

**UNIVERSITÀ DELLA VALLE D'AOSTA**

**UNIVERSITÉ DE LA VALLÉE D'AOSTE**

---

DIPARTIMENTO DI SCIENZE UMANE E SOCIALI

CORSO DI LAUREA IN SCIENZE E TECNICHE PSICOLOGICHE

ANNO ACCADEMICO 2021/2022

**TESI DI LAUREA**

INDAGINE CONOSCITIVA SULLA DIMENSIONE  
EMOTIVA NELLO PSICODRAMMA

DOCENTE RELATORE:

Maurizio Gasseau

STUDENTESSA:

Agnese Cremona

MATRICOLA: 19D03174

*Ai nonni,  
intensi e importanti  
come le emozioni.*

## INDICE

Introduzione	4
Capitolo I: Lo stato dell'arte nello psicodramma e l'impatto emotivo	7
1.1. Moreno e Jung: dallo psicodramma alla psicologia analitica	7
1.1.1. Transfert e controtransfert nello psicodramma	13
1.2. Multidimensionalità e complessità del lavoro psicodrammatico	14
Capitolo II: Psicodramma-emozione: influenze e relazioni	16
2.1. Emozioni nello psicodramma	16
2.1.1. Il corpo come mezzo di comunicazione emotiva nello psicodramma	18
2.2. La mitopoiesi analitica come strumento di organizzazione inconscia	22
2.3. La catarsi emotiva	24
Capitolo III: L'impatto emotivo dello psicodramma: un'indagine conoscitiva	27
3.1 Metodologia dell'indagine conoscitiva	27
3.2 Analisi dei dati	28
3.3 Discussione dei risultati	30
3.4 Confronto con la letteratura	34
Interviste	38
Conclusioni	86
Bibliografia di riferimento	89
Sitografia di riferimento	

## **Introduzione**

In questo elaborato “il tema che ci si propone di esaminare è quello del delicato rapporto fra le manifestazioni del corpo da una parte e le emozioni e la loro espressione dall'altra e di come esso venga sperimentato e conosciuto nello spazio psicodrammatico”<sup>1</sup>. Nello psicodramma il corpo che viene presentato è di volta in volta un corpo percepito dal soggetto nella sua interiorità, oppure un corpo che si muove, danza, gestisce, o manda segnali alla mente attraverso percezioni o sintomi interni. L'antica dicotomia corpo-spirito non è solo radicata nella cultura occidentale, ma anche nei nostri corpi, che spesso non sanno trovare spontaneamente un linguaggio che esprima contemporaneamente fisicità, emozione e spiritualità. Attraverso un'intervista semi-strutturata volta ad indagare proprio questa connessione tra le manifestazioni corporee nello psicodramma da un lato ed emozioni e la loro espressione dall'altro, verrà indagata la gestione emozionale del gruppo da parte dello psicodrammatista che, giorno dopo giorno, è sottoposto ad una pressione emotiva non indifferente. Il Dottor Giulio Gasca, il Dottor Marco Greco, il Dottor Claudio Giacobbe e la Dottoressa Laura Marino saranno gli intervistati di riferimento, da cui partiranno riflessioni volte a sviluppare questo tema.

In seguito a esperienze di psicodramma, proposte nel corso di Teorie e Tecniche di gruppo condotto dal Professor Maurizio Gasseau, è stato possibile sperimentare il forte coinvolgimento emotivo che lo psicodramma presuppone. Ciò ha stimolato in me una riflessione. Poiché lo psicodramma porta con sé un forte coinvolgimento emotivo e una ricca gamma di emozioni che vengono provate in tutta la loro ricchezza, come riesce il conduttore a portare dentro di sé questo patrimonio emotivo che a volte, proprio per la sua complessità che contraddistingue il grande oceano delle emozioni, può anche essere difficile da gestire? È con questo interrogativo che l'indagine ha preso inizio.

Nel primo capitolo si porrà brevemente l'attenzione sulla differenza tra lo psicodramma moreniano proposto da Moreno e quello Analitico Individuativo basato sulle postulazioni teoriche di Jung. Verranno trattate due dinamiche tra loro

---

<sup>1</sup> GASCA G., STRADELLA L., (2009), Giochi del corpo e delle emozioni nello psicodramma Analitico, Bergamo, Moretti&Vitali. P9

complementari: quelle del transfert e controtransfert; per poi giungere ad un'analisi della multidimensionalità e complessità del lavoro psicodrammatico nella sua strutturazione tetraedrica.

Nel secondo capitolo viene presentata una breve storia delle emozioni nel loro strutturarsi come concetti dibattuti tra quelle che sono la prospettiva socio-costruttivista e la prospettiva universalista predisponendo le basi per illustrare il concetto di emozione nella sua accezione fisiologica seguendo le teorizzazioni proposte da James-Lange. La teoria proposta da Ekman viene posta come chiave di lettura per l'analisi della correlazione tra corpo ed emozione nella sua manifestazione, proseguendo come postulazione teorica di riferimento anche nel capitolo successivo. La tecnica della Catarsi proposta da Moreno verrà descritta nella sua complessità teorica ed emotiva, per poi giungere a come le immagini che emergono dalla rappresentazione psicodrammatica abbiano un ruolo determinante sia come simboli appartenenti al mondo interno del paziente, sia come funzioni archetipiche attive nel gruppo nella Mitopoiesi analitica, esposta da Gasseau nel 1991, come strumento di riorganizzazione del materiale inconscio.

Il terzo capitolo presenta la metodologia utilizzata per condurre l'indagine, il campione scelto di analizzare, che non è significativamente rappresentativo della popolazione di trainer di psicodramma, ma, vista la loro esperienza, può essere considerato valido come testimonianza. In seguito vengono presentati e discussi i risultati che poi saranno confrontati con la letteratura esistente. Infine vengono presentate integralmente le interviste semi-strutturate che sono state condotte.

Ringrazio il mio Docente e Relatore, il Professor Maurizio Gasseau, per avermi guidata e supportata in questa importante fase del mio percorso accademico e per avermi dato la possibilità di provare la risonanza emotiva dello psicodramma sulla mia stessa pelle.

Un sentito ringraziamento al Dottor Giulio Gasca, al Dottor Marco Greco, al Dottor Claudio Giacobbe e alla Dottoressa Laura Marino per aver accettato con piacere ed entusiasmo di partecipare all'indagine svolta ed essersi sinceramente raccontati.

Vorrei ringraziare i miei genitori e mia sorella Clarissa, rappresentate il mio modello, la mia ambizione più grande, il sentimento più forte che provo, che mi sono stati vicini e che lo saranno sempre.

Ringrazio la mia famiglia che sento sempre molto vicina e su cui so di poter sempre contare. In particolare, un sentito ringraziamento è rivolto ai nonni, i miei più grandi sostenitori, le parole non possono esprimere ciò che provo per voi.

Grazie a Carolina per esserci, comunque vada e ovunque si vada.

Grazie a Ilaria per i memorabili ricordi, il supporto che non è mai mancato e per la capacità di prendere la vita con spirito ed entusiasmo. Quanto di più bello e raro.

Un sentito ringraziamento è rivolto a Giuseppe, Eleonora e Andrea che mi vogliono bene e che rendono memorabile ogni occasione.

Ringrazio i miei grandi amici che ci sono sempre e ai quali devo i miei ricordi più cari. Ringrazio con affetto gli amici conosciuti durante questi anni di università: sarebbe stato tutto un altro percorso senza di voi.

Ringrazio chi ha trascorso con me questi intensi mesi, pieni di fatica, ricordi, che non andranno via, ed entusiasmo in ciò che verrà perché le cose belle accadono.

## CAPITOLO PRIMO: LO STATO DELL'ARTE NELLO PSICODRAMMA E L'IMPATTO EMOTIVO

Le emozioni impregnano e caratterizzano l'aria che circonda un gruppo durante le sedute psicodrammatiche. Tuttavia, prima di indagare quale sia l'effetto delle emozioni sul gruppo è doveroso soffermarsi sul concetto di psicodramma e la storia della sua nascita.

### 1.1. Moreno e Jung: dallo psicodramma alla psicologia analitica

Jacob Levi Moreno nacque in Romania nel 1889 e all'età di cinque anni si trasferì a Vienna dove studiò medicina, matematica e filosofia. Nello stesso periodo prese piede la psicoanalisi freudiana da cui Moreno prese le distanze prediligendo la spontaneità, incoraggiando *l'acting out* e inserendo l'individuo in un *setting* di gruppo manifestando la voglia di incontrare singoli o gruppi di persone all'interno delle loro case e nel loro ambiente naturale. Grazie a questo Moreno divenne il fondatore della psicoterapia di gruppo (Gasseau, Gasca, 1991). “Per Moreno, tutto il genere umano doveva diventare un gruppo in psicoterapia, ed egli sostenne che un processo veramente terapeutico doveva avere come meta tutta l'umanità”<sup>2</sup>. Moreno sviluppò la sua teoria psicodrammatica ponendo al centro la spontaneità, la creatività e la catarsi (Gasseau, Gasca, 1991).

Nel 1921 egli fondò il Teatro della Spontaneità a Vienna. “Lo stato di Spontaneità va considerato come un flusso di sentimenti diretto verso lo stato di spontaneità di un'altra persona. Dall'incontro di due stati di spontaneità, che originano da due persone diverse, nasce una situazione interpersonale, che può esprimere sia armonia che attrito”<sup>3</sup>. Il Teatro della Spontaneità segna la nascita dello psicodramma portando in luce l'immenso potere catartico e terapeutico della rappresentazione teatrale. Il primo a parlare di catarsi fu Aristotele che nella “Poetica” (Aristotele, 334 e il 330 a.C.) la descrive come l'effetto purificatore dei personaggi in scena sullo spettatore che la segue dalla platea. Secondo Moreno, la catarsi consiste

---

<sup>2</sup> Gasca G., Gasseau M., (1991) *Lo psicodramma junghiano*, Torino, Bollati Boringhieri. P.16.

<sup>3</sup> Moreno J. L. (2007), *Il teatro della spontaneità*, Guaraldi, 1980 e Di Renzo Editore, Roma. P.118.

nell'esaltazione del vissuto istantaneo nel presente, purificazione, liberazione (Gasca in Vigliano, 2020).

Come Moreno, anche Jung, dopo un periodo di feconda collaborazione con Freud, se ne separò e, attraverso l'analisi individuale che si crea nella relazione duale, indagò l'inconscio. Jung postulò l'esistenza di un inconscio collettivo accanto a quello personale (Jung, 1967), ma a differenza di Moreno, vedeva il gruppo "come un ostacolo per lo sviluppo dell'individuo ritenendo che le situazioni di gruppo fossero caratterizzate"<sup>4</sup> da una perdita del senso di responsabilità a favore di un sentimento di collettiva uniformità; da un falso senso di sicurezza, visto il gruppo come un prolungamento della relazione di dipendenza infantile; da una forte suggestionabilità dei partecipanti che comporta sottomissione al *leader* e alle idee di gruppo. Alla luce di ciò, Jung manifestò le sue perplessità rispetto ai pericoli del contagio delle masse ed è per questo che più che alla psicoterapia di gruppo si interessò ai fenomeni collettivi del gruppo, ad esempio la Chiesa cattolica, il comunismo, il nazismo.

Grazie a una lettera<sup>5</sup> scritta dallo stesso Jung il 26 gennaio nel 1955 a Hans Illing<sup>6</sup> si può capire meglio la sua opinione rispetto alla psicoterapia di gruppo. Essa viene ritenuta indispensabile per l'educazione sociale dell'essere umano, insostituibile all'analisi individuale poiché se ci si dovesse fermare alla sola terapia di gruppo si rischierebbe di essere limitati da un lato dal livello del collettivo, e dall'altro lato se ci fermasse alla sola analisi individuale si rischierebbe di trascurare l'adattamento sociale, sostiene quindi che analisi individuale e terapia di gruppo si completino. Moreno nel 1921 con la fondazione del Teatro della Spontaneità costituì il metodo dello Psicodramma. Jung sviluppò lo Psicodramma analitico. I due metodi si distinguono per diversi aspetti, ma concordano entrambi rispetto al grande valore che ha il gruppo<sup>7</sup> in quanto tale.

---

<sup>4</sup> Gasca G., Gasseau M., (1991) *Lo psicodramma junghiano*, Torino, Bollati Boringhieri. p.20.

<sup>5</sup> Cfr. C.G. Jung, tre lettere a H. Illing del gennaio-febbraio 1955, tr. it. in: "Rivista di Psicologia Analitica" ("Tecnica"), Vol. 1, N. 2, 1970, pp. 388-394.

<sup>6</sup> Hans Illing, medico tedesco naturalizzato americano e specializzato nel campo della psichiatria sociale e della psicoterapia di gruppo, scrisse a Jung chiedendogli la sua posizione in merito alle tecniche analitiche di gruppo dovendo scrivere un articolo per una rivista in merito a questo.

<sup>7</sup> Il gruppo viene definito da Yalom come un microcosmo sociale in cui il comportamento non adattivo dei suoi membri viene chiaramente esplicitato e non è necessario che essi descrivano la propria patologia perché prima o poi la agiranno nel gruppo. Il gruppo diventa quindi un luogo dove i partecipanti mostrano il significato e le dinamiche del comportamento (Yalom, Leszcz, 2005).

Lo psicodramma junghiano e lo psicodramma classico moreniano rappresentano due modi e due metodologie ben distinte nell'affrontare la pratica.

L'introduzione di un osservatore che a fine seduta restituirà al gruppo quanto avvenuto e l'utilizzo di costrutti junghiani come base per un modello psicodrammatico è ciò che distingue lo psicodramma junghiano da quello classico. Un esempio di costrutto junghiano in grado di influenzare il modello psicodrammatico può essere quello rappresentato dal concetto di inconscio collettivo inteso come l'estensione della considerazione dei contenuti inconsci del gruppo non solo limitatamente alla condizione del gruppo al momento della seduta, ma indirizzando l'attenzione alla possibile influenza di moti archetipici che possono facilitare il conduttore a comprendere in modo ottimale ciò che avviene durante la seduta. "Nel modello moreniano vi è un'esplicitazione di questi aspetti interni per mezzo del processo di rappresentazione di una specifica scena drammatica: il gruppo interno del soggetto prende vita attraverso i membri del gruppo terapeutico, bersaglio delle sue proiezioni."<sup>8</sup>

Lo psicodramma classico moreniano è focalizzato sul presente, sul sociale, sul conscio e sul mondo esterno; quello junghiano, basato sulla psicologia analitica junghiana, si concentra sull'espressione di sensazioni interne, attraverso il movimento esteriore.

I due modelli possono coesistere poiché nessuno rifiuta a priori i fini dell'altro, sarà poi in base all'approccio scelto dal conduttore che la priorità verrà data ad uno dei due modelli precedentemente citati.

