è? (stava camminando velocemente), qui c'è anche la borsa di Beatrice, perché Beatrice non c'è, c'è suo marito.

Beatrice/Ettore: E ho anche la barba.

Direttore: Adesso ha anche la barba. Devo dirti una cosa però (rivolto a Monica) che Ettore è passato... ha passato il velo, nel senso che 13 anni fa è venuto a mancare. Noi gli possiamo parlare...

Monica: Già 13 anni...

Beatrice/Ettore: Eh sì..

Direttore: Sì... gli possiamo parlare perché possiamo fare anche questo con lo psicodramma. Scusa Ettore, è ritornata Monica, tu conoscevi Monica?

Beatrice/Ettore: È un membro del gruppo... allora devi sapere che Beatrice è entrata a far parte di un gruppo sull'autostima di 8 incontri, questo è il secondo. Tu probabilmente da lì hai già visto tutto e sai...

Beatrice/Ettore: Sì sì... conosco benissimo le manie di mia moglie.

Direttore: Ah, ecco quello che proprio a noi interesserebbe sapere, siccome non conosciamo molto bene Beatrice, parlati un po' di lei, non abbiamo tanto tempo, ma quel poco che possiamo...

Beatrice/Ettore: Mia madre la definiva "la reclame di un disastro".

Direttore: La reclame di un disastro? (ridendo insieme agli altri)

Beatrice/Ettore: Perché è una donna talmente piena di curiosità, desiderio di vita eccetera, che non sempre combina le cose giuste, però ha buona volontà e ama la vita in modo incredibile.

Direttore: Cosa ti ha fatto innamorare di lei?

Beatrice/Ettore: Il fatto che ci divertivamo molto insieme, l'umorismo, la vivacità, la curiosità e un'onestà profonda.

Direttore: Cos'è invece un difetto che ti dava un po' fastidio di Beatrice?

Beatrice/Ettore: Il fatto che avesse sempre tempo per tutti e quindi un po', magari sottraeva tempo alla famiglia perché doveva sempre correre a salvare il mondo.

Direttore: Ah, ho capito proprio... e lo slogan... cos'era?

Beatrice/Ettore: (ridendo) La réclame di un disastro soprattutto in cucina perché era un disastro in cucina.

Direttore: Era un disastro, e adesso è migliorata?

Beatrice/Ettore: Sì

Direttore: La vedi da lassù?

Beatrice/Ettore: È migliorata sennò avremmo divorziato...

Direttore: Ah, ecco! Qualcuno del gruppo che vuol fare qualche domanda a Ettore? Marco...

Marco: Ettore, posso chiederti in che scuola sei stato preside?

Beatrice/Ettore: Sì al Berchet di Milano

Marco: Ah, eri al Berchet.

Beatrice/Ettore: Sì

Marco: Beh, allora non ci siamo conosciuti perché io ho diretto le primarie, ero in via dell'Arcadia a Gratosoglio, come preside, come dirigente scolastico, per cui non ci siamo conosciuti. Di cognome come ...

Beatrice/Ettore: Swift, come Jonathan Swift.

(ancora qualche domanda su Ettore)

Direttore: Bene, una domanda che puoi fare a Ettore su Beatrice? Che vorresti sapere di Beatrice?

Marco: Io?

Direttore: Sì

Marco: Beh, posso chiedere a Ettore se nella tua attività di preside ti sei avvalso delle competenze di Beatrice, soprattutto competenze di tipo psicologico.

Beatrice/Ettore: Sì, quando avevo dei casi un po' contorti, un po' difficili da risolvere, chiedevo il parere di mia moglie perché era dotata di gran buon senso.

Marco: Beh, lei era psicologa, no?

Beatrice/Ettore: Sì

Direttore: Lei è psicologa

Beatrice (uscendo dal ruolo) : Finché posso...

Direttore: Tu chi? Tu Ettore?

Beatrice/Ettore: Ci si confonde...

Direttore: Allora, c'è un'altra domanda? Laura...

Laura: Ettore che studi aveva fatto?

Direttore: Hai fatto...

Laura: Hai fatto.

Beatrice/Ettore: Studi classici, lettere classiche, amavo molto il latino e il greco. Ero convinto assertore del valore dei classici, cosa che è un po' obsoleto in questa società, insomma... (ridendo)

Laura: La Beatrice invece che specializzazione, laurea... in legge, oppure ...

Beatrice/Ettore : No, laurea in lettere e poi specializzazione in psicologia.

Direttore: Grazie, qualcun altro ha delle ...

Donata: Io. Ettore cosa rimpiangi di non aver detto a Beatrice?

Direttore: Bella domanda ...

Beatrice/Ettore: Sostanzialmente niente perché se c'era una cosa bella del nostro matrimonio è che ci siamo sempre detti tutto, cose belle e cose magari più delicate, scontrati, rappacificati, ma sempre detto tutto.

Direttore: Sull'onda di questa domanda ti chiedo, Ettore, tu che vedi Beatrice in questo momento della sua vita dall'alto e vedi tutto di lei, che messaggio vorresti darle in questo momento della sua vita? Che la aiuti e la sostenga. Un messaggio positivo per Beatrice, dopo noi glielo diciamo.

Beatrice/Ettore: Cerca di godere sempre la vita *cum grano salis*.

Ora è il turno di Cristina nel ruolo di suo figlio Sergio.

(all'inizio ci sono alcune uscite anticipate e discussioni sulla durata degli incontri)

...

Direttore: Scusi signor Sergio, questo è un gruppo un po' effervescente, lei...

Cristina/Sergio: Niente signor Sergio, io mi chiamo Sergio...

Direttore: Possiamo darci del tu?

Cristina/Sergio: Ma certo, sono giovane...

Direttore: Non è sempre facile dare un'età. Sergio scusami un attimo, corro a chiudere la porta perché hanno lasciato aperto. Ecco ritorno da te. Per il momento Cristina non c'è, è uscita, noi siamo un gruppo, un corso sull'autostima.

Cristina/Sergio: Sì sì...

Direttore: Ti ha già parlato...

Cristina/Sergio: Sì, anzi, parla troppo, parla troppo.

Direttore: Parla troppo. Quindi tu sei il figlio di Cristina, quanti anni hai?

Cristina/Sergio: 28. Siamo in simbiosi io e mia madre, quasi... cioè... mia madre a volte è pesante.

Direttore: Sì? perché?

Cristina/Sergio: È la madre.

Ora esaminiamo alcuni estratti presi dal quinto incontro.

Quinto incontro: Ognuno immagina di avere davanti a sé, seduta sulla sedia posta di fronte, una persona significativa della propria vita.

Francesca parla con la sorella: "Io ho ancora tempo per rimediare, io mi scuso con te per averti sempre un po' sottovalutata, mai considerata come una persona con la quale poter parlare. Sono stata sempre piuttosto esigente e rigida nei tuoi confronti...".

Monica si rivolge alla mamma morta: "Elena, io ti sento sempre vicino, anche quando rientro a casa che sento che mi dici sempre: ti sei arrivata ciò? E allora sono felice e contenta di averti sempre e di ricordarti sempre nel mio cuore".

Laura parla con il padre morto (piangendo): "Sono tanti anni che sei morto, però mi dispiace che non ti sono stata vicino. Forse se avessi scelto un lavoro giù (n.d.r. è originaria della Puglia) forse sarei

stata più vicino. Invece mi sono trovata in una situazione col lavoro che non ho potuto darti una cura per il tuo... per la tua malattia che hai avuto per 7 anni. Comunque spero che adesso le sofferenze sono finite e che ti ritrovi con la mamma in pace”.

Lisa parla con il padre morto (sorridente): “Ciao papà mi ricordo quando mi cantavi le canzoni che tu inventavi e io dicevo: questa me l’hai già detta... ah sì? Allora... un’altra... non erano parole precise... mamaramamaramao cucucurucu, tutte così e poi non volevi che andassi in collegio perché c’era la guerra e poi quando è finita negli anni ’50, mi hai accompagnato, mi ricordo queste cose belle”.

Francesca (con la sorella): “Nella mia famiglia la persona che mi dà attualmente più problemi a migliorare nella mia relazione sei proprio tu. Evidentemente ci sono dei progressi di quando eravamo molto molto piccole e oltre a una mentalità completamente diversa. Comunque io non demordo e sono convinta che se prima accadeva che io avevo sempre ragione, adesso mi rendo conto di avere tante volte torto e soprattutto manco un po’ di compassione”.

Monica (con la mamma): “Elena, io ti ringrazio sempre per i valori umani che mi hai insegnato e che a mia volta ho insegnato ai miei figli: il rispetto per il prossimo, l’aiuto costante a persone che ne hanno bisogno, e questo mi dà, anche se ho perso la vista e lo faccio ugualmente perché la tua preoccupazione era lasciarmi (piangendo) lasciarmi perché io non ci vedevo e... io ti ho sempre aiutato e mi aiuterai ad andare avanti e questo ci sono riuscita e riesco anche ad aiutare le persone che mi sono vicine e che hanno bisogno”.

Valentina (con il papà): “Mantengo qualcosa di te: la tua calligrafia che da ragazzina imitavo, l’ho sempre mantenuta fino a ora e continuo a mantenerla. Ogni volta che firmo, che ora firmo..va beh..pensando..senza vederla la firma, però la tua “b”, la tua “z” ci sono sempre, per cui è merito tuo questo. la grafia che ho conservato in questo tempo”.

Francesca (con la sorella): “Io ti ringrazio perché se riuscirò a fare un salto di qualità nella mia... nel mio modo di essere, sarà proprio grazie a tutti questi contrasti e queste non poche difficoltà nella comprensione. Io intendo farcela. Fra di noi le cose sono molto migliorate, non sono mai state negative... a meno di un periodo nell’adolescenza, ma insomma... se mi ricordo, non siamo mai andate d’accordo fin da quando eravamo piccole, ci picchiavamo quotidianamente e comunque nonostante questa mancanza di feeling, adesso con il tempo io mi... ho questo retaggio però che è molto faticoso da superare però è una cosa che è estremamente importante nella mia vita e voglio continuare in questa direzione e migliorare la relazione tra noi due soprattutto la comprensione che desidero avere nei tuoi confronti”.

Beatrice (con la figlia): “Sei stata i miei occhi sulla vita, mi ricordo le feste da bambini e le tue descrizioni sui compagni, sulla trasmissione televisiva che mi aveva...attraverso di te comprendevo di più il presente e lasciavo sempre alle spalle il passato tranne alcuni principi fondamentali che cercavo, ovviamente, di veicolarti come tutte le madri. Mi racconti la moda che cambia, come si conciano i giovani, i piercing o le pettinature e soprattutto cosa... in che cosa credono, cosa pensano, cos’è *facebook*, che significa... sei la mia grande finestra sulla vita”.

Monica (con la madre): “Elena, prima mi sono emozionata perché quando penso a te purtroppo è così, ma ti dico che malgrado abbia perso la vista il buon dio mi ha dato la forza di sviluppare gli altri sensi e di poter affrontare... allevare due bambini cresciuti con principi sani, morali e che ora mi aiutano, loro vedono per me. Perciò io non ho difficoltà avendo loro e ultimamente anche con il mio nipotino Marco che mi dice: “Nonnina quel bastone ti fa vedere?” e io gli ho detto : “Il mio bastone, vedi? Esplora il pavimento davanti a me e io posso proseguire tranquillamente.”