Progenie dello psicodramma junghiano è il modello psicodrammatico Analitico Individuativo, che valorizza le potenzialità espressive e creative dell'inconscio e il dialogo con esso ricercando di significato specifico per ogni protagonista (Gasca, in press).

Secondo la metodologia moreniana, riveste una particolare importanza la spontaneità dell'individuo, la quale è vincolata dalla cultura. Solo quando l'uomo si trova in situazioni in cui può esprimersi liberamente sarà autentico, creativo, felice e portato a stabilire relazioni armoniche con gli altri. A questo proposito è fondamentale la creazione di un contesto relazionale che favorisca la libera

---

<sup>8</sup> Gasseau, M., & Brinchi, M. LO PSICODRAMMA JUNGHIANO: L'IO E IL NOI. *la mente che cura*, 3.

espressione e accettazione dell'altro rappresentata dalla tendenza a portare alla coscienza dinamiche preconce e inconce.

La metodologia moreniana è caratterizzata da specifiche tecniche. Il *warming-up* o riscaldamento consiste in una serie di pratiche collettive, spesso fisiche e basate sul movimento, il cui obiettivo è liberare la spontaneità dei partecipanti, creare una situazione ambientale facilitante e promuovere l'incontro tra i partecipanti e utilizzata nello psicodramma junghiano ogni qualvolta sia ritenuto necessario quando si intende costruire una matrice dinamica così intesa da Foulkes<sup>9</sup>. Nella pratica moreniana è spesso utilizzato il procedimento sociometrico per scegliere il tema o il protagonista della scena da rappresentare; ciò è sconsigliato nello Psicodramma Analitico Individuativo perché promuoverebbe una sistematica rimozione di temi conflittuali (Gasca, in press).

Tecnica trasversale ad ogni modello è quella dello *sharing* o condivisione. Questa tecnica crea un ambiente rassicurante e stimolante per l'espressione personale e viene valorizzata la comunicazione interpersonale. I coprotagonisti della scena, ad esempio nello Psicodramma Analitico Individuativo, dopo la rappresentazione di scene di un protagonista, e non alla fine della seduta, condividono i loro sentimenti vissuti durante la rappresentazione; in questo caso risultano utili i *feedback* o rimandi poiché aiutano il protagonista a vedersi riflesso e a stimolare la comprensione delle parti messi in gioco. "Il protagonista entra nella scena coperto di illusioni, il compito dell'osservatore è di togliere delicatamente questi veli, aiutandolo a vedere meglio la propria realtà interiore."<sup>10</sup>

Differente nel modo, ma non nel concetto, è anche la sollecitazione iniziale poiché lo Psicodramma Moreniano Classico chiede se qualcuno vuole condividere qualcosa di proprio con il gruppo mentre lo Psicodramma Analitico Individuativo chiede se qualcuno ha qualche problema che vuole approfondire con il gruppo, questa differenza mostra i diversi delle metodologie (Gasca, in press).

---

<sup>9</sup> Foulkes teorizza l'analisi attraverso il gruppo e introduce il concetto di rete e di matrice. Ciascuna rete genera una matrice ossia un insieme di pre-concezioni conce ed inconce di ciascun elemento rispetto agli altri membri della rete e alla rete nella sua totalità. Identifica tre matrici principali: personale, di base o fondazione e dinamica. Foulkes definisce matrice "l'ipotetica trama di comunicazioni e di rapporti in un dato gruppo. È il termine comune a tutti i membri, da cui dipendono in definitiva il significato e l'importanza di tutto ciò che accade nel gruppo" (Foulkes, 1967, p. 319).

<sup>10</sup> Gasseau M., Bernardini R. (2009), *Il sogno. Dalla psicologia analitica allo psicodramma junghiano*, FrancoAngeli, Milano. P. 8.

Il *derolling* è una tecnica molto usata nello psicodramma. Questa tecnica consiste in un rituale di movimenti fisici, svolta alla fine di una scena, per spogliarsi di un ruolo spiacevole rivestito da un attore. È questo il modo per immedesimarsi senza identificarsi (Gasca, in press).

Moreno introdusse tecniche fondamentali rispetto allo sviluppo della pratica psicodrammatica: l'esplorazione del ruolo, l'intervista e lo specchio. La prima citata vede il protagonista di spalle agli attori, scelti per rappresentare la sua scena, e parla, doppiandoli, specificando chi è ciascuno di essi. È utile soprattutto per fornire elementi fondamentali per una buona interpretazione a colui che impersonerà la parte. Questa tecnica non è indicata nello Psicodramma Analitico Individuativo, se non in casi eccezionali, poiché richiede troppo tempo e razionalità e quindi anziché l'esplorazione di ruolo, il conduttore doppia il protagonista. L'intervista è caratterizzata da una serie di domande proposte dal conduttore al protagonista per individuare la scena da rappresentare. Nello Psicodramma Analitico Individuativo la scena viene fatta emergere improvvisamente partendo da associazioni, emozioni o ricordi. La tecnica dello specchio si caratterizza dalla sostituzione del protagonista con un altro membro del gruppo così da potersi vedere da fuori e presuppone la dimensione sociale, conscia e cognitiva. Questa funzione di vedersi da fuori nello Psicodramma Analitico Individuativo è realizzata attraverso il doppiaggio del conduttore che porta il protagonista a "vedersi dal di dentro" (Gasca, in press).

A differenza del modello psicodrammatico moreniano, il modello junghiano prevede la presenza di uno o più conduttori. Questo perché "lo psicodramma junghiano in co-conduzione amplifica straordinariamente le possibilità terapeutiche poiché la figura dell'osservatore fornisce ai partecipanti una funzione riflessiva e di elaborazione, agisce da contenitore delle pulsioni, degli affetti e dei fantasmi che circolano tra i partecipanti."<sup>11</sup>

In questo elaborato soffermeremo l'attenzione sulle peculiarità dello Psicodramma Analitico Individuativo per favorire una maggior comprensione di quelle che sono

---

<sup>11</sup> Perrotta L. (2009), Alchimia di sogni e rappresentazioni: l'osservazione nello psicodramma junghiano, in Gasseau, M., Bernardini, R. (a cura di), Il sogno. Dalla psicologia analitica allo psicodramma junghiano, FrancoAngeli, Milano. P. 7.

state le risposte fornite dal Dottor Giulio Gasca; di orientamento junghiano avremo la Dott.ssa Laura Marino ed il Dottor Claudio Giacobbe; di orientamento moreniano avremo il Dottor Marco Greco.

Lo Psicodramma Analitico Individuativo deriva da modificazioni dello Psicodramma Triadico proposto da Anne Schützenberger<sup>12</sup> con l'intenzione di dare maggior risonanza agli elementi della Psicologia Analitica. Ha sviluppato tecniche diverse rispetto allo Psicodramma Classico Moreniano poiché ha obiettivi diversi. Il primo si concentra maggiormente nello spazio tra coscienza e inconscio individuale e transpersonale e nello spazio della psiche individuale. Tra le tecniche proposte vi sono la sequenza di scene, la funzione del doppio, l'analisi dei sogni e le scene virtuali. In questo modello di psicodramma la scena viene giocata molto velocemente ed è sempre possibile un cambio di ruolo e ciò accade poiché le scene vengono usate come una catena di libere associazioni per favorire l'emergere dell'inconscio. A differenza del modello proposto da Moreno dove viene utilizzata la tecnica dello specchio, nel modello Analitico Individuativo viene proposta la tecnica del doppio svolta dal conduttore il quale si immedesima ma non si identifica e questa tecnica può avere due funzioni principali: focalizzante, chiarisce un concetto implicito nell'azione del paziente aiutandolo a prenderne coscienza, oppure riflessivo, in cui il paziente dialoga con se stesso ponendosi come Altro rispetto all'esperienza che sta vivendo. L'indagine dei sogni nello Psicodramma Analitico Individuativo riveste un ruolo importante, a differenza del modello moreniano. Una tecnica innovativa che caratterizza questo modello è la rappresentazione di scene virtuali strutturate in modo da far emergere qualcosa che esiste già nell'inconscio nel protagonista e così da portare alla coscienza queste rappresentazioni (Gasca, in press).

---

<sup>12</sup> Anne Schützenberger propose un tipo di psicodramma ibrido composto da tre fasi. La prima fase è caratterizzata da dinamiche di gruppo secondo il modello Lewiniano; la seconda consiste nella drammatizzazione così intesa da Moreno; l'ultima fase, che sostituisce lo sharing conclusivo, si caratterizza da interpretazioni di tipo psicoanalitico proposte da conduttore e/o partecipanti e la sessione si conclude con una restituzione verbale più o meno interpretativa (Gasca, 2019).

### 1.1.1 Transfert e controtransfert nello psicodramma

Transfert e controtransfert sono due dinamiche tra loro complementari. Il transfert è quella dinamica che si origina dall'insieme di aspettative che il paziente ripone nell'analisi e nell'immagine di un ipotetico analista e tutto ciò dipende dal fine del paziente, che può per esempio essere guarire da un sintomo, conoscere meglio se stesso. Tutte queste aspettative caratterizzano la scelta dell'analista che verrà visto come "guaritore", "vecchio saggio". Come il paziente proietta le sue aspettative, anche l'analista può sviluppare nei confronti dei propri futuri pazienti dei possibili controtransfert che sono presenti nei motivi per cui l'analista ha scelto questa professione, di formarsi seguendo uno specifico modello e adottare un certo stile di lavoro e tutti questi elementi vengono espressi dall'analista stesso grazie all'immagine sociale che egli stesso offre. Quando analista e paziente si incontrano, si incontrano anche le proiezioni transferali e controtransferali di ciascuno che si confrontano con la realtà. Visto il confronto tra le proiezioni di analista e paziente con la realtà è possibile che l'analisi, suscita sospetti quando analista e paziente danno e trovano ciò che l'altro si aspetta e l'analisi sembra andare fin troppo bene. Molti si affidano all'analisi poiché si vedono come portatori di una "malattia" intesa come "non conoscenza" e vedono l'analista come detentore di conoscenza e quindi come portatore del "vero significato" della situazione del paziente.

Lo psicodramma moreniano e più in generale delle altre forme di psicodramma non analitico vedono nella spontaneità, nell'esporsi con i movimenti del proprio corpo, nel recitare una parte, nel dividere e condividere emozioni con il gruppo e nella catarsi il modo per rappresentare e liberarsi dei propri vissuti "diluendoli in un'orgia di sentimenti collettivi in cui chiarezza e oscurità si confondono"<sup>13</sup>. Infatti, l'obiettivo di Moreno non era interpretare i sogni che venivano rappresentati e riuscire a spiegarli, ma metterli in scena. Diverso è lo psicodramma analitico in cui "si rappresentano scena per capire, si rivivono per ricordare o per ritrovare un significato rimosso"<sup>14</sup>.

---

<sup>13</sup> Gasca G., Gasseau M., (1991) *Lo psicodramma junghiano*, Torino, Bollati Boringhieri. P.60-

<sup>14</sup> *Ibidem*.

## 1.2 Multidimensionalità e complessità del lavoro psicodrammatico

Una rappresentazione psicodrammatica è caratterizzata da un continuo alternarsi di parte verbale tra i componenti del gruppo e le loro rappresentazioni sceniche. La parte verbale corrisponde al racconto e permette un confronto razionale; la parte rappresentata in scena permette ai partecipanti di immaginare la scena e anche viverla tramite vissuto corporeo grazie al quale i partecipanti invitati nella rappresentazione riescono a condividere l'esperienza del protagonista (Gasseau, Gasca, 1991). I diversi livelli caratteristici della dimensione gruppale in psicodramma possono essere non solo rappresentati da un triangolo i cui vertici rappresentano rispettivamente le dinamiche del gruppo terapeutico, le dinamiche di ruolo nei gruppi di cui in passato ha fatto parte ciascun membro e le dinamiche tra ruoli interni di ciascuno, ma come un tetraedro, dove il quarto vertice è costituito dalle dinamiche interne dei pazienti portati in supervisione e dalla relazione dei terapeuti con loro (Druetta, 1995). Così come nel modello del triangolo, "ciascun vertice si rapporta e riflette ognuno degli altri"<sup>15</sup> e tale relazione viene posta in evidenza dalla sequenza delle scene di rappresentazione. Questa rappresentazione a più livelli permette di vedere, in particolare al protagonista, la situazione rappresentata nella sua complessità e grazie a questa multidimensionalità si riescono ad avere più punti di vista da cui è possibile stimolare una riflessione. Durante una rappresentazione psicodrammatica è importante fare attenzione alla possibilità in cui parti proiettate da un operatore distorcano la sua percezione del paziente; dall'altro lato è importante notare come l'immedesimazione e l'entrare in risonanza con l'altra persona permettano di comprenderla empaticamente. "Il gruppo come *campo controtransferale* coinvolge ciascun membro in una *rete di immedesimazioni multiple*, venendo a costituire ciò che Lo Verso (Lo Verso, Papa, 1995; Giannone, Lo Verso, 1996; Lo Verso, La Manna, Novellino, 1988) chiama uno *spazio senza*, cioè un luogo ove sono trascesi i limiti e le dimensioni dell'identità e della storia individuale"<sup>16</sup>. A questo punto per far sì che ciò sia produttivo, "è necessario saper distinguere cosa è solo del terapeuta o del paziente

---

<sup>15</sup>Gasca G. (2012) *Lo psicodramma gruppoanalitico*, Raffaello Cortina Editore. P.194

<sup>16</sup> Gasca G. (2012) *Lo psicodramma gruppoanalitico*, Raffaello Cortina Editore. P.195

da quello che invece viene condiviso e quindi è comune a entrambi”<sup>17</sup>. “Allora i diversi mondi inizialmente distanti possono rispecchiarsi, confrontarsi, fondersi, contrapporsi, intrecciarsi reciprocamente. E ognuno insieme al proprio mondo può portare nel gruppo i mondi della rete relazionale in cui è inserito, per vederli prender forma e vita, attraverso la drammatizzazione, in un gioco di riflessi, immergendosi nei quali gli è possibile appropriarsene e comprenderli”<sup>18</sup>.

---

<sup>17</sup> Gasca G. (2012) *Lo psicodramma gruppoanalitico*, Raffaello Cortina Editore. P.198

<sup>18</sup> Gasca G. (2012) *Lo psicodramma gruppoanalitico*, Raffaello Cortina Editore. P.196

## **CAPITOLO SECONDO: PSICODRAMMA-EMOZIONE: INFLUENZE E RELAZIONI**

### **2.1. Emozioni nello psicodramma**

Le emozioni caratterizzano la vita di ognuno e consentono di valutare e classificare le esperienze. Non esiste ancora una definizione univoca di emozione, Fehr e Russel sostengono che tutti sono consapevoli di cosa sia un'emozione finché non si chiede loro una definizione. (Fehr, Russel, 1984). Secondo Frijda le emozioni sono strettamente legate al significato che ognuno riconosce alla situazione e alla sua risposta comportamentale; quindi, le emozioni possono essere definite come processi relazionali tra ambiente e individuo (Frijda, 1987). Secondo questa visione, le emozioni possono essere concepite come “strumenti attraverso cui si possono organizzare i processi mentali e i comportamenti rivolti verso se stessi o verso gli altri”<sup>19</sup>. L'emozione può essere vista nella dimensione sociale ma anche fisiologica. Guardare un'emozione dal punto di vista fisiologico vuol dire porre l'accento sulle trasformazioni e cambiamenti biologici che avvengono nel corpo. Secondo la teoria James-Lange proposta nel 1884, l'esperienza emozionale soggettiva viene percepita alla fine di un processo che si svolge nel corpo ciò vuol dire che secondo James-Lange i cambiamenti fisiologici sono le emozioni; se invece si pone l'accento sulla dimensione sociale delle emozioni, significa riconoscere ad esse un significato fortemente contestualizzato e specifico che dipende dal contesto e dalle relazioni. Il valore situazionale delle emozioni non prescinde dal fatto che esse assumano significati definiti, in rapporto alla valutazione soggettiva e intersoggettiva che viene associata allo stimolo (Scherer, Ekman, 1984), poiché il significato dell'emozione viene attribuito in base al contesto e al significato che il soggetto vi attribuisce. Quello detto finora si riferisce al tentativo di attribuire un significato all'emozione. Per quanto riguarda il manifestare si può fare riferimento agli studi condotti da Paul Ekman. Egli iniziò la ricerca scientifica alla fine degli anni '50, periodo in cui portò a termine un esperimento sulle espressioni facciali e sui movimenti e comportamenti del corpo. Questa ricerca venne pubblicata nel 1957.

---

<sup>19</sup> Barone, L., Bacchini, D. (2009). *Le emozioni nello sviluppo relazionale e morale*, Raffaello Cortina Editore. P.7

Ekman attraverso la *Teoria neuro culturale* sostenne sia l'esistenza di espressioni facciali derivanti da emozioni provate in specifiche situazioni e caratterizzate da mimiche universali, sia dell'esistenza di *display rules*, ovvero regole sociali di espressione delle emozioni, culturalmente apprese, che determinano il controllo e la modificazione delle espressioni emozionali a seconda della circostanza sociale (Ekman, 1989). Alla luce di quanto detto finora, prenderemo in considerazione la teoria di Ekman come chiave di lettura in tema di emozioni in questo lavoro di tesi. Tenendo conto che, secondo Ekman, le espressioni facciali delle emozioni sono universali, non è difficile interpretare e comprendere il significato che possono avere delle lacrime durante una rappresentazione psicodrammatica. Questa idea è stata ben espressa durante l'intervista condotta al Dottor Claudio Giacobbe, il quale sostiene "io vengo coinvolto nel gruppo anche qualche volta a livello di lacrime che scendono silenziosamente, il gruppo se ne accorge spesso, qualche volta no, e lo vivo in silenzio e poi mi distacco"<sup>20</sup>. Vivere le esperienze e poi distaccarsene è un concetto ripreso anche dalla Dottoressa Laura Marino, la quale durante la sua intervista afferma "poter dire "comprendo", comprendo che in una seduta del genere si provi rabbia, si provi tristezza, si provi imbarazzo [...] comprendo, ma senza svelare il proprio personale"<sup>21</sup>. A questo punto, sostenendo l'importanza di "immedesimarsi senza identificarsi" nella pratica dello psicodramma, concetto sostenuto da Gasca (in press), si può proporre un apprendimento del concetto di empatia. "L'empatia è ritenuta da molti studiosi l'esperienza emotiva maggiormente implicata nello sviluppo morale"<sup>22</sup>. "Gli atti di empatia ... sono l'essenza della capacità di istituire comunicazioni intersoggettive sino a mettersi nei panni dell'altro"<sup>23</sup>. Il concetto di empatia è stato studiato da molti esponenti con differenti idee e visioni, fino a concordare che l'empatia può essere considerata un costrutto multidimensionale, implicata nel riconoscimento e condivisione dello stato emotivo altrui (Einsberg, Spinrad et al.; 2006, Hoffamn, 1982; Zahn-Waxler, Robinson, 1995). In psicodramma la capacità di capire l'altro, il suo stato emotivo

---

<sup>20</sup> Intervista a Claudio Giacobbe.

<sup>21</sup> Intervista a Laura Marino.

<sup>22</sup> Barone, L., Bacchini, D. (2009). *Le emozioni nello sviluppo relazionale e morale*, Raffaello Cortina Editore. P.125.

<sup>23</sup> Ardigò, A. (1992). Introduzione. In Stein, E., *L'empatia*, Milano, Franco Angeli. pp. 11-12.

e la capacità di reagire a queste manifestazioni emotive sono i punti centrali della rappresentazione; anche la corporeità riveste un ruolo centrale nella rappresentazione psicodrammatica e pertanto ogni conduttore ha un proprio modo di approcciarsi al corpo e al suo movimento. Il dottor Claudio Giacobbe, durante l'intervista condotta, sostiene "Io abbraccio [...] mi permetto di toccare, conduco toccando le persone; per questo anche durante il covid era molto difficile perché non si poteva fare"<sup>24</sup>.

### **2.1.1 Corpo ed emozioni nello psicodramma**

Il corpo può rivestire ruoli di diversa importanza rispetto al contesto in cui ci si trova a operare. Il corpo nell'analisi verbale non riveste un ruolo particolarmente importante poiché, secondo alcuni terapeuti, il suo utilizzo andrebbe a minare la purezza e la razionalità del discorso analitico (Gasca, 2012); mentre il suo utilizzo è ben stimolato durante lo psicodramma perché, secondo costoro, non si pone gli stessi obiettivi del discorso analitico e di conseguenza non si presentano gli stessi limiti. Alla luce di ciò, in psicodramma il corpo riveste un ruolo molto importante. Sono diffuse in certi ambiti delle concezioni riduttive e semplicistiche che sostengono il corpo come qualcosa di semplicemente mostrato dal protagonista e percepito dai membri del gruppo e quindi, seguendo il pensiero freudiano, viene visto come "oggetto di desiderio e pulsioni, piuttosto che come manifestarsi di un'intenzionalità, di un soggetto orientato a esprimersi e relazionarsi nel mondo circostante"<sup>25</sup>. Freud nel considerare il corpo, lo suddivide in zone erogene e attribuendo a ciascuna specifiche caratteristiche in base all'età dell'individuo; secondo quest'ottica, sono parti essenzialmente passive che se toccate provocano piacere, in balia di pulsioni e non viste come in modo attivo, intenzionale, dotato di comunicabilità e senso. (Gasca, 2012). "Il pensiero fenomenologico ci fornisce i termini per approfondire tale contrapposizione: Husserl (1931) ha definito col termine *Körper* l'organismo oggetto dello studio delle scienze anatomofisiologiche,

---

<sup>24</sup> Intervista a Claudio Giacobbe

<sup>25</sup> Gasca G., Stradella L., (2009). *Giochi del corpo e delle emozioni nello psicodramma Analitico*, Bergamo, Moretti&Vitali. P.15

che lo presentano come agglomerato di parti, cellule, tessuti, muscoli, distinguendolo dal *Leib*, il corpo come sperimentato e vissuto da ciascuno di noi nella sua esperienza, il corpo vivente. L'individuo infatti percepisce un senso di estraneità tra sé e il *Körper*, il corpo-cosa, in quanto, malgrado gli abbiano svelato ogni suo segreto in fatto di forma e meccanismi, è come se non gli appartenesse: le teorie che spiegano il *Körper* instaurano una distanza tra esso e l'individuo<sup>26</sup>. Nell'azione drammatica si rivivono episodi e momenti emotivamente significativi e quindi il corpo non è un "oggetto di desiderio e pulsioni", ma è un vero e proprio soggetto che agisce in un mondo relazionale, poiché i corpi interagiscono espressivamente tra di loro creando relazioni significative e traggono significato dal contesto relazionale in cui sono coinvolte. (Gasca, 2012). "Nello psicodramma il protagonista è al tempo stesso autore, attore e, insieme al conduttore del gruppo, regista delle parti del sé che mette in scena e, in questo caso, le interpreta"<sup>27</sup> ed è per questo motivo che il corpo riveste un ruolo così importante. "La psicoterapia psicodrammatica responsabilizza fortemente il soggetto, che nel gioco è chiamato ad essere interprete di sé stesso, in quanto è l'unico capace di poter comprendere fino in fondo il proprio vissuto, essendo colui che direttamente lo vive ed esperisce"<sup>28</sup>. Il corpo muovendosi e interagendo con altri corpi si relaziona e produce una serie di significati. Tuttavia, "nella prospettiva del simbolo, l'episodio di vita oggetto di analisi drammatica non può essere né esaurito con un significato, né con dieci significati: lo scopo della messa in scena non è identificare significati che fissino causa e stabiliscano sequenze temporali, ma stimolare a un gioco successivo o a una riedizione del medesimo, in modo da aprire all'esplorazione di ulteriori significati"<sup>29</sup>. Quando si parla dell'azione del corpo non si fa riferimento al mero movimento negli spazi, ma anche al parlare al di là dei concetti espressi, al tono della voce, all'espressione, all'intrecciarsi di sguardi, gesti appena accennati e inavvertite variazioni di postura, tutto ciò, secondo Gasca (2012), produce significato ed è veicolo di emozioni e comunicazione. In accordo con questa

---

<sup>26</sup> Gasca G., Stradella L., (2009). *Giochi del corpo e delle emozioni nello psicodramma Analitico*, Bergamo, Moretti&Vitali. P.16.

<sup>27</sup> Gasca G. (2012). *Lo psicodramma gruppoanalitico*, Raffaello Cortina Editore. P. 94.

<sup>28</sup> Ibidem. P.29.

<sup>29</sup> Ibidem. P24.

visione, l'agito, sia corporeo che verbale, deve essere stimolato e promosso poiché è parte integrante del metodo ed è ciò che favorisce l'azione psichica e il cambiamento terapeutico (Gasseau, Gasca 1991). Attraverso la teatralizzazione del Sé, definita da Fiumara (1988) "modalità in cui il Sé individuale si rapporta al Sé grupppale esprimendosi attraverso il corpo", si può arrivare a comprendere sé stessi e gli altri attraverso il gruppo, il quale costituisce lo spazio scenico. Il movimento corporeo è fondamentale perché, come sostiene Stanislavskij (1937), "solo se si eseguono le azioni del personaggio in condizioni analoghe, si ha la possibilità di capire e sentire la sua vita autentica". Agire fisicamente permette di rivivere spiritualmente in quanto «noi proiettiamo nelle azioni fisiche le emozioni, le aspirazioni, la logica, le convinzioni, l'io-sono, su cui si basa la linea della vita fisica» che a sua volta "è il terreno che produce tutti i semi della vita spirituale" (Stanislavskij, 1937). "Lo psicodramma, invitando ogni partecipante a mostrare e vivere nel gioco la sua propria esistenza e ponendo lui, non i compagni del gruppo, non il conduttore, come il punto di vista privilegiato per comprendere la propria storia di vita, valorizza in pieno la considerazione dell'autenticità dell'esistenza singola e aborrisce l'inautenticità dell'esistenza anonima. L'esistenza individuale si concretizza nel Leib, il corpo fenomenologico. Esso si esprime come potenza verso le cose, verificandone le resistenze e la disponibilità ai suoi progetti, e si impegna a trasformarle quando non rispondono alle sue aspettative [...], Il Leib modifica così il mondo a propria immagine, lo fa suo luogo di abitazione"<sup>30</sup>. Proprio come sostiene Stanislavskij nella rappresentazione teatrale, anche nella rappresentazione psicodrammatica è fondamentale interpretare con quanta più autenticità possibile la scena che si rappresenta poiché è proprio questa caratteristica che permette e favorisce il coinvolgimento e come sostengono Gasca e Fili (2009) nella pratica psicodrammatica il corpo non è coinvolto solo a un'immaginazione o a un'immedesimazione, ma si tende a "presentificare gli eventi"<sup>31</sup>. "Man mano che l'imitazione, il gioco [...] e la fantasia [...] progrediscono, attraverso successivi accomodamenti e assimilazioni, ampliano tale rete che viene a costituire non solo la rappresentazione sociale degli altri, ma anche la rappresentazione di un mondo

---

<sup>30</sup>Gasca G., Stradella L., (2009). *Giocchi del corpo e delle emozioni nello psicodramma Analitico*, Bergamo, Moretti&Vitali. P18-19.

<sup>31</sup> Ibidem. P23.

transpersonale di pensieri, immagini, sentimenti”<sup>32</sup>. Assume importanza l’esistenza dei neuroni specchio inseriti in circuiti cerebrali definiti *come se*, studiati da Damasio (2003), rispetto alla comunicazione e la comprensione interpersonale, ma anche dei *circuiti del corpo* che permettono una maggiore autenticità nel vivere l’esperienza affettiva. Tali circuiti non solo si limitano a rappresentare il movimento dell’altro in sé, ma ne riproducono l’emozione connessa e ne colgono il significato. Gallese, Migone e Eagle (2003) citano spesso un passo di Merleau-Ponty: “La comunicazione e comprensione dei gesti avviene attraverso la reciprocità delle mie intenzioni e dei gesti altrui, dei miei gesti e delle mie intenzioni leggibili nella condotta altrui. Tutto avviene come se l’intenzione dell’altro abitasse il mio corpo e le mie intenzioni abitassero il suo”<sup>33</sup>. Quando, nel gioco psicodrammatico, il protagonista interpreta una parte, il movimento gestuale, mimico e verbale combinati, anche se in certi momenti solo accennati, attiva e porta alla coscienza determinati sinfonie neurali: “non solo il movimento legato a tale particolare azione, ma l’intera visione del mondo legata a tale personaggio interno diviene accessibile alla coscienza”<sup>34</sup>. L’autenticità del vissuto sembra quindi essere un’esclusiva garantita dal coinvolgimento del corpo meno probabilmente raggiungibile in contesti terapeutici statici che usano come strumento primario l’immaginazione o la sola immedesimazione (Fili, Gasca, 2009). Nello psicodramma il corpo viene portato a presentificare gli eventi, non solo a immaginarli o ad immedesimarcisi. Diventa più probabile che si attivino non solo i circuiti “come se”, ma anche i circuiti corporei che rendono ‘esperienza affettiva vissuta come più autentica. Tutto ciò spiega come, attraverso un cambio di ruolo, il protagonista di una scena può diventare cosciente del senso profondo di un sogno, di un atto mancato, dell’emergere di un sentimento in apparente contrasto coi valori della personalità cosciente e quindi, di ciò che sta rappresentando e, a volte, trovare soluzioni che non sarebbero mai venute in mente né al protagonista né al conduttore del gruppo (Fili, Gasca, 2009). Infatti, Alexander Lowen sostiene che il linguaggio verbale non

---

<sup>32</sup>Gasca G., Stradella L., (2009). *Giochi del corpo e delle emozioni nello psicodramma Analitico*, Bergamo, Moretti&Vitali. P.20.