Questi estratti mettono in evidenza l’evoluzione avvenuta all’interno del gruppo grazie all’utilizzo di tecniche come la sedia vuota e l’inversione di ruolo. Lisa, ad esempio, durante il secondo incontro, faceva fatica a rimanere nel ruolo dell’amica Alice, non era coinvolta emotivamente, così come le persone del gruppo che ponevano domande a Lisa invece che su Lisa. Il gruppo, in quell’occasione, non ha saputo cogliere l’opportunità di conoscere meglio Lisa attraverso l’amica, e si sono resi necessari diversi interventi del direttore per riportare più volte Lisa e i compagni alla consegna data.

Nel quinto incontro, dove il gruppo era chiamato a confrontarsi con una persona significativa della propria vita immaginata seduta sulla sedia davanti a ciascuno, si è palesato il cambiamento, nel senso di una maggiore partecipazione emotiva, un coinvolgimento profondo e la disponibilità a condividere

contenuti importanti del proprio mondo interiore e delle proprie esperienze di vita. Durante la condivisione finale questi aspetti vengono esternati e riconosciuti da alcuni membri.

Ecco alcuni estratti:

Valentina: "... Perché tutto sommato su mio padre, che è morto tanti tanti anni fa, ha avuto me che aveva 45/46 anni per cui mi ha avuto in ritardo, unica figlia, ... ho pensato tante volte a lui ... al suo vissuto... e ora come ora che l'ho tirato fuori in una volta sola, mi ha più unito... forse sono più unita adesso a lui, che magari negli anni che ho vissuto con lui".

Laura: "... Sono passati tanti anni... tante volte dico, se potessi tornare indietro, se si potesse starei al mio paese così stare più vicino a lui, alla mamma, ai nipoti, avrei più cura di loro e anche l'amicizia... diciamo... si sentirebbe di più. Adesso viviamo in un mondo... io nel nord, loro nel sud, sì ci sentiamo per telefono, però non c'è quel contatto che ci lega, poi i giovani vanno per la propria strada, poi quando ci sono le malattie tutti si allontanano".

Francesca: "Cerco di non farmi schiacciare dal passato, ogni tanto emerge qualche ricordo doloroso, qualcosa che avrei potuto fare e non ho fatto, le solite cose come per tutti quanti, ma non voglio farmi schiacciare dal passato, voglio vivere ogni momento cercando di essere abbastanza, come dire, aperta, lucida, disponibile, in modo tale che si possa trarre, possa trarre dalla vita il meglio e dare il meglio. Basta non c'è altro".

Miriam: "Io devo dire che persone importanti nella vita ce ne sono diverse, quindi la scelta è stata anche motivata... non so... i genitori sono due, bisognava sceglierne uno, non mi piaceva escludere l'altro, le figlie sono due bisognava sceglierne una, no... poi questa cugina di cui ho parlato è stata veramente una persona straordinaria. La cosa forse un po' strana è doverne parlare ad alta voce perché nel ricordo ci sono tantissime cose, però c'è... non so una specie di... (interrotta dal marito, intervento del direttore)... no, comunque appunto parlarne, soprattutto con chi non l'ha conosciuta per cui non è così facile poter rappresentare cos'è stato una persona nella nostra vita".

Monica: "Io mi sono espressa e mi sono emozionata molto perché pensavo che la mia mamma fosse proprio qui davanti a me e che ascoltasse quello che dicevo... e mi sono molto molto emozionata e non mi sembrava vero perché è una cosa che non ho mai fatto. Perché lei mi sgrida sempre e anche quando piango: "Non pianse! Forza e coraggio!" perché la mia mamma era di Venezia e parlava in veneto. Adesso mi sembrava di averla qui davanti...pensa te, sono qui, il circolo (n.d.r. il Circolo Bentivoglio, sede del corso) è come casa mia e ho qui lei seduta qui davanti".

Beatrice: "Il senso di questa seduta è proprio questo, no? questo andare nel passato, essere costretti a parlare della propria vita, delle persone importanti mettendole in ordine per gli altri e anche un po' per noi stessi, i nostri cari e allora c'è la catarsi del passato proprio la purificazione di tutta una nostra vita. Francesca diceva: non voglio essere oppressa dal passato, dal mio passato, ma il nostro presente che ci permette di considerare tutto il nostro passato. Siamo stati un po' costretti tutti perché nessuno ha voglia di farlo, ovviamente, c'ha invitato Daniela, siamo stati un po' costretti tutti a ripercorrere una parte della nostra vita e nel momento in cui abbiamo razionalizzato, ci siamo emozionati, ci siamo rivisti, abbiamo fatto i nostri rimpianti o i nostri dolci ricordi, abbiamo veramente assimilato il nostro passato, quindi siamo arrivati a un punto di pace con il nostro passato (interruzione di Marco, intervento del direttore)".

A me è piaciuto sentire proprio le diverse esperienze, i diversi modi di percorrere il passato e sono convinta che abbia dato una certezza nuova nel rivedere il proprio passato, costretti qui adesso... insomma, in un certo senso".

Lisa: "Io mi sono veramente molto divertita come mi divertivo con lui... eh... forse perché ero l'ultima della famiglia così insomma... e anche a me è sembrato di averlo qui, di andare sulle sue gambe, insomma quand'era seduto e così, poi questa fantasia delle canzoni che inventava tutte le volte, perché quando le ripeteva se per caso ripeteva la stessa parola: "Ma questa l'hai già detta!" "Ah, allora aspetta, cambiamo...". Io racconto sempre questa cosa ai figli e loro vorrebbero tutti assomigliare a lui e mia sorella dice che gli assomiglio, insomma c'è un po' questa specie... diciamo, di odio e amore, comunque ci divertiamo molto".

Questo cambiamento è avvenuto attraverso il percorso degli otto incontri perchè i partecipanti hanno potuto conoscere meglio se stessi, prendendo consapevolezza di aspetti del proprio mondo interiore fino ad allora sconosciuti, e nello stesso momento, approfondire la relazione con gli altri che hanno rivestito più volte la funzione di specchio efficace.

Ovviamente, data la brevità dell'esperienza e le particolari limitazioni all'azione psicodrammatica illustrate in precedenza, si possono rilevare cambiamenti di lieve entità, comunque, a mio parere, significativi.

Un aspetto importante che è emerso durante gli incontri è stata la possibilità di comunicare in modo nuovo, libero da giudizi, limitazioni e pregiudizi che abitualmente caratterizzano le relazioni nella vita quotidiana. Questo ha favorito una profonda condivisione tra i membri del gruppo, soprattutto sulla tematica della cecità che accomunava la maggior parte di loro, e ha prodotto un alleggerimento della sensazione di solitudine e separatezza che normalmente vivono. Già dal secondo incontro Beatrice ha messo in evidenza l'aiuto che proviene dal clima nato all'interno del gruppo.

Direttore: "È stato difficile?" (n.d.r. si riferisce all'esperienza appena fatta della presentazione in inversione di ruolo con un altro significativo)

Beatrice: "No, no assolutamente, è stato facile, ma è stato facile perché si è creato un certo gruppo di comprensione, di... così... di condivisione che è migliorato rispetto all'altra volta perché poi l'altra volta ho potuto stare poco, però migliorerà nel tempo, quindi questo senz'altro è un fatto positivo, una catena di energia positiva insomma".

Mentre Marco sottolinea l'aspetto positivo dell'esperienza che sta vivendo con lo psicodramma.

Marco: "Prima di tutto voglio dire che è stata un'esperienza molto bella, lo psicodramma è molto pratico, consente di agire le nostre sensazioni e i nostri sentimenti in un certo senso. E nel mio caso mi ha indotto, dato che ho scelto mio nipote di 15 mesi... mentre si mettevano (Beatrice e Lisa) nei panni di chi avevano indicato, io pensavo a cosa avrei potuto dire nei panni di un bambino di soli 15 mesi... quindi io mi ponevo che cosa avrei potuto dire di mio nonno al posto di Antonio... e quindi come mi sarei potuto porre nei panni di un bambino di 16 mesi. E questo, secondo me, è importante".

Anche Laura si esprime in modo positivo proprio sottolineando l'aspetto della condivisione.

Laura: "Puoi scaricare un po' di tuoi problemi, ti confronti anche con gli altri".

Cristina scopre un aspetto nuovo di se stessa.

Cristina: "Allora... innanzitutto a me sembra strano conoscendomi di essere così intraprendente così subito, di parlare... io sono, ero... non lo so più... una persona abbastanza timida tutta... mi nascondevo, non parlavo mai, invece no... cioè... sto spirito... mi meraviglio di me stessa. Questo immedesimarmi in mio figlio è stato tanto strano, adesso esco di qua subito e con il bambino e cip cip cip... sai ho fatto questo... ho fatto quest'altro... perchè io ho questo rapporto... d'amore (si commuove) ma è un amore...".

Anche Francesca prende coscienza di un suo cambiamento.

Francesca: "Io sono contenta (ride) di essere capace, cosa che non era facile una volta, di condividere gli spazi con le altre persone, quindi di saper aspettare che ognuno parli, che dica la sua esperienza senza essere... senza voler essere quella che parla per prima, che dice le cose migliori e poi l'interesse che ho nei confronti delle persone qualsiasi cosa dicano, anche se può sembrare una cosa banale, mi piace vedere come, piuttosto che una volta, che giudicavo, giudicavo gli altri in base a criteri che adesso non ho più. Il fatto che mi piacesse far sapere la mia opinione in fretta, invece adesso constato che riesco ad aspettare il mio turno, cosa che non era facile, non è ancora facile del tutto adesso, però capisco che è importante il rispetto degli altri perché per sapere meglio come sono fatta io, e poi vedo che dò importanza a quello che dicono le altre persone".

Durante il terzo incontro vengono condivise alcune difficoltà e limitazioni che vivono quotidianamente le persone non vedenti. Dopo una condivisione a coppie, i partecipanti a turno comunicano al gruppo, in inversione di ruolo con il compagno, il contenuto dell'incontro a due.

Sandra in inversione di ruolo con Bruna: "È stato un matrimonio felice, mio marito è qui presente. Ho una sorella che anche lei non vede, ho perso la vista dieci anni fa, è stato un trauma... siamo stati in vacanza a Tirrenia, un bellissimo posto dove è permesso essere liberi, abbiamo fatto delle belle passeggiate e dei pranzi e delle cene... e questo ci permette di essere liberi perché non abbiamo

bisogno di avere una persona a cui pagare la presenza perché si occupi di noi... Non abbiamo una vita mondana, facciamo poche cose, ma le poche cose che facciamo sono molto belle. Non abbiamo voluto figli perché essendo malata agli occhi non volevo trasmettere loro questa malattia...”.

Bruna in inversione di ruolo con Sandra: “ Sto perdendo la vista piano piano perché mi è venuta una malattia... la malattia è questa, la retina che si stacca perciò devo stare molto attenta. Sono andata in pensione da undici anni perché non potevo più lavorare in quanto questa storia degli occhi. Vivo con i miei genitori, cioè, io ho una casetta per conto mio... vicino ai miei genitori e ai miei fratelli, così mi possono accudire se avessi bisogno di qualche problema...”.