<sup>33</sup> Merleau-Ponty M., (1945). *Fenomenologia della percezione*, Il Saggiatore, Milano 1972. P 25.

<sup>34</sup> Ibidem. P. 22.

trova parole più chiare del semplice movimento corporeo, una volta che si è imparato ad analizzarne il suo significato (Lowe, 2003).

## **2.2 La mitopoiesi analitica come strumento di organizzazione inconscia**

Nel modello di psicodramma analitico una parte centrale è rivestita dall'interpretazione. In analisi la coerenza interna è costituita dalla verità, ma non viene tendenzialmente fornita alcuna visuale veritiera del passato (Rossi, 1986). Il passato che crea l'analista è nell'*hic et nunc* e deve essere considerato come una invenzione adeguata al presente. In questo senso, ogni interpretazione è vera solo all'interno del suo spazio analitico. “Una volta che si mette in risalto il versante sincronico, innovativo e narrativo, più che quello storico e diacronico e quindi psicobiologico, si ottiene uno strumento clinico più libero, riferibile al modello della narrativa o del teatro, ma si sposta la psicoanalisi da un piano scientifico a un piano ermeneutico”<sup>35</sup>. È un procedimento complesso che richiede al paziente di ricordare quanto più possibile del proprio passato poiché quanti più dati si avranno sulla storia del paziente quanto sarà ricca e stimolante la seduta; è un processo che si costruisce nella mente del paziente e nella mente dell'analista. In questo caso si parla di mitopoiesi analitica intendendo il metodo con cui si ricorda e riorganizza il materiale inconscio che verrà in seguito approfondito e stimolato durante il processo di interpretazione. “La mitopoiesi analitica viene considerata come un metodo di organizzazione del materiale inconscio, così come per il poeta [...] la mitopoiesi può essere organizzazione del materiale, oltre che interno, emozionale, anche culturale e sociale. Si tratta dunque dell'uso sincrono di modelli culturali e schemi mitici, per dar vita a un linguaggio assieme individuato e multiplo o aspecifico, attuale e, nello stesso tempo, storicizzato. La tragedia [...], è l'ulteriore elaborazione in un contesto diverso dalla mitopoiesi, nella relazione in atto, come dire l'interpretazione, l'atto terapeutico, quale che esso sia”<sup>36</sup>. Lo psicodramma rappresenta un posto protetto e sicuro perché, come il rito, esso si basa su regole e ripetizioni di precise azioni e fasi stabilite a priori che consentono al protagonista

---

<sup>35</sup>Calvesi, A., Lai, G., & Rossi, R. (1986). Lo stato dell'arte della tecnica psicoanalitica. *Psicoterapia e scienze umane*, 20(3), 241-313.

<sup>36</sup> Ibidem.

ma anche ai partecipanti di sentirsi sicuri e parte integrante di un quadro. Rossi (1986) promuove l'ipotesi che “vede la possibilità di riferire il momento dell'interpretazione alla tragedia e la narrativa psicoanalitica [...] al mito, talché la stretta connessione del mito nell'azione drammatica della tragedia ci fornisce una metafora coerente del problema. Così con la narrativa psicoanalitica, gli eventi sono messi entro una scena mitica, in uno svolgersi valido per l'uomo in modo generale: con l'interpretazione l'evento mitico si fa drammatico, cioè rappresentazione teatrale, reale nella relazione in atto”<sup>37</sup>.

Questa visione ritualistica e ben scandita va a toccare l'uomo in tutta la sua interezza considerando sia la mente che il corpo e ciò permette anche di vedere e poi comprendere la propria parte più profonda e protetta, poiché “il rito è un mezzo che spinge ogni partecipante verso la sua strada, lo muove e lo fa anche andare per un pezzo della strada con gli altri partecipanti allo psicodramma”<sup>38</sup>. Se si guarda lo psicodramma con una visione ritualistica è importante anche definire il ruolo degli individui come singoli e degli individui che formano il gruppo poiché lo psicodramma fonde i propri rituali individuali con quelli del gruppo, i quali formano la cornice dello psicodramma mentre i primi costituiscono la forma stessa di quest'ultimo. “Così, dunque, è possibile inserire il passato, in quanto memoria, mito dunque, nel presente, ancorandolo all'*hic et nunc*, come concretezza emotiva, secondo il modo della tragedia, che diventa concreta nel momento dell'interazione tra attore, coro, pubblico. Si può supporre che la mitopoiesi, inserita nell'azione tragica per quanto possibile, sia un momento fondante [...] per rompere l'isolamento interno della crisi, e ricostituire una continuità, storicizzando la vita mentale e ridando una comprensibilità globale a quel momento di esperienza che, come *tranche* isolata, è incomprensibile e non si può affrontare”<sup>39</sup>.

Ed ecco perché quanto più si riesce a far proprio e capire lo svolgimento rituale dello psicodramma, non focalizzandosi più tanto sulle cose del corpo, ma andando nella direzione di interiorizzare lo svolgimento e prendere coscienza di parte

---

<sup>37</sup> Calvesi, A., Lai, G., & Rossi, R. (1986). Lo stato dell'arte della tecnica psicoanalitica. *Psicoterapia e scienze umane*, 20(3), 241-313.

<sup>38</sup> Gasca G., Gasseau M., (1991). *Lo psicodramma junghiano*, Torino, Bollati Boringhieri. P37.

<sup>39</sup> Calvesi, A., Lai, G., & Rossi, R. (1986). Lo stato dell'arte della tecnica psicoanalitica. *Psicoterapia e scienze umane*, 20(3), 241-313.

inconscie di questo, proprio perché “lo psicodramma è un’esternalizzazione di un processo interiore”<sup>40</sup>. Le immagini che emergono dalla rappresentazione psicodrammatica hanno un ruolo determinante sia come simboli appartenenti al mondo interno del paziente, sia come funzioni archetipiche attive nel gruppo. Questo processo, definito da Gasseau (1991) *mitopoietico*, fa sì che i temi relativi ai singoli si intreccino tra loro intorno ad una rappresentazione latente collettiva, l’immagine archetipica che guida e sostiene il susseguirsi delle scene all’interno della rappresentazione. Grazie al processo di mitopoiesi si può riorganizzare il materiale inconscio poiché lo psicodramma, come la tragedia antica, stimola l’uomo e la sua riflessione può portare a un cambiamento. “Il gioco drammatico sviluppa l’incisività delle intuizioni conoscitive. Esse, successivamente al loro accesso alla coscienza, possono diventare strumenti di conoscenza della realtà interna ed esterna e tradursi in progetti trasformativi sperimentabili e dunque terapeutici. Le immagini prodotte nel gioco ed integrate nella coscienza come intuizioni conoscitive mantengono il loro potere perché si muovono nello spazio ambiguo ed “equivoco” dei simboli”<sup>41</sup>. In particolare, se si guarda il momento catartico come atto purificatorio e liberatorio allora si può anche sostenere che una volta avvenuto, tutto ciò che si guarda e che si presenta nella realtà quotidiana viene visto in modo diverso perché si ha cambiato prospettiva e ciò comporta l’idea e la sensazione che tutto possa ricominciare in modo differente e sorprendente.

### 2.3 Catarsi emotiva

Il termine "catarsi" ha assunto, in ambito psicologico, una pluralità di significati ambigui. Freud, come è noto, fece riferimento all’accezione aristotelica. “Nella *Poetica* Aristotele usa tale termine parlando della tragedia per spiegare l’effetto di purificazione dell’animo che lo spettatore esperisce assistendo alla rappresentazione. La tragedia rappresenta fatti gravi, luttuosi, suscitando forti emozioni. [...] Il termine catarsi sembra corrispondere a scarica, evacuazione, sfogo, espressione, espulsione”<sup>42</sup>. Nel metodo catartico la rappresentazione dell’elemento obliato tende a coincidere con l’evocazione e quindi con il riconoscimento del fatto

---

<sup>40</sup> Gasca G., Gasseau M., (1991). *Lo psicodramma junghiano*, Torino, Bollati Boringhieri. P38.

<sup>41</sup> Isaia, P., (2016). *Antropologia e psicodramma: riflessione sui sistemi di cura*.

<sup>42</sup> Pani, R., & Miglietta, D. (2006). *Dal teatro allo psicodramma analitico*. FrancoAngeli. P67.

penoso stesso, allo scopo di scongiurarlo. “Il metodo catartico assume così l'aspetto di un rappresentarsi dell'evento infausto e di una sua esorcizzazione attraverso la rappresentazione”<sup>43</sup>. La catarsi rappresenta un punto fondamentale nello psicodramma, soprattutto in quello di tipo moreniano che la studia e approfondisce in modo differente rispetto a quello analitico individuativo. La catarsi riveste ruolo e importanza differenti rispetto al modello di psicodramma con cui si sceglie di guardare. Moreno propose la tecnica della catarsi in cui il “soggetto agisce teatralmente, provocando l'emergere dell'emozione e così liberandosene”<sup>44</sup>. Se Moreno si fosse soffermato sulla parola, non sarebbe stato in grado di andare oltre lo spettatore, ma il suo coinvolgimento con i concetti di spontaneità e di creatività, con il momento, con l'*hic et nunc*, con l'idea di creazione immediata, giunse ad una nuova dimensione di catarsi. Il suo interesse non era nel passato, ma nel presente vivo, nell'incontro, il momento come categoria dinamica, pulsante, crescente. “Il primo elemento portato da Moreno fu quello di togliere il copione all'attore, eliminare la maschera spingendolo a rivelare sé stesso, ponendo la sua stessa persona al centro della scena. Questa liberazione avvenne inizialmente nel teatro tradizionale per poi giungere allo sviluppo di una nuova forma di teatro, il teatro della pura spontaneità come forma estetica, un'arte del momento. L'attore non era più lo schiavo della creatività altrui, poteva essere il padrone di sé stesso. Il togliersi uno dopo l'altro gli involucri psicologici, le proprie maschere, lo rese indifeso, vulnerabile, debole, dipendente. Questo al tempo stesso lo obbligò a basarsi solo sulla sua spontaneità e creatività. Al loro posto, Moreno gli chiese di fidarsi dei suoi inter-attori, di non basarsi soltanto sulle sue risorse personali di spontaneità e creatività, ma anche su quelle dei suoi co-produttori, gli altri attori del dramma che si stava sviluppando. Egli doveva fare i conti con la contro-spontaneità evocata dall'interazione con i suoi partner. Fu un'esperienza di umiltà. Essa coinvolgeva non solo le parole, ma i movimenti, tutto l'equipaggiamento mnemo-tecnico dell'attore. Quando l'attore cominciava a cristallizzare i suoi migliori movimenti, le espressioni del viso, sacrificando la continuità della creatività, Moreno lo sottoponeva ad esercizi di de-conservazione, spingendolo a trovare nuovi modi di

---

<sup>43</sup> Pani, R., & Miglietta, D. (2006). *Dal teatro allo psicodramma analitico*. FrancoAngeli. P68.

<sup>44</sup> Vigliano, M. (2020). *Lo psicodramma e il tempo ritrovato*. Mimesis.

essere in contatto con la sua spontaneità, di renderla disponibile come una forma liquida”<sup>45</sup>. Nello svolgimento di una seduta i fenomeni di allentamento della tensione emotiva culminano nella catarsi. I primi momenti sono caratterizzati dalla catarsi di abreazione che è caratterizzata da una evidente scarica emozionale, accompagnata da altrettanto evidenti aspetti somatici, ad esempio il pianto, il riso, il tremore, l’agitazione o il pallore. Serve al protagonista per liberarsi delle emozioni negative, buttandole fuori, esprimendole con molta intensità (Gasca, in press). Ciò si conclude in uno stato di rilassamento e di liberazione che rappresenta un momento di significativa liberazione emotiva e di espressione di sentimenti inibiti. La catarsi integrativa completa i primi momenti caratterizzati da catarsi abreativa poiché quella abreativa predispone a un successivo lavoro di comprensione e riadattamento della propria struttura psichica (Montinari, 2017). Questo secondo tipo di catarsi permette di concepire in modo più accettabile l’emozione stessa che appare nel *qui ed ora* (Gasca in press). È per questo motivo che, secondo Moreno, una sessione di psicodramma pur non avendo provocato la “catarsi abreativa deve concludersi sempre con una catarsi integrativa”<sup>46</sup>. Lo Psicodramma Classico Moreniano stimola il sentimento di emozioni molto intense e questa visione si scontra con l’idea dello Psicodramma Analitico Individuativo che tende a percepire le emozioni nella loro complessità per cercare di comprendere meglio, confrontare e accettare la relazione tra esperienze passate e attuali. Se vi è catarsi nello Psicodramma Analitico Individuativo si tratterà di quella integrativa (Gasca, in press).

---

<sup>45</sup> Dotti, L., (2009). Il concetto di spontaneità-creatività e le sue potenzialità terapeutiche – Analisi di uno dei più originali fondamenti teorici di Moreno, in *Psicodramma Classico, quaderni dell’Associazione Italiana Psicodrammatisti Moreniani*. P.26.

<sup>46</sup> Moreno J. L., (1980). *Who Shall Survive?* Beacon House, New York, (trad. it. Principi di sociometria, psicoterapia di gruppo e psicodramma, Milano, Etas Libri. P.102.

## **CAPITOLO TERZO: L'IMPATTO EMOTIVO DELLO PSICODRAMMA: UN'INDAGINE CONOSCITIVA**

Lo psicodramma porta con sé una forte emotività con cui partecipanti e conduttore si trovano a interfacciarsi. Con questa tesi si è voluto indagare il forte impatto emotivo che gli incontri di psicodramma comportano.

### **3.1. Metodologia dell'indagine conoscitiva**

Questa ricerca ha l'obiettivo di descrivere e indagare la dimensione emotiva dello psicodramma. Per raggiungere questo obiettivo sono stati intervistati quattro conduttori di psicodramma a cui sono state poste undici domande semi-strutturate al fine di investigare il loro lavoro e come loro vivano gli incontri di psicodramma a livello emotivo ma anche, se ce ne sono, notare le ripercussioni sociali che questo lavoro così ricco emotivamente può comportare.