Miriam in inversione di ruolo con Cristina: “ ... Ho dovuto utilizzare la legge 104 per assistere prima la mamma poi il papà e quando ho ripreso il lavoro dopo la 104 utilizzata per il papà, mi sono ritrovata con un nuovo capo che per vari motivi non si è comportato bene nei miei confronti. Mi prendeva in giro dicendo cose come: “Passi col rosso e ti fermi col verde al semaforo.” Non accettava la verità di questo mio problema insomma... io naturalmente non inventavo niente, la situazione era quella. E costretta da questa situazione ho utilizzato la 104 anche per me perché non reggevo più la situazione in azienda...”.

Valentina in inversione di ruolo con Marco: “... Dopo quando però mi è subentrata la malattia degli occhi chiaramente mi sono trovato in completo abbandono per me stesso e soprattutto per i ragazzi che io seguivo. E mi sono sentito messo da parte anche dalle altre persone e io stesso volevo continuare con una certa collaborazione anche magari in altri ruoli, però non mi è stato possibile perché mi hanno pregato di concludere il mio ciclo lavorativo nell’ambito di qualche anno e dopo di che mi sono messo a riposo praticamente...”.

Marco in inversione di ruolo con Beatrice: “... Diciamo, prendendo l’assist da quello che diceva prima Marco sul fatto che alla fine ha dovuto recitare a memoria i nomi dei docenti, ecc. perché non riusciva più a leggerli, anch’io mi sono trovata a dover recitare quando i problemi visivi si sono fatti forti, mi sono trovata a recitare a memoria, a imparare a memoria, invece la formula del giuramento quando sono stata immessa in ruolo come insegnante, formula che purtroppo adesso non si recita più... poi ovviamente i problemi si sono sentiti forti con le difficoltà si sono fatte sempre più preoccupanti e le problematiche visive hanno portato anche a delle ripercussioni sul piano psicologico, insomma, il non sentirsi più utili, così sentire di non poter più fare le cose che si facevano prima, ho passato dei momenti brutti...”.

Ho scelto di riportare questi contenuti per diversi motivi. Intanto risulta evidente la capacità di ognuno di rimanere nel ruolo del compagno anche quando è di sesso diverso ed è quindi più facile commettere errori per esempio nell’utilizzo del maschile e del femminile. Inoltre il materiale emerso è molto utile per una miglior conduzione del gruppo nel senso che fornisce stimoli per una comunicazione chiara, empatica e che tenga conto di aspetti del vissuto dei partecipanti che non sono direttamente sperimentati dal direttore nella propria vita personale. Da quanto riportato emerge anche il clima di fiducia che si sta creando all’interno del gruppo, che permette la condivisione di contenuti di sofferenza non sempre facili da comunicare. Infine mette in evidenza, ancora una volta, la centralità della problematica della cecità, visto che la consegna era libera, nel senso che prevedeva la condivisione di aspetti di sé che si desiderava far conoscere in quel momento al compagno, senza ulteriori specificazioni e, come si è potuto constatare dagli interventi, la maggior parte dei partecipanti non vedenti ha scelto il tema della perdita o della limitazione della vista.

A conferma di tutto ciò riporto un estratto dell’intervento di Beatrice a conclusione dell’attività quando il direttore chiede ai partecipanti come hanno vissuto l’esperienza e se hanno qualcosa da cambiare o da aggiungere rispetto a quanto detto dal compagno che parlava in inversione di ruolo.

Beatrice: “Direi che Marco ha sintetizzato molto bene il senso di quello che ho detto, che poi è un dramma comune, cioè per lui e io ho preso il via dal suo racconto, di se stesso, del suo momento particolare e lo è un pochino per tutti noi, la perdita della vista, quindi sentire raccontare oggettivamente da un’altra persona un dramma che abbiamo vissuto ci permette di contemplarci di più in distanza e quindi rasserenarci”.

Nel settimo incontro ciascun partecipante è stato invitato a scegliere quattro compagni come “esperti” che, dopo un breve consulto, avrebbero fornito un rimando di tipo psicologico-relazionale sul proprio percorso di crescita nelle relazioni all’interno del gruppo. Dopo qualche piccola resistenza

iniziale, tutti si sono attivati e hanno dato il proprio contributo. I responsi che sono emersi hanno avuto livelli di approfondimento differenti, comunque hanno messo in evidenza l'attenzione e la cura nell'ascolto dell'altro da parte di tutti e la presenza attiva, partecipativa di ciascuno. Insomma la voglia di esserci, di far parte del gruppo e di essere protagonisti. All'interno del gruppo di consulenti, le persone sono riuscite ad esprimersi, a comunicare il proprio sentire, il proprio punto di vista e a collaborare nella creazione del responso finale. L'emergere del portavoce è stato, il più delle volte, spontaneo ed evidente, visto che spesso una persona in particolare si distingueva per spirito d'iniziativa e capacità di coordinare gli interventi dei compagni i quali si sentivano rassicurati e sollevati dalla responsabilità e, nello stesso tempo, liberi di esprimersi. In altri casi il portavoce è stato scelto in considerazione del fatto che gli altri avevano già ricoperto quel ruolo.

Riporto alcuni rimandi trasmessi dai portavoce dell'équipe di esperti.

Beatrice come portavoce comunica il responso a Francesca, consultante.

Beatrice: "Francesca tutti quanti siamo d'accordo nel dire che sei una persona di grande sensibilità, di grandi interessi culturali, un po' chiusa, soprattutto all'inizio di tutto questo percorso. Sembravi più chiusa e qualcuno ha detto con termini... un pochino... superbiosa... un pochino... il termine è stato che te la tiravi un pochino, all'inizio, però poi conoscendoti invece, ti sei dimostrata una persona invece molto sensibile e molto ricca interiormente. E che dire... quindi dal punto di vista di relazioni umane, secondo noi questo percorso ti ha arricchito. Dovresti solo magari ripensando al tuo passato, a certi momenti che evidentemente ti hanno disturbato nel tuo percorso, non so... dell'infanzia, il rapporto con la famiglia o altro... approfondirli ancora per lasciarli sciogliere un po' alla volta al sole".

Marco come portavoce comunica il responso a Lisa, consultante.

Marco: " Sì... io ti riferisco quello che il gruppo mi ha delegato di dirti, procedo per parole chiave, comincio con la prima: sensibilità, serenità, serenità che tu dimostri nel tuo comportamento quando ti relazioni con gli altri. Questa è la cosa che abbiamo notato per prima quindi è una cosa importante perché è stata rilevata subito in prima battuta. Seconda parola chiave possiamo dire capacità d'ascolto, quindi hai dimostrato, questa è una cosa che ho notato anch'io quando ti sei ricordata che volevamo fare un orto (ride) a distanza di tempo ti sei ricordata e quindi vuol dire che hai una sensibilità nell'ascolto, perché si può ascoltare senza recepire, no... invece se si è sensibili rimane impresso quello che si ascolta, e poi dopo viene fuori, viene fuori nella relazione con gli altri. Terza parola chiave attenzione alla natura, questa è una cosa che si vede perché spesso e volentieri accenni al lavoro che viene fatto anche da tua figlia sui prodotti naturali e io ho azzardato... sei un pollice verde di sicuro, nel senso che ti piace... altra parola chiave... diciamo il porti come guida distaccata, partecipe ma non oppressiva del lavoro della figlia, quindi tu attentamente la segui, ti interessi ecc., ma da quel che appare non sei certo angosciante nei confronti della figlia, quindi vedi, sai quello che accade ecc., ma non metti il bastone fra le ruote o non imponi la tua posizione insomma... Quindi queste quattro, cinque caratteristiche che ti contraddistinguono e che noi abbiamo rilevato come tratti della tua personalità molto interessanti".

Francesca come portavoce, comunica il responso a Marco, consultante.

Francesca: "Punto esclamativo. Abbiamo trovato nell'arco delle lezioni, degli incontri che abbiamo avuto, un cambiamento, abbiamo potuto riscontrare ... secondo noi all'inizio tu ti sei presentato come una persona abbastanza esuberante, ti piaceva molto parlare e far conoscere la tua persona, fare conoscere le cose che ami, che ti stanno intorno. Insomma ti sei presentato in un certo modo, poi abbiamo notato che nell'arco delle lezioni, questa presenza così marcata è andata riducendosi e l'incertezza sta nel fatto se magari si era ridotta perché magari tu eri un po' calato come espressività, oppure se per caso eri... avevi abbandonato un po' il ruolo che avevi presentato a noi e che ti dimostravi per la persona che al di fuori di quel ruolo in realtà sei. Una persona tenera, che ama molto la sua famiglia, che cerca di avere un ruolo particolarmente significativo nei confronti del tuo nipotino, non banale, non vuoi essere un nonno banale, vuoi essere un nonno che gli trasmette la tua ricchezza interiore e poi questa capacità di socializzare, tu ami alla fine confrontarti con le altre persone e per ultimo c'è questa faccenda della grande passione che tu hai per certe cose nella vita, cose di valore, di significato molto profondo e che vorresti che anche le altre persone condividessero. Non mi viene in mente nient'altro."

Valentina come portavoce comunica il responso ad Cristina, consultante.

Valentina: “Quello che abbiamo detto di te è che tu sei venuta qua non conoscendo nessuno nel gruppo... almeno noi non ti conoscevamo e tu hai dato a tutti quanti noi la tua forza d’animo, che hai espresso nelle tue esperienze personali, però dando forza a tutti quanti noi e che hai ottenuto questa forza da sola in fondo e l’hai comunicata pure a noi e ha fatto piacere a tutti. Poi la tua lealtà nell’aver detto a una persona che hai cambiato opinione su una persona del gruppo e l’hai comunicato e, comunque, sono tutti quanti contenti di averti avuto tra di noi.”

Monica come portavoce comunica il responso a Valentina, consultante.

Monica: “Abbiamo, cara Valentina, abbiamo così deciso... che sei una persona vulcanica, sei un vulcano e che sei un vulcano in tutte le cose e che non ti tiri mai indietro, mai mai mai e sei sempre portata ad aiutare il prossimo. Poi ultimamente appunto che sei diventata più... con più forza, eri un po’ timida nel buttarti nelle cose però malgrado tutto ti sei sforzata di farlo perché l’ho visto anche nella gita, così... e sei stata veramente brava, devo dire, anche nell’esprimerti davanti a tutti.”

Cristina come portavoce comunica il responso a Andrea, consultante.

Cristina: “Allora... sei una persona di gruppo, sei una persona molto forte, solida, una persona che dopo tante vicissitudini... disavventure della vita, ti sei aperto primo al circolo, al gruppo, sei una persona che... aspetta... aiuto... (interviene in aiuto Marco)

Marco: “Sì, che ha saputo reagire”

Cristina: “... Ah... che hai saputo reagire alle vicissitudini della tua vita.”

L’ultimo incontro, iniziato con la prosecuzione del consulto per le persone che non avevano potuto partecipare per mancanza di tempo, ha avuto come focus il bilancio dell’esperienza vissuta insieme. Attraverso il ricordo e la condivisione di un episodio di cui si era stati protagonisti e che era rimasta particolarmente impressa e di un episodio vissuto da un compagno si sono ripresi alcuni momenti salienti del percorso. Vorrei sottolineare che nella condivisione iniziale, che aveva un contenuto libero, di semplice condivisione di un episodio, di un saluto o quant’altro, la maggior parte degli interventi ha riguardato la fine degli incontri, quindi ringraziamenti, dispiacere per il termine del percorso, condivisione di quanto si aveva imparato e altri commenti del genere. Dal racconto dell’episodio di cui si è stati protagonisti, è emerso come l’esperienza più toccante per la maggior parte del gruppo sia stato il lavoro fatto con la sedia vuota sulla quale si immaginava fosse seduta una persona importante della propria vita. La vividezza delle emozioni emerse, la possibilità di potersi esprimere come non si aveva potuto fare prima, il coraggio di condividere tutto questo in un gruppo, ha lasciato un’impressione profonda e ha aperto la possibilità di vivere l’elaborazione del lutto attraverso nuove modalità.

Mentre il racconto dell’episodio in cui è stato protagonista un compagno ha messo in evidenza l’attenzione e l’ascolto che ognuno ha avuto nei confronti dei compagni e che ha certamente contribuito a creare il clima di collaborazione e fiducia presente nel percorso.

Struttura e contenuto degli incontri

Gli incontri hanno mantenuto una struttura costante che è stata in parte condizionata da interruzioni esterne, ma che nel complesso, ha mantenuto la sua forma.

Primo incontro : breve presentazione su di me e sulla mia formazione, sulla tesi alla base del lavoro da svolgere, su cos’è lo psicodramma moreniano e da chi è nato; quindi esposizione delle regole relative alla privacy e alla riservatezza in relazione ai contenuti emersi durante il lavoro.

Lavoro con il gruppo :

- in cerchio gioco con i nomi.
- migliorare la reciproca conoscenza: mi avvicino a ciascuno prendendo un leggero contatto fisico e parlo di me stessa, quindi chiedo di condividere una cosa che ognuno si sente di dire.
- dopo l’ascolto delle diverse storie appena narrate, chiedo di scegliere una persona il cui racconto ha colpito maggiormente.

- ogni persona, a turno, dopo aver comunicato il nome del compagno scelto, entra in contatto con lui/lei e comunica ciò che si sente di dire; al termine il compagno può dare un riscontro
- condivisione finale sul vissuto dell'esperienza e sul proprio sentire del momento

Secondo incontro: condivisione iniziale su una cosa piacevole e una meno piacevole vissuta durante il mese trascorso.

Lavoro con il gruppo:

- i partecipanti disposti su due file in modo che ognuno di loro abbia un compagno davanti a sé senza sapere chi sia. Per questo ho provveduto a fornire mascherine per coprire gli occhi ai vedenti e agli ipovedenti presenti. La consegna: scoprire il compagno attraverso il tatto.
- condivisione sull'esperienza vissuta
- presentazione di se stessi in inversione di ruolo con un altro significativo
- condivisione finale sul vissuto dell'esperienza e sul proprio sentire del momento

Terzo incontro: condivisione a coppie su qualcosa che si desidera far conoscere di sé in questo momento

Lavoro con il gruppo:

- comunicazione al gruppo, in inversione di ruolo con il compagno, di quanto condiviso in ciascuna coppia
- condivisione sull'esperienza vissuta
- ognuno sceglie il compagno la cui condivisione l'ha colpito maggiormente
- ognuno pensa e comunica al gruppo un aspetto di se stesso che vorrebbe manifestare nei prossimi incontri

Quarto incontro: scelgo una persona alla quale chiedo chi vuole salutare in modo non convenzionale e così, a turno, ognuno sceglie un compagno da salutare. Ognuno sceglie un compagno dal quale andare per comunicare un breve aggiornamento sul mese trascorso

Lavoro con il gruppo:

- lavoro sulla plusrealtà immaginando uno sviluppo positivo e realistico della propria vita tra 2 anni attraverso l'invito immaginato di un partecipante che si offre come protagonista, ai restanti membri del gruppo
- condivisione finale sul vissuto dell'esperienza e sul proprio sentire del momento

Quinto incontro: breve condivisione in gruppo libera nei contenuti (saluto, racconto di un episodio, condivisione del proprio sentire del momento, o altro)

Lavoro di gruppo:

- seduti in cerchio e si conta velocemente "uno, due, uno, due" in modo che ciascuno sia "uno" oppure "due". I "due" esplorano al meglio il compagno di destra cercando di capire chi sia, mentre gli "uno" rimangono fermi e in silenzio. Al termine i numeri "uno" vengono spostati e, a turno, i numeri "due" vengono accompagnati al ritrovamento e riconoscimento del compagno. Poi si sono invertiti i ruoli.
- viene posta davanti ad ognuno una sedia vuota sulla quale si siederà una persona significativa della vita di ciascuno. Quindi vengono dati brevi messaggi a turno per alcuni giri
- condivisione finale sul vissuto dell'esperienza e sul proprio sentire del momento

Sesto incontro: breve condivisione in gruppo sul periodo appena trascorso

Lavoro di gruppo:

- invito ad una riflessione sul proprio nome, rievocando storie o eventi collegati in qualche modo al proprio nome; se il proprio nome piace oppure no, se richiama persone simpatiche o antipatiche ecc.
- incontro in semirealtà con la propria vocina interiore rappresentata da un io ausiliario scelto dal protagonista

Settimo incontro: breve condivisione in gruppo sul periodo appena trascorso

Lavoro di gruppo:

- consulto in équipe: ognuno sceglie 4 compagni perché diventino i propri consulenti psicologico-relazionali e possano dare un consulto sui cambiamenti che hanno rilevato in lui/lei durante il cammino fatto insieme

- condivisione finale sul vissuto dell'esperienza e sul proprio sentire del momento

Ottavo incontro: breve condivisione in gruppo sul periodo appena trascorso

Lavoro di gruppo:

- consulto in équipe (per le persone che non hanno potuto farlo nell'ultimo incontro per limiti di tempo): ognuno sceglie una persona che sente più vicina e pensa che la conosca maggiormente, la quale poi sceglie un altro compagno con il quale si sente di fare il consulto. A questo punto la coppia si riunisce per confrontarsi e poi condividere il responso
 - ognuno pensa a quanti incontri è riuscito a partecipare, quindi ricorda e sceglie un episodio nel quale è stato protagonista, che l'ha colpito e che desidera condividere; quindi sceglie un compagno a cui raccontarlo e lo fa avvicinandosi e prendendo contatto; al termine chi ha ascoltato può dire cosa ha provato, se gli ha riportato vissuti della propria vita e come si sente
 - ognuno ricorda e sceglie un episodio significativo nel quale un compagno è stato protagonista e lo condivide con un compagno avvicinandosi a lui/lei e prendendo contatto; al termine chi ha ascoltato può dire cosa ha provato, se gli ha riportato vissuti della propria vita e come si sente
 - condivisione su quanto appreso di se stessi durante il percorso, cosa si ritiene d'aver imparato e, quindi, cosa si desidera donare al gruppo

Conclusioni

Questo percorso mi ha commosso. Può apparire strana come prima riflessione, eppure è il primo commento che mi sento di fare. L'esiguo numero di incontri a cadenza mensile, la particolare condizione dei partecipanti e la loro totale estraneità ad un'attività di questo genere, l'ambiente per niente idoneo allo svolgimento di un lavoro psicodrammatico, il via vai di gente durante i primi incontri, le interruzioni improvvise e inaspettate per i più strani motivi, insomma tutto questo avrebbe potuto portare ad un veloce scioglimento del gruppo oppure a un coinvolgimento superficiale dei partecipanti. Invece ho vissuto una bella esperienza di condivisione nella quale ho potuto assistere ad una progressiva apertura di ciascuno nei confronti degli altri e di se stesso, una partecipazione attiva e costante ed un sostegno reciproco tra membri del gruppo.

Ho potuto sperimentare sul campo come l'utilizzo delle tecniche psicodrammatiche abbiano facilitato la nascita e lo sviluppo di relazioni positive all'interno del gruppo che, a loro volta, hanno agito come stimolo e supporto all'espressione e al lavoro introspettivo del singolo confermando, ancora una volta, la qualità del gruppo come agente terapeutico facilitatore del cambiamento.

Un aspetto che si è rilevato inaspettatamente complicato è stato la gestione del tempo. Questo perché il divario tra la programmazione della sessione e la sua realizzazione concreta è risultato maggiore del previsto a causa della condizione di disabilità visiva della maggior parte dei partecipanti. Ogni spostamento richiedeva l'accompagnamento e la guida attraverso istruzioni verbali, quindi una lentezza che ha allungato notevolmente i tempi. Questo fattore ha messo in evidenza il desiderio di tutti di partecipare alle attività e la delusione quando non era possibile farlo proprio per questioni di tempo. Per questo al termine del secondo incontro mi è stato chiesto di prolungare di mezz'ora la durata degli incontri.

La mia esperienza relativa a questo percorso e alla collaborazione con l'Unione ciechi di qualche anno fa, mi hanno permesso di sfatare alcuni luoghi comuni legati al mondo dei non vedenti come, per esempio, la ritrosia nell'utilizzo del verbo "vedere", nell'erronea convinzione che possa essere in qualche modo offensivo o poco cortese, quando in realtà viene usato quotidianamente sia perché molte persone non vedenti "guardano" i film, seguendone la trama attraverso la descrizione fatta da una persona vicina e vedente, sia perché "Ci vediamo.." è un'espressione comune nei saluti.

Ho imparato anche a gestire l'aiuto, un altro aspetto importante nella relazione con persone non vedenti, comprendendo in quali casi si rende necessario e in quali rischia di essere un'intrusione fastidiosa o inutile. L'aiuto non richiesto spesso parte da un bisogno del vedente di rendersi utile, nella convinzione che il non vedente sia in una condizione che gli impedisce di gestirsi. In realtà ogni

persona con disabilità visiva ha esperienze, formazioni e livelli di autonomia che possono essere molto diversi.

Nel percorso con il gruppo di psicodramma è accaduto che, in diverse occasioni, alcuni partecipanti vedenti o ipovedenti, spontaneamente, abbiano offerto il loro aiuto ai compagni per facilitarne gli spostamenti, migliorando in questo modo anche lo svolgimento delle attività proposte.

L'attenta presenza della maggior parte dei partecipanti, non solo ai dialoghi e alle condivisioni, ma anche rispetto a questioni organizzative e pratiche (p.e. attribuzione di ruoli attraverso i numeri, spostamento delle sedie, correzione delle consegne del direttore) ha di fatto sostenuto e aiutato la mia gestione del gruppo e ha facilitato la reciproca conoscenza.

Questa esperienza, relativamente breve, mi stimola a continuare il lavoro psicodrammatico con persone non vedenti, sia per approfondire l'utilizzo delle tecniche utilizzate, in primo luogo l'inversione di ruolo, che per sperimentare il classico lavoro con il protagonista attraverso la costruzione di una scena.

Appendice 1

Estratto dall'intervista con la dott.ssa Maria Luisa Gargiulo, psicologa e psicoterapeuta di Roma, autrice dei libri: "Il bambino con deficit visivo", "Crescere toccando" e "Psicologia psicodinamica dell'immersione subacquea", tutti editi da Franco Angeli Editore.

Io: Nella sua esperienza quali sono le maggiori difficoltà relazionali o di comunicazione che può incontrare una persona non vedente?

Gargiulo: Io credo sia difficilissimo parlare in generale perché bisogna capire se stiamo parlando di una persona che non ha mai visto o che ha perso la vista. Perché dal punto di vista relazionale, paradossalmente, chi ha perso la vista, basandosi su una serie di abitudini alla comunicazione nelle quali c'è il canale visivo che è un po' il tappeto sul quale si snodano le cose, il ritmo, la conversazione, il feedback eccetera, mancando quello in realtà si sente perduto. Non sa come percepire l'altra persona, saper entrare; dall'altra parte però chi non ha mai visto non ha acquisito quel modo di comunicare non verbale che è parte della comunicazione quindi mette in difficoltà l'interlocutore.