L'indagine è stata svolta nel periodo tra il mese di marzo e il mese di maggio 2022. La metodologia adottata nell'ambito di questa ricerca è di tipo qualitativo e si fonda sulla registrazione, trascrizione e sulla successiva analisi delle interviste di tipo semi-strutturato condotte.

Il campione preso in esame per l'indagine si compone di quattro intervistati: il dottor Giulio Gasca, laureato in medicina e chirurgia con specializzazione in Neuropatologia e Psichiatria, conduce gruppi dal 1973 secondo il Modello di psicodramma Analitico Individuativo; il dottor Marco Greco, laureato in psicologia e baccalaurea in Teologia, il quale pratica psicodramma da 27 anni seguendo il modello moreniano; il dottor Claudio Giacobbe, laureato in lettere e filosofia, coinvolto da 28 anni nella pratica di conduzione di psicodramma seguendo l'orientamento analitico junghiano; la dottoressa Laura Marino, laureata in psicologia, psicodrammatista di orientamento junghiano da 35 anni. Il campione preso in esame non è significativamente rappresentativo per quanto riguarda la popolazione di trainer di psicodramma, ma grazie alla loro esperienza i quattro dottori possono essere considerati un campione valido per un studio pilota che potrà essere preso in esame per successivi approfondimenti.

I trainer intervistati hanno acconsentito di partecipare alla ricerca, sono stati preventivamente informati circa le modalità e le finalità dello studio e il loro consenso è stato registrato. Per il presente lavoro si è proceduto a contattare il Dottor Giulio Gasca, il Dottor Marco Greco, il Dottor Claudio Giacobbe e la Dottoressa Laura Marino grazie al Professor Maurizio Gasseau.

### **3.2. Analisi dei dati**

I dati analizzati derivano da quattro interviste condotte a quattro psicodrammatisti intervistati nel periodo tra marzo e maggio 2022. La ricerca si compone di otto domande a risposta chiusa e di undici domande aperte semi-strutturate ed è stata svolta in forma di intervista registrata. Le domande sono state strutturate in seguito a esperienze di psicodramma, proposte nel corso di Teorie e Tecniche delle dinamiche di Gruppo condotto dal Professor Maurizio Gasseau, e ricerca e riflessione approfondite. Le domande hanno il fine di indagare come i trainer di psicodramma vivono le esperienze psicodrammatiche, se e come il loro lavoro incide nella sfera privata e della vita quotidiana. L'obiettivo principale della ricerca è stato quello di indagare quanto più possibile e in modo quanto più accurato e preciso il loro modo di condurre e vivere la dimensione psicodrammatica. Ciò è stato possibile grazie alle domande che vengono di seguito presentate.

- 1. Cosa la affascina dello psicodramma come modello di terapia di gruppo?*
- 2. Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?*
- 3. Qual è l'emozione portata nel gruppo che le rende più difficile la conduzione?*
- 4. A seguito di una seduta particolarmente difficile da gestire emotivamente, il terapeuta come gestisce nel gruppo questa ricchezza emotiva?*
- 5. Il terapeuta come dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta un partecipante fosse ancora piangente?*
- 6. In che modo la catarsi emotiva è utile per la cura del singolo e/o del gruppo?*
- 7. A suo parere, la rappresentazione di una scena che ha un forte impatto emotivo e catartico sul gruppo in che modo ne influenza la partecipazione?*

8. *È mai capitato di provare forti emozioni legate al contesto in cui si è tenuto il gruppo? Se sì, in quale contesto?*
9. *In che modo il suo lavoro così ricco emotivamente influenza le sue relazioni personali e i suoi rapporti sociali?*
10. *Ritiene utile condividere i suoi vissuti e i sentimenti all'interno delle dinamiche del gruppo? Se è successo, quando e con quali obiettivi?*
11. *Qual è stata una seduta che l'ha coinvolta maggiormente? Può raccontarmela?*

La strutturazione dell'intervista è stata pensata in modo da ricoprire le diverse aree tematiche oggetto d'indagine, di seguito meglio evidenziate.

L'area biografica racchiude elementi quali il nome, il cognome, l'età, il genere, il titolo di studio, il tipo di orientamento nella pratica psicodrammatica, gli anni di conduzione di psicodramma e l'eventualità che l'intervistato conduca psicodramma online in questo specifico momento storico.

L'area della soggettività viene indagata grazie alle seguenti domande:

1. *Cosa la affascina dello psicodramma come modello di terapia di gruppo?*
3. *Qual è l'emozione portata nel gruppo che le rende più difficile la conduzione?*
8. *È mai capitato di provare forti emozioni legate al contesto in cui si è tenuto il gruppo? Se sì, in quale contesto?*
9. *In che modo il suo lavoro così ricco emotivamente influenza le sue relazioni personali e i suoi rapporti sociali?*
11. *Qual è stata una seduta che l'ha coinvolta maggiormente? Può raccontarmela?*

L'area che racchiude caratteristiche personologiche del conduttore è trattata prevalentemente grazie alle domande:

2. *Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?*
4. *A seguito di una seduta particolarmente difficile da gestire emotivamente, il terapeuta come gestisce nel gruppo questa ricchezza emotiva?*

*5. Il terapeuta come dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta un partecipante fosse ancora piangente?*

Le domande che seguono fanno infine parte dell'area di gestione della situazione in base alla cornice teorica di riferimento del conduttore:

*6. In che modo la catarsi emotiva è utile per la cura del singolo e/o del gruppo?*

*7. A suo parere, la rappresentazione di una scena che ha un forte impatto emotivo e catartico sul gruppo in che modo ne influenza la partecipazione?*

*10. Ritiene utile condividere i suoi vissuti e i sentimenti all'interno delle dinamiche del gruppo? Se è successo, quando e con quali obiettivi?*

### **3.3. Discussione dei risultati**

Le interviste mostrano differenti approcci e modi di reagire alle sessioni di psicodramma. Questa differenza si può inizialmente notare rispetto all'orientamento nella pratica psicodrammatica: il Dottor Giulio Gasca segue il modello di psicodramma analitico individuativo; il Dottor Marco Greco conduce la pratica psicodrammatica secondo il modello di psicodramma moreniano; il Dottor Claudio Giacobbe conduce gruppi di psicodramma seguendo il modello di psicodramma analitico junghiano; la Dottoressa Laura Marino rispetto alla pratica psicodrammatica segue il modello junghiano. Nonostante, come detto, il campione preso in esame non sia rappresentativo, è comunque possibile proporre un'analisi basandosi sui risultati evidenziati dalle interviste. I conduttori concordano nel grande valore che viene dato allo psicodramma come metodo di indagine di gruppo. Ciò viene ben espresso dal dottor Marco Greco nella risposta data alla domanda n. 11 *“Qual è stata la seduta che l'ha coinvolta maggiormente? Può raccontarmela?”*, il quale sostiene *“è un lavoro molto profondo. Lo psicodramma fatto bene, con tutta l'intenzione, tutto l'amore, è molto profondo ed efficace”*<sup>47</sup>. Il dottor Giulio Gasca, rispetto a questa domanda, sostiene che, tenendo in considerazione le numerose sedute di psicodramma condotte nella sua carriera, è difficile ricordarne soltanto una e sostiene che *“le sedute di psicodramma [...] sono state molto interessanti e significative, in certi momenti ne ricordo certuni, in certi*

---

<sup>47</sup> Intervista a Marco Greco

momenti ne ricordo certe altre”<sup>48</sup>. I conduttori intervistati concordano nell’emozione e di quanto l’esperienza psicodrammatica sia travolgente. Il Dottor Giulio Gasca alla domanda n. 5 *“Il terapeuta come dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta il partecipante fosse ancora piangente?”* risponde che *“Lo psicodramma è un’esperienza coinvolgente e conflittuale. [...] Quando tutto è andato benissimo e alla fine della seduta un paziente è ancora emozionato non è un problema, ma quello che è [importante è] che sia in grado di affrontare le emozioni in modo produttivo”*<sup>49</sup>; in risposta alla stessa domanda, il Dottor Claudio Giacobbe evidenzia come si rapporti al gruppo in modo più fisico: *“Io abbraccio, quando c’è un momento di affetto ecc. io mi permetto di toccare, conduco toccando le persone. [...] Durante il percorso, magari se anche nell’ultimo gioco prima della fine del gruppo qualcuno si è commosso o altro io lo abbraccio, ma se sento che è importante che quella persona possa convivere, possa stare con quella sofferenza perché quella sofferenza la aiuterà a vivere meglio allora la lascio”*<sup>50</sup>.

Dal colloquio con gli esperti emerge quindi chiaramente come l’esperienza emozionale sia un aspetto molto presente nella pratica psicodramma, che il conduttore deve essere in grado di gestire. Non si può, infatti, non tenere in considerazione il vissuto personale del conduttore, che senza dubbi si relazionerà con gli incontri di psicodramma, ma è proprio in quell’occasione che il conduttore deve saper gestire il proprio vissuto per non andare a pesare sul gruppo con esso, usandolo invece per comunicare con il gruppo e sintonizzarsi con lo stesso.

Il Dottor Marco Greco esprime la sua idea rispetto alle caratteristiche del conduttore e al suo modo di interagire nella scena psicodrammatica nella risposta alla domanda n. 2 *“Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?”*: *“penso che l’incontro con l’essere umano sia un atto artistico e che bisogna esser un po' artisti. Poi naturalmente deve aver ben lavorato su di sé, deve aver scoperto le sue artisticità, per cui tutti gli atti che compongono la vita delle persone per cui come ci esprimiamo noi e quindi il corpo, tutte le mansioni, il pensiero, i gesti, le scelte di vita, ci muoviamo nell’incontro con gli*

---

<sup>48</sup> Intervista a Giulio Gasca

<sup>49</sup> Ibidem

<sup>50</sup> Intervista a Claudio Giacobbe

altri attraverso le nostre caratteristiche di personalità e anche tutta la nostra storia, traumi compresi. Bisogna quindi intercettare questo essere umano così”<sup>51</sup>.

Questo aspetto è stato ben espresso dalla Dottoressa Laura Marino che alla domanda n. 10 *“Ritiene utile condividere i suoi vissuti e i sentimenti all’interno delle dinamiche del gruppo?”* afferma che *“se io provo un sentimento, un’emozione, un vissuto analogo che comprendo perché anch’io ho attraversato quella problematica, una problematica simile, il modo di condividerla con il gruppo non è “anch’io ho provato questa cosa perché ho avuto questa esperienza...” ma è poter dire “comprendo”, comprendo che in una seduta del genere si provi rabbia, si provi tristezza, si provi imbarazzo... comprendo, ma senza svelare il proprio personale”*<sup>52</sup>. Circa la condivisione dei propri vissuti personali che si interfacciano alle dinamiche di gruppo, sempre la Dottoressa approfondisce la tematica nella risposta alla domanda n. 11 *“Qual è stata una seduta che l’ha coinvolta maggiormente? Può raccontarmela?”* quando ricorda una seduta in cui è stato portato il tema del dolore in seguito alla scoperta della malattia di un familiare del partecipante al gruppo: *“Ricordo la mia emozione che comprendevo, come le dicevo prima, e provavo con molta intensità e ricordo che in quel momento lì ero io che conducevo, [...] ho sentito che il mio coinvolgimento era troppo forte emotivo e per cui ho chiesto alla mia collega di condurre lei il gioco di questa paziente [...]. Questo è il mio stile e nostro stile, mio e della mia collega, di poter dire qualcosa, cos’è successo, è una cosa strana e non consueta e io i pazienti li sento sempre molto grati a questo, di poter sentire che il terapeuta possa dire qualcosa senza svelare il proprio personale, ma di mettersi in gioco sempre rivestendo l’abito professionale”*<sup>53</sup>. Dalle interviste condotte emerge proprio questo aspetto *“di non svelare il proprio personale, ma di mettersi in gioco rivestendo l’abito professionale”*. Il Dottor Marco Greco si mostra d’accordo con questa affermazione rispondendo alla domanda n. 10 *“Ritiene utile condividere i suoi vissuti e i sentimenti all’interno delle dinamiche di gruppo? Se è successo, quando e con quali obiettivi?”*, affermando *“no, non lo ritengo assolutamente utile perché non c’entra*

---

<sup>51</sup> Intervista a Marco Greco

<sup>52</sup> Intervista a Laura Marino

<sup>53</sup> Ibidem

niente il gruppo. Perché mai dovrei caricare il gruppo delle mie cose?”<sup>54</sup>; anche il Dottor Giulio Gasca, rispondendo alla domanda n10, si trova in accordo con quanto detto, sostenendo che “normalmente è meglio che io non lo faccia perché i membri del gruppo sono venuti per parlare dei loro problemi e non per ascoltare i miei però in qualche caso può essere utile. [...] Può essere utile quando sento di riferirmi a un vissuto magari soggettivo accaduto doppiando un paziente oppure un riferimento a una mia esperienza personale può aiutare quelli che stanno interagendo con me a capire meglio qualcosa di loro, un po' come lo possono essere i feedback dati da altri membri del gruppo. Può essere utile a un certo punto anche che il conduttore non sia visto come una specie che sta al di sopra di ogni cosa e che sa un'ipotetica verità ma semplicemente come una persona complessa, che ha attraversato determinate esperienze e quindi fornisce un suo punto di vista che comunque deve dialogare con quelli degli altri”<sup>55</sup>. Il Dottor Claudio Giacobbe, rispondendo alla stessa domanda, sostiene invece di non aver formule precostituite rispetto a questo aspetto, ciò su cui si mostra irremovibile è la tempistica: “non lo faccio mai all'inizio di un percorso. Mai. [...] Successivamente, quando il processo è avanzato ed è giunto quindi a una buona consapevolezza e coscienza, dove sento che l'altro è cresciuto rispetto alle sue dimensioni problematiche, allora lo ritengo utile. Lo ritengo utile perché demitizza la mia figura: demitizza la figura del conduttore, dell'analista, gli restituisce la sua umanità, il suo essere un essere umano proprio come loro e questo libera tantissimo. All'inizio no, mai. Quando sento che il gruppo è ben posizionato allora lo faccio, non racconto cose così ma lo faccio partecipe, porto una mia esperienza, quello che può essere successo a me o cose di questo genere, mi porto ad esempio”<sup>56</sup>. Tutto ciò è importante soprattutto se si guarda il gruppo come uno strumento con cui vedere la propria realtà, il Dottor Marco Greco rispondendo alla domanda n. 8 “*E' mai capitato di provare forti emozioni legate al contesto in cui si è tenuto il gruppo? Se sì, in quale contesto?*” sostiene che “certi sentimenti si portano in gruppo ma poi bisogna anche vedere come si portano nella vita, le due sono strettamente legate: gruppo-vita. [...] La prova del fuoco è la vita,

---

<sup>54</sup> Intervista a Marco Greco

<sup>55</sup> Intervista a Giulio Gasca

<sup>56</sup> Intervista a Claudio Giacobbe

l'evidenza, al di là di tutte le chiacchiere"<sup>57</sup>. Questa idea che la prova del fuoco sia la vita e che l'obiettivo principale di ciascuno sia diventare in grado superare questa prova, è ben espressa anche dal Dottor Claudio Giacobbe, in risposta alla domanda n. 5 "*In che modo il terapeuta dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta partecipante fosse ancora piangente?*", quando afferma che "per me uno dei traguardi è proprio quello che è necessario comprendere e acquisire la capacità di convivere con la ferita, con la sofferenza, con il dolore"<sup>58</sup>.