Io: Nel suo libro lei tratta molto bene dell'importanza, nella comunicazione tra il bambino piccolo e la mamma, dei codici comunicativi visivi che invece mancano nel momento in cui il bambino è non vedente. Ecco, riguardo alla comunicazione, nello psicodramma esiste la cosiddetta comunicazione intersoggettiva, per la quale viene infranta l'abitudine comunicativa del "botta e risposta" e viene assegnato ad ognuno un tempo nel quale potersi esprimere senza essere interrotto. Nella mia esperienza, attraverso gli otto incontri, mi sono resa conto, che questo tipo di comunicazione che ha lo psicodramma, aiuta in modo particolare i non vedenti perché altrimenti hanno la tendenza a parlarsi un po' addosso. Lei mi può confermare questa riflessione?

Gargiulo: Comunque sì, la cosa di cui mi sto rendendo conto sempre più è che l'interlocutore del cieco si aspetta determinate cose e non riesce ad avere un feedback, diciamo come si aspetterebbe, quindi è come se se lo perdesse. E il cieco, è vero tende a parlarsi... mi sta venendo in mente che sabato scorso, io sto facendo un corso di extravisual training, che è un metodo che ho sperimentato di formazione per gli operatori o per chi deve lavorare con persone che non vedono. Una delle cose che ho fatto fare loro è un lavoro sulla comunicazione. C'era un gruppo di persone che vedevano insieme ad altre che non vedevano, di uguale numerosità e quello che abbiamo sperimentato è che paradossalmente le persone che non vedevano tendevano a non avere nessuna competenza nel ciclo della comunicazione, quindi tendevano a parlarsi uno sull'altro.

Io : Allora mi conferma questa mia... interessante..

Gargiulo: Le persone che vedevano non erano, fra virgolette, credute cioè quello che dicevano rimaneva ad un livello di ambiguità perché non venivano colti tutti gli aspetti visivi della

comunicazione. Perché esiste una comunicazione non verbale extravisiva, il problema è che c'è pure una comunicazione non verbale visiva. Allora per esempio in quel gruppo c'è stata una cosa molto interessante. C'era una persona che ha detto una frase, questa frase è stata colta come dubitativa da quelli che non vedevano ed è stata colta come certezza, come un'informazione certa da parte di chi vedeva. La stessa frase. Perché evidentemente a chi non vedeva mancava l'aspetto fisico, posturale lo sguardo, tutti gli aspetti visivi. La frase è stata ascoltata nello stesso modo ed erano tutti quanti presenti alla dinamica della comunicazione dall'inizio, avevano tutti le stesse informazioni di contesto. Quelli che non vedevano hanno pensato che la persona dicesse: forse..eccetera; quelli che vedevano hanno detto: "No, la persona è sicura e non solo non ci sta dicendo un suo dubbio, ci sta dando un'informazione."

Passare dall'assertività al dubbio, c'è un'enorme differenza

Io : Accidenti...

Gargiulo: Quindi in realtà sebbene la possibilità teorica di un intersoggettività c'è però poi ci sono dei misunderstanding, oppure delle ambiguità comunicative, sia di processo che di contenuto. Di processo perché non si sa bene quando entrare, quando non entrare, quando l'altro ha finito.

Io : Infatti quello avevo colto.

Gargiulo: Però pure di contenuto perché mancano anche degli aspetti che possono dare delle informazioni. Per esempio se ci sono delle informazioni concorrenti e contrastanti. In realtà l'informazione verbale non era neanche tanto ambigua, era piuttosto..andava verso una direzione di assertività, però quelli che vedevano avevano aggiunto delle informazioni concorrenti cioè un'assertività posturale, mimica e dello sguardo per cui non avevano dubbi che fosse una comunicazione assertiva, mentre agli altri era rimasto il dubbio. Quindi insomma, per dirle che comunque nella mia vita professionale non posso far altro che confermare come molto spesso ci sono assolutamente delle differenze nello stile comunicativo, che quindi determinano delle modificazioni anche metodologiche quando devono essere applicate delle attività interumane basate sulla comunicazione. Perché comunque lo psicodramma è un'attività tra persone che è basata sulla comunicazione

Io: Sì l'aspetto relazionale e comunicativo è fondamentale

Gargiulo: Come tante altre attività interpersonali

Io: Certo. Infatti in questo, l'applicazione di questa regola che è piuttosto ferrea perché io ho dovuto intervenire più volte, poi è stata recepita dal gruppo, addirittura poi mi chiedevano se potevano intervenire. E poi si è creato questo spazio personale, per cui quando una persona parlava gli altri assolutamente non intervenivano e soprattutto quando toccava a loro esprimevano il loro vissuto, la loro esperienza senza necessariamente rivolgersi, cioè non si potevano per regola rivolgere alla persona che aveva appena parlato, potevano citarla, potevano per esempio dire: come ha detto Marisa, sono d'accordo con Marisa, ma si rivolgevano sempre al gruppo o ad un compagno con il quale non avevano una conversazione. E questo anche da un punto di vista emozionale evita di entrare nella reattività del "ma tu hai detto, ma io ho fatto, ma lui..." ecc.

Gargiulo: E questo probabilmente lo hanno dovuto capire e dedurre perché mentre dei vedenti in una situazione del genere possono ad esempio apprendere implicitamente anche per imitazione perché una persona che si rivolge a un gruppo ha un atteggiamento visivo e posturale diverso da una che si rivolge a un altro. Ma loro molto probabilmente ci sono dovuti arrivare oppure lei gliel'ha dovuto spiegare

Io: Sì questo lo devo spiegare all'inizio anche ai vedenti perché diciamo così, il parlarsi addosso è un'abitudine abbastanza generalizzata, però è vero quello che dice lei che un vedente in un contesto di gruppo si rende conto dalla postura di una persona, dagli occhi, dalla direzione dello sguardo se sta parlando, appunto se vuole parlare a uno vicino o se vuole parlare a tutti, il non vedente effettivamente no.

Gargiulo: No

Io: Uno dei cardini base dello psicodramma è la tecnica dell'inversione di ruolo grazie alla quale io posso entrare nel suo ruolo, io divento la dott.ssa Gargiulo e lei diventa Daniela Solzi. Per far questo è fondamentale uno scambio di posto perché da un punto di vista percettivo se io vengo a sedermi dove

si siede lei questo mi aiuta però io sono vedente per cui il mio arrivare alla sua sedia, mettermi nella sua posizione, vedere lo studio dal suo punto di vista non è fondamentale, però mi aiuta. Ora io naturalmente applicavo la stessa regola ai non vedenti per cui io li facevo alzare e .. ma mi son domandata: ma li aiuto davvero oppure loro mi seguono perché si fidano di me..

Gargiulo: Perché la maestra..e si fa così.

Io: Brava, io ho sempre avuto un po' questo dubbio.

Gargiulo: Senta, sono molto fortunata per il fatto che sabato scorso sembra che abbiamo preparato questa intervista di oggi. Adesso sto seguendo questi sei operatori che hanno voluto fare una formazione un pochino più personalizzata, una delle persone con le quali stavo lavorando, che in quel momento non stava vedendo, era in extravisivo e stava seduto qui dove sono seduta adesso sulla mia sedia, questa persona ha raccontato dopo di un imbarazzo particolare nell'essersi seduta qui.

Io: Mi scusi lei ha detto che era in extravisivo, che cosa intende?

Gargiulo: Significa che queste persone stanno imparando a far funzionare il cervello secondo la possibilità di comprendere e condividere, ma specialmente sperimentare l'utilizzo e il potenziamento degli altri sensi quindi quella persona in quel momento non vedeva.

Io: Però era un vedente

Gargiulo: Sì

Io: Interessante

Gargiulo: E diciamo che questo è un lavoro di formazione che dura, è... graduale e va secondo determinate tappe e in quel momento loro stavano lavorando sulla comunicazione extravisiva . Avevano fatto un lavoro che poi li aveva portati alle considerazioni di cui stavamo parlando prima. Però questa persona si era seduta qui e dopo ha riportato un minimo di imbarazzo. Allora io credo che se lo spostamento, il cambio di posto determina anche una modificazione rispetto a degli elementi che hanno un significato, potrebbe essere utile.

Io: Cosa intende?

Gargiulo: Che se stiamo andando a spostarci e stiamo facendo lo psicodramma di una persona che sta su una zattera e sta salvando un naufrago, probabilmente il cambio di ruoli può avere un senso se quello che fa il naufrago sta per terra simulando di stare affogando e quell'altro si trova sopra, no? Oppure se la postura, il posto dal quale le persone si spostano e dove vanno o dove sono seduti e dove sono posizionati, il luogo della stanza può avere un significato simbolico o comunque un significato, probabilmente sì. Se stiamo tutti quanti in cerchio e tutte le sedie sono uguali e io devo spostarmi per andare nel posto del mio interlocutore, forse no. Nel senso che anche io quando ho lavorato io sono anche uno psicoterapeuta Rogersiano oltre che di tipo evoluzionista e una delle cose che ci hanno insegnato a fare è la conduzione, la facilitazione dei gruppi di incontro. Anzi è una delle cose che abbiamo imparato perché la facevamo molto frequentemente allora io mi ricordo che una delle tecniche che si usavano.. io nel mio gruppo di formazione ero l'unica studentessa disabile della vista in mezzo ad una serie di colleghi vedenti. Chiaramente anche io venivo spostata e ho imparato a spostare e quella per esempio è una situazione nella quale la posizione non è simbolica, non ci sono posture da apprendere o posti particolari, quello è un cerchio che deve essere rigorosamente cerchio, magari un ovale a seconda della stanza però insomma, le sedie sono tutte uguali. Non c'è come dire, una liturgia di qualche tipo, allora lì per esempio non è che abbia un senso.

Io: Ecco, lo immaginavo, lo sospettavo fortemente.

Gargiulo: Beh, dipende..

Io: Nello stesso tempo almeno, voglio dire, un minimo di cambiamento...

Gargiulo: Sì è ok. Dall'altra parte però se invece lei deve creare un cambiamento, come dire perché è come l'entropia dal caos nasce qualcosa, per cui che ne so..il fatto di alzare una persona, farla alzare spostare per andare da un'altra parte, può non aiutarla ad avere la prospettiva di un'altra persona però intanto abbiamo mosso il gruppo. Però ha a che fare, non tanto, come dire, con la tecnica psicodrammatica, che fra l'altro non conosco, ha a che fare con l'azione di chi conduce un gruppo di creare un cambiamento a partire da qualunque cosa.

Io: Capisco, quindi io ho creato comunque un cambiamento accompagnato, come dire, dalla mia conduzione verbale che spiegava..

Gargiulo: Poi se veramente stavano facendo un'azione di psicodramma anche centrata sul corpo e allora sì lo spostarsi può avere un senso.

Io: Però è come dice lei, cioè l'esempio che ha fatto chiarissimo: naufrago, zattera, salvatore è molto significativo perché anche da un punto di vista posturale e di vissuto psicologico.

Gargiulo: Posturale, di collocazione nella stanza, di gestione del... no? Allora sì a quel punto una persona non vedente può averne un grosso vantaggio perché non usufruisce del cambiamento soggettivo dato dalla modificazione diciamo del punto d'osservazione però è, come la persona vedente e forse anche di più, condizionato nel senso positivo, cioè modificabile dalla postura, dallo spostamento, no? Dal fatto di stare seduto in un altro posto di percepire l'altra persona in una posizione o in una distanza relativa diversa da sé.

Io: E anche penso nell'azione, perché l'azione di star per affogare è molto diverso dall'azione di chi salva

Gargiulo: Certamente.

Io: Quindi smuove..

Gargiulo: Sebbene se c'è poca esperienza di vita, in realtà neanche saprebbe come si fa..

Io: A salvare?

Gargiulo: A salvare e come si fa... come fa uno ad affogare, cioè qual è la posizione; allora diventa già una questione di difficoltà per mancanza di esperienza personale. Non tanto per mancanza di esperienza visiva, quanto per mancanza... perché mentre al vedente basta vedere un naufrago, teoricamente, un cieco lo potrebbe capire come fa un naufrago però gli ci si dovrebbe appiccicare addosso. Siccome l'esperienza è molto meno realizzabile, poi arrivano tutta una serie di ignoranze relazionali derivanti non dalla cecità ma dalle conseguenze della cecità. Non puoi aver vissuto tutto nella vita e quindi le cose non le sai.

Io: Quello che un vedente invece riesce a fare guardando anche solo un documentario o qualcosa del genere anche solo una foto..

Gargiulo: Ma anche solo vedere un bambino in spiaggia che fa finta o che gioca o come dire l'inizio dell'azione, e poi magari si immagina come può andare a finire, cioè il fatto che le braccia vengano agitate, che la persona si agiti, in qualche maniera, anche da un episodio non drammatico, la persona intuisce quello che sarebbe accaduto naturalmente in una situazione del genere. Diciamo che un non vedente assolutamente non se lo sogna proprio quindi probabilmente potrebbe riferire il rumore di quello che sta per affogare, però come si comporta no, ma non per motivi, diciamo di mancanza di empatia, ma proprio di mancanza di esperienza.

Io: Un'altra tecnica dello psicodramma che io non ho utilizzato, perché c'erano tanti limiti, non ero in un teatro di psicodramma, ero in una stanza, non c'era moquette o cose del genere, insomma, effettivamente c'era il cerchio di sedie che per uno psicodrammatista non è assolutamente l'ideale...

Gargiulo: E' una tragedia

Io: E' una tragedia, sì è una tragedia

Gargiulo: Credo che fosse una tragedia pure per loro.

Io: Io ero in una stanza dove c'erano sedie fisse, noi avevamo un piccolo spazio, avevamo un cerchio di sedie mobili, per terra non si potevano mettere, insomma un disastro, ho fatto quello che ho potuto in otto incontri. Però a loro è piaciuto molto per cui è andato bene, ma era una ristrettezza veramente allucinante. Dicevo, un'altra tecnica dello psicodramma che io non ho neanche pensato di proporre è il doppio. Cioè una persona, un membro del gruppo non riesce ad esprimere un suo vissuto, non riesce a dar parole a quello che ha dentro ed è in una certa postura, per esempio di chiusura, e un altro membro del gruppo può mettersi accanto nella stessa postura entrare in empatia con il primo e..

Gargiulo: Doppiare

Io: Doppiarlo, ora questo io ho scelto di non farlo perché ho pensato, secondo me come può un non vedente entrare nella stessa postura di un altro se non toccandolo nei minimi particolari e quindi in

un'invasione assolutamente impensabile se non in un gruppo che lavora da anni. Ecco lei mi conferma?

Gargiulo: Sì sicuramente sarebbe possibile..

Io: Ma sarebbe anche utile?

Gargiulo: Sì, ma se ci fossero le condizioni di intimità di fiducia, diciamo anche diciamo di pulizia relazionale perché la persona che non vede e che tocca, tocca per conoscere e quindi di solito ha chiara la differenza tra il toccare per comunicare emozioni e toccare per conoscere. La persona che viene toccata, vedente o meno, fa più fatica a scindere le due funzioni; quindi non tanto, appunto come dice lei, ci sarebbe stato il problema di chi tocca, ma il problema di chi viene toccato che si sarebbe comunque sentito probabilmente stimolato sotto il profilo sociale. Che può essere l'invasione, può essere l'erotizzazione, può essere la coccola, può essere quello che vuole lei però comunque è difficile per chi viene toccato, farsi oggetto farsi cosa e lasciarsi toccare scindendo.. in realtà questo è poi ciò che crea il misunderstanding di cui tutti gli educatori soffrono. Perché arrivano questi bambini, li toccano e quelli li abbracciano per cui a quel punto c'è un pastrocchio perché il ragazzino non aveva nessuna voglia magari di essere abbracciato, o magari voleva toccare per conoscere quell'altro. Invece l'educatore pensa : "Vedi come questo ragazzino è carino, non ha paura di me, magari mi vuol bene, mi vuol comunicare le sue emozioni." E comincia tutta una serie di qui pro quo che non finiscono più.

Io: Mi viene in mente il discorso interessante che fa lei nel suo libro in relazione all'aiuto non richiesto, per cui un non vedente magari sta lì davanti a una strada, lo pigliano e lo trascinano dall'altra parte della strada

Gargiulo: Assolutamente

Io: Senza che questo poverino riesca..

Gargiulo: Però è ancora peggio in una situazione di comunicazione interpersonale perché davvero la persona non vedente sta, come posso dire, sta utilizzando un codice che per un vedente contiene un'informazione del tutto diversa: "Ti voglio star vicino, voglio ridurre la nostra distanza emotiva, ti voglio comunicare delle emozioni che sono rivolte a te. qualsiasi cosa sia, dall'odio all'erotizzazione, alle coccole al... oppure al proteggimi, ma quell'emozione, quello stato d'animo è rivolto verso di te", e invece quella persona in quel momento è solo l'oggetto della conoscenza, quindi è proprio il contrario.

Io: Certo

Gargiulo: Io trovo che molte persone non vedenti abbiano necessità di toccare le pose plastiche di alcune persone. Per esempio credo che molto della didattica dei personal trainer sia del farsi toccare quando devono insegnare una postura, perché poi le persone capiscono e svolgono meglio l'esercizio. Però in quel momento quel personal trainer si sta facendo veramente manichino e si sta offrendo alla conoscenza, punto. Non c'è nessuna scusa, nessun pretesto relazionale. Allora se nello psicodramma ci sono delle sculture posturali...

Io: Da riproporre...

Gargiulo: Dei fermo immagine, non lo so insomma

Io: Certo

Gargiulo: io mi ricordo che a un certo punto Rosati andava lentissimo nella drammatizzazione. Eravamo tutti quanti studenti dell'ultimo anno di psicologia o forse qualcuno laureato da poco e quindi tutti abbastanza abituati a lavorare su noi stessi. Io ricordo che lui aveva questo ritmo lentissimo e probabilmente in molte delle situazioni c'erano delle scene che si fermavano. Forse in quella situazione qualcosa da toccare per capire c'era.

Io: Quindi nell'ipotesi per esempio in cui un soggetto si mette in una postura tipo scultura e il compagno ha come consegna quella di sentire la scultura e riproporla ha un senso. Certo bisogna capire perché gli chiediamo di fare questo..

Gargiulo: Questo però lo sa lo psicodrammatista

Io: Questo lo sa lo psicodrammatista. Invece il doppio presupporrebbe qualcosa di più perché presupporrebbe non solo il tocco per conoscere che dev'essere chiaro, non possono esserci ambiguità, altrimenti è meglio lasciar perdere, ma in più il mio toccare la tua postura mi può aiutare a entrare in empatia..

Gargiulo: Non lo so

Io: Quello sarebbe interessante

Gargiulo: E' veramente difficile stabilire quali degli atteggiamenti posturali sono appresi e quali geneticamente determinati, per cui il cieco nato che non ha visto posture potrebbe già avere un repertorio posturale limitato. Potrebbe attuare delle posture perché percepisce di più l'aspetto propriocettivo della postura. Cioè vive una postura per l'effetto che ha su di sé e questo è sicuro che quasi tutti i non vedenti lo fanno. A meno che non siano stati abituati ad avere una postura per motivi sociali. Però quello è proprio un addestramento se no la postura viene emessa, prima si parlava dell'aspetto comportamentale, per l'effetto soggettivo che ha, cioè per le sensazioni che la persona che ha quella postura ne trae.

Io: Non è mai stato fatto uno studio proprio sulle posture..?

Gargiulo : Confesso la mia ignoranza, è probabile di sì, io non l'ho mai letto. In Italia credo di no, ma, credo, fuori può darsi di sì.

Io: Sarebbe interessante poter vedere come uno stato d'animo.. perchè per esempio nei vedenti gli stati d'animo, i vissuti psicologici di chiusura, di tristezza, più o meno sono abbastanza facilmente riconoscibili, certo non sarà a braccia aperte guardando verso l'alto e con il sorriso sulle labbra, no? Sarà più probabilmente ad esempio con le spalle ricurve, magari abbracciandosi le ginocchia; c'è una gamma di posture che più o meno sono riconoscibili facilmente. Per un non vedente come potrebbe essere?

Gargiulo: C'è un aspetto innato...

Io: Di protezione o comunque...

Gargiulo: Sì comunque sono quei comportamenti che sono selezionati dall'evoluzione e su questo non c'è dubbio. Poi c'è probabilmente un aspetto appreso di imprinting nel senso che nelle relazioni primarie sicuramente se c'è stato un contatto fisico importante, proprio dal punto di vista della quantità, e della varietà, la persona apprende perché fortunatamente la ricerca ci dice che la persona non vedente è in grado come un vedente di attivare i neuroni specchio. Questo significa che la sua difficoltà empatica non deriva dalla cecità ma dalla scarsità esperienziale. Quando la persona viene messa in condizioni di percepire il comportamento di un'altra persona, è in grado di dedurre a partire da informazioni extravisive. Se però c'è una carenza informativa perché non ci sono informazioni visive, non ci sono altri tipi di informazioni, la persona è socialmente ignorante, è poco in grado di conoscere e comprendere gli stati d'animo altrui al pari di qualsiasi altra persona che sia stata privata di informazioni sociali.

Io: Certo

Gargiulo: A livello posturale, se uno è stato toccato, abbracciato, se ha giocato molto corpo a corpo, con i suoi amici, con i suoi genitori, con i suoi fratelli, probabilmente ha un repertorio di esperienze e ha anche probabilmente una competenza sociale maggiore perché avrà messo insieme stati d'animo espressi non verbalmente e posture delle persone con le quali ha avuto a che fare e anche con le proprie posture probabilmente sono state più o meno decodificate e quindi sono state anche lette, si è sentito empaticamente riconosciuto e quindi anche i suoi aspetti posturali si sono evoluti anche in base alla risposta sociale altrui. Ma se questo non è accaduto, quella persona è socialmente poco in grado di comprendere la postura degli altri e anche di esprimersi in modo articolato con la propria postura perché non è stata neanche riconosciuta. Quindi a quel punto la postura è funzionale alla sensazione soggettiva di chi la attua. Se quella persona all'interno di quel movimento o di quell'atteggiamento fisico trae delle sensazioni, quella postura può avere un significato per lei, ma non la sta attuando per esprimere qualcosa all'interlocutore. E quindi per esempio potrebbe darsi che stia toccando una parte del mobilio semplicemente perché questo gli porta una sensazione piacevole. Le faccio un esempio istantaneo. Allora, la mia mano destra in questo momento è poggiata sulla parte della sedia dove sono seduta su... diciamo su questa rete, perché questa è una sedia di quelle tensoelastiche. E' possibile che se io vengo osservata sembra che io mi stia alzando, no? Perché sono pure poggiata col gomito e l'altra mano sul bracciolo eccetera eccetera. Io in realtà sto rilassando la spalla, perché siccome questa parte della sedia è elastica, se io faccio così (piglia la mano sulla sedia) la mia mano si abbassa e la mia spalla si abbassa. Quindi quello che potrebbe sembrare una specie di

tensione, cioè una cosa del genere, in realtà è questo (mostra l'abbassamento rilassato della spalla) però questo lei non lo sa se non sta nel mio corpo.