### **3.4. Confronto con la letteratura**

Dall'interviste condotte emergono similitudini e differenze nel modo di condurre un gruppo, affrontare situazioni emotivamente stressanti e rapportarsi con il gruppo. Queste specificità di ogni conduttore dipendono dal personale stile di conduzione ma anche dal tipo di approccio psicodrammatico che si intende seguire. "Nello psicodramma il conduttore non ha una posizione neutra, né fa da specchio come nella terapia psicoanalitica. Deve avere capacità empatiche, essere comunicativo e disponibile a mettersi in gioco"<sup>59</sup>. Il Dottor Marco Greco durante l'intervista afferma questo concetto in risposta data alla domanda n. 2 "*Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?*", sostenendo che "il terapeuta deve essere un artista. [...] Il terapeuta deve essere un desideroso di incontrare la diversità dell'altro, per cui deve essere un artista e non deve avere dei paraocchi"<sup>60</sup>. Egli per spiegare meglio questo concetto mette in relazione l'idea di terapeuta con Picasso sostenendo che, come Picasso, dipingeva e rappresentava la realtà come la sentiva e la provava, così anche il conduttore durante lo psicodramma, seguendo il modello proposto da Moreno, dovrebbe stimolare l'arte psicodrammatica grazie a creatività e spontaneità, due concetti portanti del modello moreniano. Differente è l'idea di conduttore sostenuta dal Dottor Giulio Gasca, il quale segue il modello di Psicodramma Analitico Individuativo e il cui scopo è il dialogo approfondito con l'inconscio più che lo stimolare e incoraggiare la spontaneità e la creatività, come propone lo

---

<sup>57</sup> Intervista a Marco Greco

<sup>58</sup> Intervista a Claudio Giacobbe

<sup>59</sup> Manes, S. (2011). *Lo psicodramma. Tecniche e giochi di conduzione*. Franco Angeli. P. 13.

<sup>60</sup> Intervista a Marco Greco

Psicodramma Classico; per questo motivo nella stessa domanda sopraccitata e proposta a Marco Greco, egli sostiene che il terapeuta “deve avere una profonda conoscenza di sé stesso, una conoscenza non teorica ma pratica e in questo senso è utile che abbia fatto un lavoro di analisi sia classica che psicodrammatica. Deve avere una notevole capacità di immedesimarsi nei diversi pazienti ma, allo stesso tempo, senza perdere di vista quello che sta succedendo nel gruppo nel suo insieme”<sup>61</sup>.

Durante l'intervista condotta alla Dottoressa Laura Marino emerge il concetto di setting e la sua importanza. Rispondendo alla domanda n. 5 “*Il terapeuta come dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta un partecipante fosse ancora piangente?*”, la Dottoressa afferma l'importanza del setting sostenendo “Alla fine della seduta il paziente piange ancora, quindi alla fine della seduta vuol dire anche al termine di una osservazione e non solo di giochi psicodrammatici, ma anche del tempo dell'osservazione in cui se il partecipante piange ancora vuol dire che è ancora dentro l'emozione e lasciarlo andare via così, [...] secondo me non è opportuno e io in queste situazioni faccio fermare un attimo la persona e propongo un piccolo spazio individuale che non è una seduta”<sup>62</sup>. Secondo Galimberti, il setting in psicoanalisi “delimita un'area spazio-temporale vincolata da regole che determinano ruoli e funzioni, è il luogo dove poter analizzare il significato affettivo dei vissuti del paziente in una situazione specificatamente costruita”<sup>63</sup>. Nello psicodramma classico moreniano il setting riveste un ruolo fondamentale ma differente rispetto a quello rivestito nel modello analitico. L'importanza rivestita viene ben espressa dal Dottor Marco Greco, il quale rispondendo alla domanda n. 2 “*Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?*” sostiene che “devi saper usare il luogo, ad esempio il teatro di psicodramma e il teatro stesso è un luogo di artisticità”<sup>64</sup>. Moreno propone un tipo di setting interpersonale che comprende non più esclusivamente la relazione "a due", terapeuta-paziente, ma un diverso contesto multidimensionale e di gruppo. Il

---

<sup>61</sup> Intervista a Giulio Gasca.

<sup>62</sup> Intervista a Laura Marino.

<sup>63</sup> Galimberti, U. (1992). *Dizionario di Psicologia* [Dictionary of psychology.]. Torino, UTET. P. 871.

<sup>64</sup> Intervista a Marco Greco.

palcoscenico del teatro di psicodramma riveste un ruolo importante nel modello proposto poiché è il contesto dove, all'interno dei molteplici scambi relazionali tra protagonista e gruppo, viene presentata la scena che rappresenta il mondo relazionale del protagonista. In questo contesto ogni elemento può essere animato, incarnato e costituire l'altro relazionale con cui il protagonista può rapportarsi (Moreno, 1985).

Dalle interviste emerge la differente visione e importanza attribuita al corpo in quanto tale e come strumento per veicolare un messaggio. Secondo il modello classico moreniano adottato dal Dottor Marco Greco, il corpo riveste un'importante funzione di trasmissione di un messaggio e lo afferma rispondendo alla domanda n. 2 *“Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?”* in cui sostiene *“Il corpo che entra in azione, che comunica, che viene messo sul palcoscenico, per cui fa parte del processo di incontro relazionale di un gruppo”*<sup>65</sup>. L'importanza del corpo viene ben espressa da Moreno sostenendo il suo valore e importanza nella rappresentazione scenica e non solo perché è proprio grazie al corpo e al movimento che ogni partecipante può esprimersi liberamente, in modo spontaneo e creativo. Questo si può anche notare nel momento della catarsi in cui il corpo libera sé stesso e si mostra. Anche il Dottor Claudio Giacobbe afferma l'importanza del corpo, soprattutto durante la conduzione, e questo si può notare nella risposta data alla domanda n. 5 *“Il terapeuta come dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta un partecipante fosse ancora piangente?”* in cui sostiene che *“Io abbraccio, quando c'è un momento di affetto ecc. io mi permetto di toccare, conduco toccando le persone”*<sup>66</sup>. Il corpo è strumento importante nella comunicazione non verbale sia per i partecipanti che per il conduttore, poiché grazie ad esso si comunica e può succedere anche *“a livello di lacrime che scendono silenziosamente, il gruppo se ne accorge, spesso, qualche volta no, e lo vivo in silenzio e poi mi distacco”*<sup>67</sup>. Questo concetto di coinvolgersi, immedesimarsi ma poi distaccarsi è molto presente nella pratica analitica poiché *“Compito fondamentale dell'analista è comprendere la*

---

<sup>65</sup> Intervista a Marco Greco.

<sup>66</sup> Intervista a Claudio Giacobbe.

<sup>67</sup> Ibidem.

natura e le origini dei conflitti psichici dei propri pazienti. Allo stesso tempo egli visionerà i propri sentimenti in modo tale che il suo atteggiamento analitico sia al servizio dell'evoluzione della coscienza del paziente e non al soddisfacimento dei propri bisogni infantili”<sup>68</sup>. Ciò accade perché il fine della pratica analitica è approfondire la psiche individuale, l’ascolto dell’inconscio, indagare l’interazione tra intrapsichico ed interpersonale; differente sono i presupposti alla base del modello moreniano che si concentrano maggiormente sul sociale, sul presente e sul conscio.

---

<sup>68</sup> Caretti, V., Murzi, G. (1988). L’empatia nella relazione analista-paziente. *Rivista di psicologia analitica*, numero 38, 141-157. P. 141.

## INTERVISTA A GIULIO GASCA

**Nome:** Giulio

**Cognome:** Gasca

**Età:** 82 anni

**Genere:** maschile

**Laurea:** medicina e chirurgia specializzazione in Neuropatologia e Psichiatria

**Orientamento nella pratica psicodrammatica:** psicodramma analitico individuativo. Un modello di psicodramma essenzialmente con impostazione junghiana ma, si potremmo considerarlo come una sintesi di elementi di Jung, Binswanger e della gruppo-analisi

**Anni di conduzione di psicodramma:** il primo gruppo l'ho condotto nel 1973

**In questo specifico momento storico pratica psicodramma online?** Sì, anche se preferisco quello in presenza

### **1. Cosa la affascina dello psicodramma come modello di terapia di gruppo?**

R: cosa mi affascina non lo so. Lo ritengo molto efficace e incisivo sia rispetto alla terapia di gruppo sia rispetto anche alla terapia duale. Tra l'altro io uso lo psicodramma anche nella terapia duale.

### **2. Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?**

R: deve avere una profonda conoscenza di sé stesso, una conoscenza non teorica ma pratica e in questo senso è utile che abbia fatto un lavoro di analisi sia classica che psicodrammatica. Deve avere una notevole capacità di immedesimarsi nei diversi pazienti ma, allo stesso tempo, senza perdere di vista quello che sta succedendo nel gruppo nel suo insieme.

### **3. Qual è l'emozione portata nel gruppo che le rende più difficile la conduzione?**

R: non è un'emozione specifica.

Io penso che quello che è negativo è quando il gruppo reagisce come una massa, quando tutti nel gruppo si identificano in una stessa emozione invece che differenziarsi nelle molteplici sfumature e possibilità delle emozioni, le quali sono legati ai ruoli; quindi, al modo in cui si interpreta e si vive un determinato ruolo; quindi, quanto gli individui del gruppo portano la loro individualità e loro capacità di differenziarsi.

***Può esserci un'emozione come filo conduttore comune e poi ognuno trova la propria sfumatura oppure intende?***

R: l'emozione non può essere separata dal contesto. L'emozione certamente c'è sempre, anche qui nel nostro parlare anche se non è proprio un'emozione intensa, ma c'è un sentimento, un qualcosa che può far prendere le emozioni e questo ci evoca dei ricordi, delle immagini, delle situazioni simili, delle cose che per noi hanno avuto significato, ecco questo succede comunque però non si può parlare di una emozione pura.

Cosa succede in un gruppo di psicodramma? Viene presentata una scena e in genere la scena è espressione sia di una dinamica di un gruppo che di un momento del percorso che sta facendo ogni singolo individuo, che fa parte del gruppo e che nel gruppo porta un problema che vuole risolvere o qualcosa di sé che vuole approfondire.

Quindi succede che le emozioni, in qualche modo, ricoprono l'atmosfera di questo "qualche cosa" che però non avrebbe nessun senso se non ci fosse anche un contenuto e la forma che lui dà a questo contenuto, per esempio il modello relazione che qui diventa come qualcosa di sé stesso, ecco queste modalità di relazioni sono presenti in diverse parti del gruppo che entrano in risonanza tra loro ma ognuno dà una sua versione particolare perché la sua vita è stata diversa. Attraverso il lavoro di gruppo si ha la possibilità di confrontare questi diversi aspetti, perché attraverso il succedersi delle scene è come se ognuno avesse la possibilità di rivisitare una dimensione della sua storia passata o del suo mondo interiore e di farla visitare ad altri, e a sua volta può visitare le esperienze degli altri che sono state evocate e in qualche modo si contrappongono a questa sua esperienza.

Non so se sono stato chiaro. È complicato ma fortunatamente l'ha registrato.

**4. *A seguito di una seduta particolarmente difficile da gestire emotivamente, il terapeuta come gestisce nel gruppo questa ricchezza emotiva?***

R: È un po' complicato. Provo a spiegare con qualche esempio. Il terapeuta deve sempre tradurre le emozioni in qualche cosa di concreto, cioè in scene che possano venire interpretate. Il paziente di turno, che è il protagonista, viene fatto/portato nella scena nelle diverse posizioni, cioè nel rapporto e nelle posizioni degli altri attori della scena attraverso i cambi di ruolo, e quindi impara, in qualche modo, a vivere questi diversi aspetti che poi sono molto spesso degli aspetti suoi, degli aspetti di sue parti proiettate su altri e vivendolo successivamente di rimando sulle diverse posizioni impara a confrontarli. Quello che deve fare è imparare a riflettere; una riflessione che non è una riflessione razionale ma è qualcosa ed è questo il punto centrale. Il punto più importante dello psicodramma analitico è che ci porta a sviluppare un aspetto che noi chiamiamo “l'altro senza qualità” e a questo punto devo fare una breve spiegazione di cosa intendo con “altro senza qualità” che è questo: come ci formiamo in noi un'immagine del nostro sé inteso non come sé individuale, ma un sé a livello molto più elementare, l'immagine che noi abbiamo di noi stessi e l'idea di essere dei particolari individui ecc. ce la formiamo ovviamente interiorizzando l'immagine che gli altri hanno di noi, cioè quando un bambino appena nato comincia a interagire con il mondo circostante e attraverso i diversi ruoli che gioca, all'inizio sono solo percettivi-motori e man mano si integrano e si complessificano di più, impara a crearsi una sorta di mappa del mondo. In questa mappa del mondo lui agisce ma, non è all'inizio conscio di essere lui, è conscio di agire ma non di essere colui che agisce, però è una delle cose che fa è imparare a immedesimarsi nelle altre persone con cui interagisce. Si costruisce, per così dire, il modello operativo delle altre persone ma, siccome le altre persone interagiscono con lui, questo modello operativo presuppone l'immagine che gli altri hanno di lui.

Dopo dico questo con degli esempi e se vedi il mio libro “Lo psicodramma gruppoanalitico” a un certo punto credo di averlo esposto, non ricordo più dove. Adesso cerco di dirglielo sinteticamente.