Stavamo parlando della postura e quello che mi sta venendo in mente è che in realtà lo psicodramma può essere anche un'occasione abbastanza importante per un cieco nato di conoscere e sperimentare relazioni meno ingessate dai quei quattro cinque binari che uno impara perché è un po' questo quello che viene limitato dalla cecità. Le possibilità umane sono enormi però la postura, il modo di parlare, il modo di esprimersi, il modo di gestire lo spazio, di creare, anche la possibilità creativa che può dare lo psicodramma, nel drammatizzare, eccetera eccetera, tutto questo è reso un pochino, se vuole, asfittico, dalla carenza di esperienza che deriva dalla cecità. Quindi secondo me potrebbe essere utile a un sacco di gente anche solo come luogo di aggregazione.

Io: Infatti l'aspetto di socializzazione era, per come dire, nel sottofondo delle nostre attività perché la possibilità di potersi confrontare con altre persone era un'occasione imperdibile, anche perché emergeva spesso il discorso della cecità e quindi potersi riferire a questa cosa condividendola con altre persone che vivevano la stessa esperienza era importante per loro, era una forma di supporto.

Gargiulo: Anche l'aspetto spaziale secondo me è importante perché per un cieco la differenza tra stare seduti e potersi rotolare su un tappeto o rotolare da una parte, magari deve utilizzare altre cose per la scenografia. Io ricordo sempre che Rosati si portò un riflettore che cambiava colore e lui decideva ogni volta... però magari altre cose che possono essere delle coperte per poter trascinare le persone, quegli elementi, come i cubi che servono per fare psicomotricità, che sono cubi oppure cunei, cerchi grossi nei quali star dentro, cuscini con il riso dentro poter tuffarsi... tutte queste cose... beh questo cambia la vita a un cieco.

Io: Queste sono tutte comunque esperienze del corpo, propriocettive. A questo proposito mi chiedo: un altro cardine dello psicodramma è la costruzione della scena quando c'è il protagonista. Naturalmente nello psicodramma classico si usano degli oggetti simbolici, che so... un'astina per rappresentare una porta d'entrata. Però questi sono tutti riferimenti visivi chiaramente, per un vedente, è mettere appunto, l'asta per la porta, dove sono le finestre, altre due per le finestre, mettere magari un oggetto simbolico che possa rappresentare che so, se siamo in una camera da letto il letto e magari l'armadio. E questa costruzione della scena ha un effetto anche di riscaldamento all'azione per il vedente. Perché se deve mettere la porta deve ricreare l'immagine mentale di dov'è la porta di casa sua, di dov'è la finestra, di dov'è il letto eccetera eccetera. Per un non vedente io mi sono detta che serve a poco o a niente.

Gargiulo: Però altri tipi di elementi possono svolgere lo stesso ruolo. Cioè il fatto di poter avere un piccolo repertorio di oggetti da sistemare, può essere comunque utile, cioè non sarà l'astina, saranno magari altre cose però possono esserci comunque. L'azione di riscaldamento all'azione, l'effetto di riscaldamento all'azione c'è. Specialmente se è la persona che li ha collocati.

Io: Per forza dev'essere la persona, però mi chiedo devo essere io a guidarla...

Gargiulo: Dipende da quanto è autonoma. Quello dipende dal funzionamento di una persona.

Io: Perché in uno spazio che non conosce... mettiamo lo spazio vuoto dell'azione...

Gargiulo: Dipende quanto questo spazio vuoto è regolare, quanto in questo spazio vuoto ha potuto camminare prima, quanto sa quanti e quali oggetti sono a disposizione...

Io: ...E' un lavoro...

Gargiulo: E' un lavoro nel quale ci sono delle azioni precedenti alla scena, alla drammatizzazione e lei potrebbe valutare quanto e se vale la pena investire, perché forse potrebbero crearle qualità nell'azione. Se una sessione di psicodramma che dovrebbe durare per dire, 90 minuti per fare un esempio, dura 60, e quei 30 minuti io li utilizzo per far conoscere la stanza, gli oggetti e la loro collocazione alle persone e far sì che possano mettersi a loro agio in quel posto e poi incominciare, probabilmente quello che accade, accade con una maggior tavolozza espressiva e allora io penso che valga la pena pensare non tanto, non solo a modificazioni metodologiche nel durante, ma pure a qualche facilitazione precedente.

Io: Fase non prevista dallo psicodramma classico, ma che deve essere inserita visto che si lavora con non vedenti

Gargiulo: Certo che deve essere inserita perché il partecipante allo psicodramma sta nella stanza, nella palestra nel teatro dello psicodramma, si guarda attorno da solo e se le sceglie da solo le cose , però le cose non saranno lì per caso, quindi c'è comunque un'azione deliberata dello psicodrammatista che decide che cosa rendere visibile al partecipante

Io: Certo, nel mio caso ho escluso tutta questa parte visto l'esiguo numero di incontri e visto lo spazio in cui potevamo agire o non agire limitatamente ecco, adesso qui si fanno ipotesi in cui c'è uno spazio già un po' più adatto ecco, all'attività psicodrammatica.

Io: Va bene

Gargiulo: Dopo di che però se servono cose, bisogna vedere che cosa, però anche là noi dobbiamo riuscire a capire quali sono gli oggetti dell'azione che secondo me dovrebbero essere presenti. La persona vedente si guarda attorno e sceglie. Il processo mentale è lo stesso è solo il prerequisito del processo mentale che è diverso, cioè quello deve andare in giro a toccare quello che c'è ... allora siccome secondo me non lo può fare durante la drammatizzazione perché se no si altera tutto, allora lo dovrebbe fare prima.

Io: Sì assolutamente.

Gargiulo: Non so per certezza, ma credo che una persona non vedente dentro una drammatizzazione del genere possa avere dei grossi vantaggi a entrare di più nella scena, a vivere in modo più diretto e anche a dare più facilitazione all'altra persona non vedente o all'altro vedente che sta nel gruppo. Altrimenti il rischio che se lei impoverisce troppo dentro a questo gruppo ci possono essere solo non vedenti.

Io: Certo.

Gargiulo: Perché il vedente che invece ha un'esigenza differente se gli togliamo questo quell'altro e quell'altro, non si riesce neanche a concentrare troppo sul parlato perché nel frattempo non sta vedendo niente. Quindi funziona anche in modo diverso, diventa una specie di supporto per dare un po' il pretesto di fare un gruppo diciamo... integrato, però non è così integrato.

Io: Sì nella mia microesperienza degli otto incontri su cui baso la tesi io ho cercato per esempio, anche perché c'era un vedente e anche per fare un'esperienza diversa... far fare un'esperienza un po' diversa ai non vedenti, per esempio di utilizzare l'ausilio della sedia vuota.

Gargiulo: Sì.

Io: Quindi mettere davanti ad ogni persona una sedia vuota e ai non vedenti li ho invitati a toccare la sedia vuota perché se no loro neanche la toccavano. Per aiutarli a percepire che c'era veramente una sedia vuota davanti a loro dove il vedente chiaramente la vedeva, e immaginare che su quella sedia ci fosse una persona significativa della loro vita alla quale si rivolgevano. E questo ha avuto un effetto veramente molto forte perché anche il non vedente è entrato molto nell'esperienza.

Gargiulo: Per questo funziona perché è anche una tecnica gestaltica e questo l'ho visto fare a ciechi e funziona

Io: E così come la proiezione nel futuro in una situazione positiva realistica dopo, ecco, quindi un po' si può agire su... però chiaramente potendo inserire un'azione maggiormente fisica e degli oggetti è ovviamente molto più significativo.

Appendice 2

Intervista con la dott.ssa Monteneri, psicologa e presidente del Circolo Bentivoglio di Milano.

Io : Quello che ti chiedo inizialmente è proprio di ciascuna persona due cose

Monteneri : Bruna e Adriano sono pensionati, Valentina ipovedente lavora con il marito piccolo ristorante, Francesca ipovedente ex fisioterapista, in pensione; Cristina impiegata; Monica ha lavorato, ha perso progressivamente la vista, maestra di Braille, pensionata; Laura ha perso recentemente la

vista (7/8 anni) vedova, lavorava impiegata, pensionata; Sandra ipovedente lavora come massaggiatrice; Andrea pensionato; Lisa ex centralinista, telefono amico, pensionata;

io: Sto utilizzando lo psicodramma che è stata studiata per i vedenti, mi faccio domande su cosa proporre a non vedenti, una delle cose che mi sono chiesta: quando vi chiedevo di fare l'inversione di ruolo, il fatto di alzarvi dal tuo posto e di andare a sederti altrove, il prendere il posto di... questo movimento ti aiutava?

Monteneri: Penso che psicologicamente possa aiutare perché passi da uno stadio A a uno stadio B. A me personalmente come carattere non avrebbe cambiato niente, ma per altri sì

Io: Parlando con la dott.ssa Gargiulo a Roma che lavora da anni con non vedenti e lei faceva delle ipotesi, perché non ha esperienze di psicodramma e diceva che se le persone sono in un cerchio di sedie uguali di posizioni uguali, si fa muovere il gruppo per cui può essere utile, ma ai fini strettamente dell'inversione di ruolo, può...

Monteneri: Come ti ho detto per me per il mio carattere, per la mia formazione non sarebbe cambiato niente, ma io ho una fortissima capacità di concentrazione per cui se mi dici "tu in questo momento impersoni il tale..." io mi concentro e impersono il tale. Ma questa è una mia capacità personale, mentre per gli altri il fatto di cambiare posizione, quindi di diventare qualcosa di altro anche solo nella posizione per me è importante, fa parte del rituale

Io: Rispetto alla tua esperienza, tu sei anche psicologa e lavori da tanti anni, cosa hai notato nelle tecniche psicodrammatiche e nel modo di fare psicodramma che ti ha colpito, di diverso rispetto a quello che fai tu normalmente

Monteneri: Quello che ho notato è il fatto che tu hai cercato di far avvicinare queste persone, di far conoscere queste persone attraverso il contatto fisico e questo per loro è stato molto stimolante secondo me perché si sono sentiti parte di un gruppo, toccando fisicamente, si sono avvicinati fisicamente, si sono affidati al tatto. Questo secondo me è stato molto interessante per loro. Mentre prima erano entità completamente divise, il gioco di gruppo che ci hai fatto fare, il riconoscersi reciprocamente ecc attraverso appunto la tattilità ha fatto sì che ci fosse un legame profondo e questo è la prima cosa. La seconda cosa è l'analisi interiore che sei riuscita a stabilire, cioè nessuno di loro era preparato allo scavo interiore, però ci sono arrivati tutti molto lentamente e lentamente hanno avuto effettivamente un miglioramento della loro personalità.

Io: Bene questo mi fa molto piacere, ti ringrazio perché tu sei in una posizione particolare per cui a te posso chiedere cose che magari ad altri non posso chiedere

Monteneri: Hanno avuto una reciprocità di conoscenza, proprio lo vedevo nelle ultimissime sedute, per chi effettivamente tu dicevi: "adesso siete voi diventati degli esperti...", ma erano diventati degli esperti del carattere dell'altro.

Io: E' stato molto.. e adesso ti chiedo di fare un volo pindarico di fantasia che si basa sulla tua esperienza su "immaginiamo che..." una delle tecniche dello psicodramma che io non ho utilizzato perché lo spazio non lo consentiva è la costruzione della scena. Nello psicodramma quando si lavora con un protagonista si lavora su un aspetto della vita del protagonista che può andare dal "ieri ho litigato con mio marito", al "ho sognato questo..." al "ho paura del buio", qualunque aspetto del mondo interiore. Invece di parlarne lo si costruisce e diventa teatralmente rivissuto, ovviamente con la tecnica dell'inversione di ruolo, con l'aiuto e la regia del direttore, con l'aiuto dei compagni, insomma ci sono delle tecniche. Però la prima cosa è la costruzione della scena, per esempio se uno mi dice "ho litigato con mia sorella", allora dico bene, ti fermo un attimo e ti chiedo quando è avvenuto? Ieri. Era mattino, pomeriggio. Dove, bene costruiamo la cucina e lo si fa con oggetti simbolici. Normalmente per un vedente questo è un valido riscaldamento all'azione, per entrare emotivamente in quel momento e non raccontarlo. Per un non vedente secondo te può avere un senso?

Monteneri: Se un non vedente è autonomo sì, se invece è nella fase iniziale in cui ancora non riesce a orientarsi bene, a toccare gli oggetti di riferimento allora no, quindi bisogna vedere la fase in cui si trova, se è nel momento dell'elaborazione della cecità oppure se l'ha già superata

Però se è autonomo che si muove abbastanza tranquillamente che magari è cieco dalla nascita, quindi abbia costruito la sua vita, allora sì. Perché c'è una differenza tra chi è cieco dalla nascita e quindi è abituato a fare certe azioni, ad arrangiarsi, a farsi da mangiare, a girare, e chi lo è diventato da

poco. Allora, se uno lo è da tanto abbastanza da aver superato tutta l'iniziazione alla nuova vita di non vedente allora il fatto di spostare un tavolo, perché tu sai che c'è un tavolino lì o il fatto di mettere un oggetto non ti crea problemi e riesci ad interiorizzare la situazione, a tenerla dentro di te. se invece è da poco che sei diventato così ci possono essere delle incertezze. Però secondo me qualora ci fossero delle incertezze, nel momento in cui tu costruisci con lui la scena allora qui ipotizziamo che sia il tavolo, qui ipotizziamo che sia la porta e gliela fai sentire, elabora la situazione ugualmente.

Io: Ecco questo è importante. Quando vi ho messo davanti la sedia vuota e dovevate immaginare una persona significativa della vostra vita io ho notato che la maggior parte delle persone non toccavano la sedia, come se non ci fosse stavano lì sedute. Quando poi gli ho detto di toccarla l'hanno fatto, e il motivo per cui ho chiesto di farlo è che sentivo che toccandola avrebbero avuto un'immagine e una percezione dell'effettiva esistenza della sedia e quindi di un aiuto nell'immaginare che ci fosse davvero una persona lì rispetto al non toccar la sedia per niente. Questo è una mia fantasia o pensi che effettivamente sia stato un passaggio che aveva un senso?

Monteneri: No io penso che è sempre una questione di concentrazione, di capacità di concentrazione. Se una persona pensa ad una persona importante di riferimento, che tocchi la sedia davanti o no è la stessa cosa, almeno io parlo per me..

Io: Immagina nel gruppo con le persone che conosci..

Monteneri: Immagino nel gruppo con le persone che conosco, allora quel gruppo era molto ingenuo in un certo senso, per lo meno all'inizio quindi faceva esattamente tutto quello che gli dicevi tu.

Io : Ma pensi che... perchè per te lo so che è una cosa...

Io: Una delle cose che avevo notato è che tendevano a parlarsi addosso

Monteneri: Addosso in che senso?

Io: Nel senso che parla uno poi sopra ci parla un altro ecc una delle tecniche dello psicodramma che è la comunicazione intersoggettiva che è quella che lascia lo spazio ad ognuno di parlare, e la persona che parla dopo non può rivolgersi alla persona prima per creare un dialogo, ma esprime un suo sentito. Questo secondo me è molto utile in una situazione in cui i non vedenti hanno proprio questa tendenza...

Monteneri: Questa urgenza, questa urgenza di ..attirare l'attenzione e comunicare attraverso un tono più alto della voce. Certe volte le cose vengono fuori...a me è sembrato importante sottolineartelo perché mi sembrava che non ne avessimo parlato

Io: Hai fatto bene

Monteneri: Per cui è stato importante in un certo senso, nelle sedute iniziali quando tu ci hai messo tutti in circolo e "definite la tale con due parole.." ha permesso a loro di focalizzare, quindi di esprimere eccetera, non sovrapporsi come pensiero, come voce e abituarsi gli uni agli altri, ai tempi, esprimere secondo un tempo "X" le loro due paroline, le loro due definizioni, ma rispettando gli altri. Questo scandire il tempo è stato importante per conoscere il gruppo

Io: Perchè anche i vedenti si parlano addosso

Monteneri: Ma non così, non con la stessa furia... furia è improprio

Io: Anche entusiasmo... è un bisogno..

Monteneri: Ecco un'altra cosa che secondo me devi far notare è che queste sensazioni interiorizzate hanno l'urgenza di essere espresse, quindi da qui il tono più alto, una... che non è aggressività, è tentare di affermare la propria personalità, almeno là dove non sei giudicato, cioè attraverso la voce.

Io: Io ho avvertito molto anche questo bisogno di comunicare

Monteneri: Bisogno di comunicare, bisogno di analizzare se stessi che magari non è presente immediatamente, ma è venuto fuori nel tempo. Queste otto sedute sono un percorso in cui loro si sono conosciuti e hanno raggiunto un loro equilibrio. Tu pensa non so... a quella che prima si immedesimava nel padre e piangeva disperatamente eccetera, alla fine non l'avrebbe fatto però ha fatto un percorso di oggettivazione del sentimento.

Io: E sono stati veramente molto... a me ha toccato tanto veramente la loro disponibilità, il loro affidarsi a me

Monteneri: Questo fa parte della fiducia che evidentemente hai conquistato, la prima volta sono stati molto scettici tant'è vero che qualcuno è uscito dalla prima... e poi il gruppo ha agito bene come gruppo cioè hanno espresso la loro individualità, ma depositato il loro personalismo e secondo me questa è stata un'operazione interessante. Non c'è mai stato un momento in cui qualcuno si è sentito ... nonostante magari io ribadissi una regola che doveva essere rispettata

Monteneri: La Francesca ad esempio, io la conosco da anni, ha fatto un percorso... in effetti l'ho trovata molto matura rispetto ad anni fa, io l'ho seguita anni fa e l'avevo lasciata abbastanza rasserenata perché aveva un entroterra difficile la Francesca, ma l'ho trovata di un'interiorizzazione nuova attraverso gli studi che ha fatto, un po' di filosofia orientale, un po' di yoga eccetera, quindi ha una grossa sensibilità, una grossa ricerca di se stessa eppure si è inserita nel gruppo come Marco. Apparentemente erano due che avrebbero avuto difficoltà ad inserirsi nella logica del gruppo ed invece si sono inseriti

Io: Questo ha toccato molto anche me, perché a volte loro erano al servizio del gruppo

Monteneri: E culturalmente erano ad un livello decisamente diverso. Da che cosa derivava questo senso di solidarietà, di unione, secondo me proprio dalla sofferenza del non vedere che superava le barriere culturali, personalistiche. Cioè sei riuscita a farle superare, secondo me ha voluto molto dire il fatto che loro si sono voluti affidare e il fatto che c'ero io sempre presente perché loro sentono molto la mia presenza rasserenante. Loro si sono fidati.

Io: E io li ho sentiti veramente fare dei balzi e aprire anche delle porte interiori di sentimenti profondi che mi hanno molto toccato

Monteneri: Io mi sono messa nel gruppo intanto perché mi interessava, tutte le cose nuove mi interessano, ma soprattutto per dar tranquillità a loro. E' stata una bella esperienza, la rifarei volentieri, per loro, li ho visti crescere. il mio corso che si svolge in modo molto più tradizionale, perché ti dico, è un gruppo esperienziale, io li guido, sono loro che tirano fuori i problemi, poi io li coordino, ha un valore senz'altro però sarebbe l'ideale fare un anno così e un anno così, capisci?

Io: Sì capisco benissimo perché uno integra l'altro a livelli differenti, sono d'accordo

Bibliografia

Boria G. (1997), "Lo psicodramma classico", Angeli, Milano.

Boria G. (2005), "Psicoterapia psicodrammatica", Angeli, Milano.

Cannaio M. (1999), "La mente con gli occhiali", Angeli, Milano.

Cocchi A. (1997), "La mente sul palcoscenico. Lo psicodramma in teatro", Libri Arena, Bologna.

Consolati L. (1991), "Il gruppo di psicodramma come matrice di identità", in: Psicodramma, AlpsiM, Milano.

De Leonardis P. (1994), "Lo scarto del cavallo. Lo psicodramma come intervento sui piccoli gruppi", Angeli, Milano.

Dotti L. (1998), "Forma e azione. Metodi e tecniche psicodrammatiche nella formazione e nell'intervento sociale", Angeli, Milano.

Galati D. (1986), "Vedere con la mente. Conoscenza, affettività, adattamento nei non vedenti", Angeli, Milano.

Gargiulo M.L. (2005), "Il bambino con deficit visivo", Angeli, Milano.

Henri P. (2000), "La vita dei ciechi", Biblioteca italiana per i ciechi "Regina Margherita", onlus.

Martinoli C. Del Pino E. (2009), "Manuale di riabilitazione visiva per ciechi e ipovedenti", Angeli, Milano.

Moreno J.L. (1946, IV ed.1977), "Psychodrama First Volume", Beacon House, New York, (trad. it. : Manuale di psicodramma. Il teatro come terapia, Astrolabio, Roma, 1985).

Moreno J.L. (1947), "The theatre of spontaneity", Beacon House, New York, (trad. it : Il teatro della spontaneità, Nuova Guaraldi, Firenze, III ed. 1980).

Moreno J.L. (1953, III ed. 1978), "Who shall survive?", Beacon House, New York, (trad. it : Principi di sociometria, psicoterapia di gruppo e sociodramma", Gruppo Editoriale Fabbri, Bompiani, Sonzogno, Etas S.p.A., Milano 1964, II ed. Etas libri, Milano, 1980).

Muzzatti B. (2006), "Aspetti psicologici della cecità acquisita: contributi teorici e sperimentali", I.Ri.Fo.R., Roma.