Ecco, cosa succede? Succede che a questo punto io vedo me stesso e vedo anche me stesso nel rapporto con il mondo perché poi io esisto in quanto ho dei progetti e questi progetti presuppongono il mondo con cui interagisco; ecco io vedo questo attraverso l'immagine che l'altro significativo, mia madre, all'inizio, mio padre, mio fratello, magari anche il gatto di casa se mi sono fatto un'immagine di lui che in qualche modo avrà un'immagine di me, hanno di me stesso, questo è l'altro particolare. Quando, però, il bambino esce di casa e va, per esempio, all'asilo si renderà conto che se per sua madre lui era il più bello e il più intelligente del mondo, la stessa cosa non vale per gli altri bambini dell'asilo, per gli insegnanti e soprattutto per i genitori degli altri bambini. Allora, a questo punto, la sua immagine di sé si modifica. Questo crea, chiamiamolo, l'"altro generalizzato", che è un po' una media di persuasi, è come se sulla pittura precedente che lui ha di sé si spalmasse una seconda pittura, sotto cui la prima qualche volta traspare, traspaiono le sue strutture. Poi il bambino va avanti, incontra altre persone e queste persone, a volte, hanno una visione del mondo molto divergente. Non è più possibile fare una media di queste, e allora emerge l'altro significativo. Lui sceglie di vedersi secondo gli occhi di certi altri, magari per suoi diversi aspetti, magari l'insegnante di liceo che lui ammira molto sarà quello di cui interiorizza l'immagine delle sue potenzialità intellettuali e forse professionali, il suo allenatore di pallavolo sarà quello di cui interiorizza l'immagine delle sue prestazioni fisiche, ma in modo estremamente negativo perché quello lo considera un imbranato, un disastro. Non so, l'immagine di gruppo di pari o della ragazza che lui frequenta gli daranno invece l'immagine di quanto lui possa essere bello, simpatico e popolare e cose di questo tipo. Sono come tanti sé parziali che in qualche modo si integrano tra loro e tra cui ci sono dei riferimenti. Andando avanti, magari, poi criticherà certi modelli che gli sono stati insegnati, un certo modo di vedere il mondo di certe persone, ne troverà altre con altri significativi.

Il processo di maturazione tende in qualche modo a rendersi indipendente da questi altri significativi; ora, potremmo dire a relativizzare queste posizioni. Ora, lo psicodramma può portare proprio a quello, nel senso che nello psicodramma io parlo non soltanto per vedermi come esperimento, per vedermi con gli occhi di altri che metto in scena, ma anche il vedere come queste persone, nel momento in cui si immedesimano in loro e in cui, attraverso alcuni segni virtuali, ricostruiscono degli

aspetti delle loro storie, hanno un particolare punto di vista che non è quello assoluto. E quindi mi rendo autonomo da questi punti di vista, assumo una certa capacità critica, e allo stesso tempo un certo punto di vista interessante. Nel momento in cui ho imparato a vedermi attraverso una molteplicità di punti di vista possibili, io, invece di avere un altro che agisce come una specie determinandomi in un certo modo, io ho un altro senza qualità. Se posso usare un paragone per spiegarglielo, è come se invece di avere una formula nuova avessi un'equazione con delle variabili a cui possono essere sostituiti diversi valori che vanno a risultare diverse formule; quindi, non si visualizza più come un punto ma come una curva estremamente complessa nello spazio. Ecco, l'altro senza qualità ha proprio questa capacità di riuscire a rendersi indipendente in ogni punto di vista fisso per poter scegliere tra molteplici prospettive senza essere condizionato da nessuno di loro. Lei mi dirà: e cosa c'entra tutto questo con l'equazione? Beh, è proprio questo, perché nel momento in cui io sono preso da un'emozione violenta non ragiono, non penso, faccio tutt'uno con una certa reazione; nel momento in cui io vivo questa emozione ma in diverse prospettive, in cui vivo magari il modo in cui si è sviluppata, con le emozioni successive e quindi rivivo quello che provavo quando ero bambino, che è stata la base di questa e poi quello che ho provato da adolescente, il punto di vista che in qualche modo ho interiorizzato da parte di mio padre e di mia madre, da qualche persona che io ammiravo e che ho fatto diventare il modello a cui magari io ho seguito, ecco: è come se io imparassi a mettere dentro tutte queste possibilità e quindi a vedere che l'emozione non è più un intenso lunare ma una sinfonia di cui io posso distinguere le diverse note e il modo in cui si articolano tra di loro.

**5. *Il terapeuta come dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta un partecipante fosse ancora piangente?***

R: beh, è meglio non arrivare con il paziente ancora piangente alla fine della seduta.

Precisiamo una cosa: lo psicodramma è un'esperienza coinvolgente e conflittuale. Per cui non si può cercare una seduta in lieto fine. Il momento in cui alla fine, se tutti sono contenti e felici, probabilmente è un gruppo che ha avuto problemi importanti. Quindi quando tutto è andato benissimo e alla fine della seduta un

paziente è ancora emozionata non è un problema, ma quello che è che sia in grado di affrontare le emozioni in un modo produttivo. E quindi il suo cammino ulteriore, che poi continuerà nelle sedute di psicodramma, ma che comunque nell'immediato continua nei suoi pensieri e nelle sue azioni della vita, lui possa servirsi di questo come un gradino per continuare a salire all'altare della sua conoscenza di sé stesso e delle sue risposte all'esperienza. Allora, per questo esistono quelli che vengono chiamati segni d'uscita. Quando un paziente affronta una situazione del suo passato estremamente dolorosa e, direi, drammatica, lo scopo non è che la seppellisca o la riviva, ma che abbia i mezzi per elaborarla. In genere, quindi, dopo che ha prodotto questo, che la riviva, può essere utile, a seconda dei casi, di giocare assieme e che dia inizio all'elaborazione. Quello che il terapeuta / analista non deve fare è quello di cercare di compensare, per esempio se uno è stato mollato dalla fidanzata non serve a niente fare una scena in cui seduce la donna più bella del mondo o qualcosa di simile, perché è una cosa falsa, così come non serve utilizzare una tecnica suggestiva per farlo credere bello, intelligente, affascinante, etc. no. Bisogna che lui lavori sul significato che è per lui, per esempio sul perché è così dipendente da questa persona, che cosa cercava in lei, come queste cose possano essere elaborate in qualche modo. Di solito, la cosa che bisogna affrontare di più insieme è l'emergere di emozioni di questo tipo, che è più difficile lavorare, è la depressione, quando la depressione è molto profonda. In genere, la depressione è legata a una perdita di potenzialità progettuali, quindi si tratta di salire; se per esempio la depressione è legata a un lutto, o a un insuccesso troppo forte, legata a tutte le potenzialità che avevi di fare certe cose con questa persona, per esempio, o siccome la perdita la vedi come definitiva questo si traduce come in un buco nero, una specie di depressione che risucchia tutto. Ecco, a questo punto, molte volte il lavorare sul significato che ha per questa persona e che per esempio, nel caso di un genitore morto può essere le aspettative che questa persona aveva su di noi e che noi in qualche modo stiamo realizzando, come se questa persona continuasse a vivere in noi. In una serie su cui si lavora su questo è una scena d'uscita. Ma la risposta deve venire dall'interno del protagonista, non deve essere una costruzione di un terapeuta. Per dare un'idea, io devo attivare, in pratica, dei ruoli interni al

protagonista che in qualche modo sopprime quello che è l'aspetto negativo delle situazioni in cui il protagonista è venuto a confliggere.

R: anche nel libro, da qualche parte ci saranno degli esempi, per chiarire meglio quello che intendevo.

6. *In che modo la catarsi emotiva è utile per la cura del singolo e/o del gruppo?*

R: io non credo nella catarsi. La catarsi è una soluzione tipicamente moreniana. Qui la farò ridere con le digressioni filosofiche di questo genere, ma il concetto di catarsi si scopri con Aristotele, no? Aristotele sosteneva che i pazienti, gli spettatori del teatro, attraverso la loro partecipazione a qualcosa che poteva terrorizzare, coinvolgere profondamente, angosciare etc., dando una soluzione, perché la tragedia greca dà una soluzione che in genere non era molto lieta, ma dava un senso a tutto questo; non so, il protagonista, accettando in qualche modo il suo destino da uno che ha fatto una cosa inaccettabile diventa quello che nobilmente è riuscito a fare determinate cose, accetta la sua morte, vedi l'edipo... non so, non mi è venuto in mente... cerca di morire in qualche modo rendendo sacro la sua decisione, attraverso il suo suicidio tenta in qualche modo e si purifica dalla situazione in cui si era cacciato e con la sua ragione precedente cerca di dirigersi... va beh, Sofocle mi sembra. Insomma, succedono tutte queste cose. Allora, questo a me non interessa nello psicodramma analitico. Sì, succede anche questo, questo può essere un fenomeno laterale, però è finito con la catarsi come la vede Moreno, finisce per assomigliare molto a una specie di purgato diemetico con cui qualcuno butta fuori emozioni spiacevoli di cui vuole liberarsi e questo non è per niente analitico. È vero, i moreniani distinguono catarsi proattiva dalla catarsi integrativa, che potrebbe essere una nuova visione, come se inserendo un elemento successo in una nuova Gestalt tu potessi vederlo con occhi nuovi, e questo è più un lavoro analitico. Poi quando tu arrivi a un lavoro precisato, allora a questo punto invece di citare Aristotele, le citerei Platone. Lei sa il famoso esempio che fa Platone con il mito della caverna. Allora, l'uomo che non sa, bloccato, proprio incatenato, batte su una parete della caverna e crede che quella sia la realtà. Secondo Platone quello che deve fare il filosofo, oltre che insegnare pratiche, è indurre l'uomo a valutarsi e vedere gli ambienti. Qui c'è una cosa reale, che proietta questa visione. Ecco lo

psicodramma può far fare esattamente una cosa simile, essendo molto più complesso di quanto lo è. Le emozioni che io provo quando, non so, se litigo con mia madre, con mio fratello o con il mio vicino di casa, sono in genere, una conseguenza di altre situazioni passate, magari delle emozioni che avevo avuto nella mia infanzia, se io ho spostato su di loro dei conflitti non risolti in precedenza. E se, la parola, analiticamente, assume una matrice familiare, posso scoprire che anche questi conflitti, conflitti che potevo avere, le emozioni che mi sono state trasmesse come dovevano essere per mia madre e per mio padre, risolvono delle cose che loro non avevano risolto, e che in qualche modo vivevano conflittualmente, ma che magari io ho ricevuto per terza generazione addirittura, attraverso degli insiemi virtuali, che sono degli insiemi che il protagonista non ha vissuto direttamente ma ha ricostruito e vive dentro di sé, che appartengono al passato. Ad un certo punto cosa succede? Succede che io vedo che le cose che mi sembravano reali in realtà sono ombre, di qualche cosa ma questo qualche altra cosa ora è ombra di altre cose passate. E tutte queste cose possono essere ricordate a delle situazioni che sono archetipiche. Che cosa è un archetipo? Ci sono fiumi di inchiostro che sono stati scritti per definire questo, io personalmente definirei gli archetipi junghiani come delle rappresentazioni che per noi la nostra psiche immagina archetipiche, sono quello che la nostra psiche cerca di rappresentarsi delle antinomie proprie della condizione umana. Allora, se lei pensa per esempio all'archetipo della grande madre, allora si sviluppa molto lentamente, deve svilupparsi lentamente, per sviluppare una psiche complessa; di conseguenza per un periodo io non solo ho bisogno di essere nutrito, ma anche di essere protetto, e anche di essere sostenuto ed educato. Questo crea una prolungata dipendenza da delle figure genitoriali, nel senso ovviamente della madre ma anche più in generale della matrice familiare, e questo presuppone un forte investimento del bambino su questa matrice, che nel lungo lo sostiene, e dei genitori sul bambino, perché devono sostenere. Ma questo forte investimento è finalizzato a realizzare una situazione in cui dovrà rendersi autonomo da questa matrice, per cui tutti i sentimenti in cui i genitori si riconoscevano, a questo punto diventano non solo inutili ma possono persino essere di ostacolo per un ulteriore sviluppo. Questo è un'antinomia. Perché c'è una contraddizione insita nella dipendenza prolungata del figlio dai genitori che

presuppone un suo raggiungimento di un'autonomia, che lui è finalizzato a raggiungere, e allo stesso tempo la contrasta. Ma questo, per noi esseri umani, ha anche un aspetto parallelo, completamente differente. La coscienza, individuale, emerge in qualche modo dall'inconscio che comincia nel momento in cui il mondo nasce da una gemma primordiale da cui si forma una schiuma che poi si coagula a formare un'isola. Ecco la coscienza nasce quindi da questo caotico insieme indifferenziato che è l'inconscio, ma nel corso dello sviluppo la coscienza continua a riprendere dall'inconscio perché è l'inconscio che nutre con degli stimoli e delle innovazioni se no si inibirebbe alla fine non sarebbe più nulla ma allo stesso tempo l'inconscio la minaccia continuamente perché prospetta delle possibilità che mettono in crisi il modello in cui la coscienza si identifica e minaccia continuamente di riassorbirla in una sorta di caos per esempio una situazione dell'esplosione di una crisi psicotica. Ecco, anche questo è un'antinomia abbiamo di nuovo questa figura di una matrice che ci nutre, ci sostiene, ci crea e che nello stesso tempo ci minaccia e può distruggerci e sia in un aspetto che dall'altro con aspetti positivi e aspetti negativi. Ecco, queste due cose che ho detto prima sono sintetizzate nell'archetipo che gli junghiani chiamano "Archetipo della Grande Madre". Come deve reagire l'individuo all'Archetipo della Grande Madre? Non c'è una soluzione definitiva perché è un'antinomia, ci sono solo delle situazioni/soluzioni parziali in cui si interagisce, per esempio nel rapporto con i genitori, nel rapporto con il suo inconscio in cui si spera che i genitori non si identifichino totalmente nell'Archetipo della Grande Madre, se no non potrebbero lasciare che il figlio cresca perché cesserebbe di esistere, ma possono avere tutta una serie di altri ruoli per interagire con lui. Ecco, quindi, la situazione è complessa e articolata. Ecco, a questo punto noi possiamo vedere come le singole emozioni e i singoli drammi personali oltre a essere la proiezione di ombre di eventi passati nostri e della nostra matrice familiare anche della nostra cultura, sono anche dei modi attraverso cui si realizza questa complessità, contraddittorietà della condizione umana e attraverso questa ricerca di senso noi perseguiamo quella che è la nostra individuazione cioè il cogliere quello che è il senso della nostra vita particolare e nel contesto di un'evoluzione letteralmente complessa di una cultura che interagisce continuamente in un nodo in mezzo ad altri nodi. Ecco, questo è il tipo di catarsi che io posso trovare e che abbia

sensu in uno psicodramma analitico che è molto diverso dalla catarsi moreniana, è una catarsi aristotelica anche se forse la catarsi aristotelica poteva anche accennare a questo aspetto qui perché le tragedie greche avevano un significato di qualche cosa di collettivo, di universale.

**7. *A suo parere, la rappresentazione di una scena che ha un forte impatto emotivo e catartico sul gruppo in che modo ne influenza la partecipazione?***

R: non lo so. Io in realtà non voglio che ci sia un forte impatto, a volte c'è perché è inevitabile ma non è la quantità delle emozioni ma è la qualità. È importante, se lei deve ascoltare della musica non è che apprezzi della musica mettendo il suo giradischi a volume più alto possibile, quello che conta è l'esecuzione della musica e l'afferrarne le sfumature e il senso, no? È una cosa di questo genere. A me un'emozione intensa nel gruppo con un'intensa partecipazione dei membri del gruppo è qualche cosa che in genere può portare a sprecare il vero senso della scena. Quello che importa è afferrare le sfumature di significato e questo avviene attraverso una sequenza di scena, attraverso i cambi di ruolo, attraverso il lavoro del doppiaggio del conduttore che è appunto quello che tende a portare tutta l'esperienza alla maggior qualità e quindi alla possibilità del protagonista di sentirsi come soggetto rispetto a se stesso dai diversi ruoli e quindi a viverli e allo stesso tempo a distinguersi e io tendo a portare tutti i gruppi a elaborare soggettualmente. Generalmente i pazienti che sono abituati a lavorare con me, tendono a sviluppare questa capacità per cui non avranno una reazione di massa indifferenziata.

**8. *È mai capitato di provare forti emozioni legate al contesto in cui si è tenuto il gruppo? Se sì, in quale contesto?***

R: sì, può capitare continuamente di trovarle.

***D: ad esempio in quale contesto?***

R: mille contesti differenti. Una situazione molto interessante che mi viene in mente è una volta in psicodramma un gruppo tenuto esclusivamente da pazienti schizofrenici in cui abbiamo giocato il sogno di un paziente schizofrenico. In questo sogno lui era sulla riva del mare, il mare produceva un suono estremamente seducente e affascinante che lo attirava ma, su un'altura poco distante c'erano tre suore, fanciulle vestite da suore con un'arpa in mano ciascuna che gli dicevano

“fatti curare, fatti curare”. Abbiamo rappresentato il sogno, quelli che rappresentavano l’oceano hanno prodotto un suono che era estremamente affascinante e veramente faceva venire l’idea di lasciarsi andare, rappresentavo un fortissimo potere di astrazione ma a questo si contrapponevano le tre vergini con l’arpa che invece davano un messaggio di ordine “fatti curare, fatti curare, fatti curare” che in qualche modo contrastava questo. Ecco, immedesimandomi in questa situazione io veramente ho avuto la sensazione di vivere l’esperienza che poteva avere un paziente schizofrenico nel momento in cui l’idea di lasciarsi andare in un mondo caotico, che di solito dagli schizofrenici è visto con terrore ma in qualche caso può non esserlo, esercitava una profondissima attrazione ma nello stesso tempo c’era questo aggancio alla realtà, bisogno di metter ordine alle sue esperienze che gli impediva di perdersi.

**9. *In che modo il suo lavoro così ricco emotivamente influenza le sue relazioni personali e i suoi rapporti sociali?***

R: diciamo che forse mi fa un meno rigido nelle posizioni. Se per esempio qualche persona mi fa arrabbiare e avrei voglia di prenderla a pugni, a me viene automatico che una parte di me si immedesima nell’altra persona e si inizia a vedere le cose con i suoi occhi e quindi poi non mi sento più così aggressivo e riesco a vedere che potrebbe avere delle ragioni; questo non significa che io non possa continuare a pensare di avere più ragione io, ma diciamo che non sono più esclusivamente legato alla mia prospettiva e quindi posso essere più disponibile a capire gli altri.

**10. *Ritiene utile condividere i suoi vissuti e i sentimenti all’interno delle dinamiche del gruppo? Se è successo, quando e con quali obiettivi?***

R: normalmente è meglio che io non lo faccia perché i membri del gruppo sono venuti per parlare dei loro problemi e non per ascoltare i miei però in qualche caso può essere utile. Quali obiettivi? Può essere utile quando sento di riferirmi a un vissuto magari soggettivo accaduto doppiando un paziente oppure un riferimento a una mia esperienza personale può aiutare quelli che stanno interagendo con me a capire meglio qualcosa di loro, un po’ come lo possono essere i feedback dati da altri membri del gruppo. Può essere utile a un certo punto anche che il conduttore non sia visto come una specie che sta al di sopra di ogni cosa e che sa un’ipotetica

verità ma semplicemente come una persona complessa, che ha attraversato determinate esperienze e quindi fornisce un suo punto di vista che comunque deve dialogare con quello degli altri.

***11. Qual è stata una seduta che l'ha coinvolta maggiormente? Può raccontarmela?***

R: sa, dopo 49 anni di sedute... adesso lavoro meno ma c'è stato un periodo in cui avevo 6/7 gruppi contemporaneamente attivi e più altri gruppi che facevo non settimanale ma ogni tanto nei week-end con 6/7 sedute di seguito per cui ho cercato di calcolare quante sedute di psicodramma ho condotto, osservato e penso essere decisamente sopra le diecimila, e questo punto ricordare quale seduta mi ha colpito di più.... Io le ho raccontato quella con lo schizofrenico, ma potrebbero essercene mille. Anche perché ogni seduta che mi colpisce molto in un determinato momento, poi magari si sovrappone con altre; è un po' come gli amori della propria vita. Quando uno ha 17 anni magari gli sembra che il grande amore che ha avuto ha 16 anni fosse unico ecc. quando ne ha 30 ce ne sono solo forse tre o quattro, magari quello che ha avuto a 25 gli sembra forse quello più significativo ma chi lo sa, quando uno ne ha 80... sono come tante immagini che sono venute, sono state estremamente vive, che sono passate perché lui non è più lo stesso di allora, anche se ha qualcosa di allora. E quindi è difficile dire cos'è... certo, per com'è a un certo punto quello più intenso è stato quello. Il suo esserci di un altro momento è connesso uno con l'altro e chi lo sa. Ecco, io le sedute di psicodramma le vedo un po' così, sono state molto interessanti e significative in certi momenti me ne ricordo certuni, in certi momenti ne ricordo certe altre.

## INTERVISTA A MARCO GRECO

**Nome:** Marco

**Cognome:** Greco

**Età:** 65

**Genere:** maschile

**Laurea:** baccalauria in Teologia e laurea in psicologia

**Orientamento nella pratica psicodrammatica:** psicodramma moreniano

**Anni di conduzione di psicodramma:** 27

**In questo specifico momento storico pratica psicodramma online?**

L'ho fatto, ma tenderei a non farlo perché non lo trovo uno strumento che mi appartiene.

***A: Oggi lo pratica ancora o tutti i gruppi sono ritornati a essere in presenza totale?***

M: Tutto in presenza

***1. Cosa la affascina dello psicodramma come modello di terapia di gruppo?***

M: È la madre di tutte le terapie di gruppo. Il grande valore del gruppo; nello psicodramma moreniano non c'è l'interpretazione che è esplicitamente di derivazione psicomodinamica cosa che magari tu hai visto fare nella seduta con il Professor Maurizio Gasseau. Cosa mi piace? Mi piace dunque la regalità del gruppo, il fatto che sia luogo di libertà di espressione, luogo di spontaneità e creatività, luogo di non giudizio, luogo di lavoro con il gruppo, ma luogo di lavoro anche con il protagonista perché magari si può pensare che il protagonista venga depauperato e invece ci sono molti lavori con il protagonista che naturalmente hanno un risuono nel gruppo.

Mi piace il fatto che è una metodologia specifica molto articolata, abbastanza complessa ma anche molto definita, precisa e poi che abbia una teoria molto ricca non dettata solo da Moreno ma anche da tutti quelli che sono venuti dopo di lui, a

partire da sua moglie Zerka Toeman Moreno... Una ricca teoria fatta di tecniche, di strategie, di pensiero, di invenzioni...

Poi un'altra cosa che mi piace molto è l'uso del corpo. Il corpo che entra in azione, che comunica, che viene messo sul palcoscenico, per cui fa parte del processo di incontro relazionale di un gruppo, secondo questo metodo.

Poi un'altra cosa che mi piace moltissimo è il fatto che non si racconta, ma si agisce. Si ci sono dei momenti di aggiornamento prima della sessione, ma ad esempio quando il protagonista entra in azione, non racconta la sua vicenda; noi lavoriamo spesso al buio, magari si parte da un titolo o da un sentimento rispetto a una certa situazione, ma non la facciamo raccontare. Lui la mette subito in scena e poi lui lì incontra i suoi fantasmi, si attivano io-ausiliari e si monta la scena, si dà il via alla scena che magari la si riproduce per come è stata oppure anche no, dipende dai contesti e poi da lì si attivano varie cose: si può modificare il finale rispetto a quella scena, si può far accadere delle cose che nella realtà non sono accadute, incontri che non si sono verificati, si può continuare questa scena, ad esempio nel sogno, e Moreno lo dice in un famoso episodio, magari che è stato inventato, incontrando Freud a Vienna alla conclusione di un incontro negli anni '20 "Lei nel suo studio aiuta le persone, i pazienti a interpretare i propri sogni; io aiuto le persone a sognare ancora", adesso la frase non è esattamente così ma il concetto è quello. Noi abbiamo anche un po' interpretato "come interpretiamo questo sogno? come andiamo avanti?", ad esempio con la scena del desiderio...

Più che interpretare il sogno, il concetto è di lasciarlo lì, il sogno è questo e lo teniamo come base per un lavoro futuro, non per una riflessione, ma per un lavoro attivo psicodrammatico.

La persona esce dalla sessione anche emozionata, ma non disintegrata, emozionata, ricca, con la sensazione e l'idea che sia accaduto veramente qualcosa nella sessione. Ecco noi la chiamiamo sessione e non seduta perché Moreno la chiamava "session". La seduta richiama più un lavoro da seduti, mentre nello psicodramma, per esempio, non si sta nemmeno molto seduti, si sta anche seduti ma si sta molto in azione, sul palcoscenico. C'è un luogo della seduta, lo psicodramma moreniano è fatto di tre luoghi: palcoscenico, balconata che poi magari vedremo e l'audience, luogo così

chiamato da Moreno, il luogo dove vanno a sedersi i membri del gruppo quando emerge il protagonista e vi partecipano da lì.

Dunque, è per questo che mi piace: è una metodologia molto completa, molto rispettosa delle persone, non si accanisce con la psicodiagnosi, non c'è tutto un travaglio psicodiagnostico per cui bisogna categorizzare obbligatoriamente la persona. Lo dico e lo affermo e spero che mi sentano, chi di dovere.

Moreno, ad esempio, quando da neolaureato in medicina andava verso la psichiatria e aveva da fare un tirocinio, e siamo agli inizi degli anni '20 a Vienna, lui va a finire in un ospedale, ambulatorio gestito Wagner von Jauregg che poi prese anche il Nobel qualche anno dopo, ed era un ex-allievo di Kraepelin. Tu sai benissimo Kraepelin cosa ha rappresentato per il mondo della psichiatria: si è inventato un po' la nosografia, l'impostazione nosografica della psicodiagnostica per cui categorizzare i vari diseases come direbbe gli americani nel DSM per cui questo molto in funzione psichiatrica perché devono azzeccare i farmaci e ogni farmaco per un disease. Moreno durò qualche giorno nell'ospedale di von Jauregg e se ne andò dicendo di avere un'antropologia diversa, "a me non interessa affrontare la persona, il luogo, l'essere umano dovendolo categorizzare prima di poterci avere a che fare, io voglio poter incontrare l'uomo nella sua integralità", adesso lo dico con parole moderne, "nella sua olisticità per cui anzi addirittura arrivò in qualche passaggio a dire è un po' un errore ma anche un po' fuorviante affrontare l'essere umano in difficoltà, guardare l'essere umano dovendolo categorizzare obbligatoriamente per cui, questo però è un dibattito molto complesso in psicologia, sostanzialmente questa parte di secolo non ha vinto questa impostazione ma viceversa ha vinto l'impostazione molto medica per cui la clinica che, dal mio punto di vista, purtroppo è diventata di natura nosografica profonda, diciamo nell'audio della psicodiagnostica psichiatrica e non a caso vi fanno studiare il DSM, ora siamo al quinto ma stanno preparando il sesto, è appena uscito l'ICD-10. Insomma, ha vinto questa impostazione. Se tu vai in un ASL, l'atto clinico numero uno è il colloquio, anamnesi e magari test per capire, catalogare, categorizzare l'individuo in base ai suoi disturbi e dopo si capisce che tipo di terapia fare. Io sono molto lontano da questa impostazione clinica e mi sono trovato benissimo. Mi trovo bene e noto anche che quando ne parlo agli studenti la sentono come una cosa

nuova. Non a caso è appena uscito il PDM che porta un ragionamento differente, mette al centro non più solo il *disease* ma proprio l'atto relazionale e le difficoltà, per cui l'uomo nel suo ambiente. Adesso lo dico male e poi magari non è neanche così giusto, ma non importa, voglio dire che mi piace lo psicodramma perché prende la persona, per ciò che è, può anche iniziare a parlare del suo disagio psichico dopo sei mesi perché ha bisogno di trovarsi in una *holding*, per dirla come Winnicott, che magari andava sperando nella vita ma che non è riuscita a trovare e la trova dentro un gruppo di psicodramma in cui si coccola un po' anche grazie agli altri, le storie che emergono, potersi riconoscere. Non c'è un percorso uguale all'altro, ci sono percorsi molto rapidi mentre altri molto lunghi. Un'altra cosa che mi piace molto è che non c'è una rigidità, un'impostazione rigida, entro 10 sedute, entro 15 devi aver risolto il tuo problema. Noi non l'abbiamo, noi offriamo la possibilità di percorsi lunghi, distesi in base al ritmo psichico, spirituale, esistenziale della persona. Ecco un'altra cosa che è molto lontano è che non abbiamo l'esigenza di fare test, subito mandare in psichiatria, subito fare diagnosi, ma accogliere la persona e ho scelto lo psicodramma per questa ragione: si lavora con l'essere umano per ciò che è, nel suo ambiente e porta tutto ciò che vuole. "Quello è matto", è una frase che a volte si sente dire e bene, io non so se è matto, quanto è matto, io non lo so e così una persona viene in gruppo e vediamo e può scoprire di non essere poi così matto. Fa un'esperienza di relazione con gli altri, molto calda, molto rispettosa nel senso che ognuno nella sessione di psicodramma moreniano ha il suo spazio, ha il suo tempo. Ad esempio, ognuno ha due minuti per parlarci della sua settimana, se parliamo di sessioni a cadenza settimanale, e ognuno ha due minuti. Se una persona è logorroica deve riuscire a farci stare tutti nei due minuti, se uno dopo quattro parole ha esaurito allora è invitato ad arricchire perché il tempo c'è. A volte uno è diventato mezzo afasico perché è stato massacrato da giudizio ricevuto nella sua vita, alla fine è intimidito dal prendere parola. Invece anche solo fare esperienza di averla la parola per quel tempo lì che è tempo suo e non è tempo degli altri, ma è proprietà sua, questo è anche un po' un atto rivoluzionario.

## **2. Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?**

R: secondo me il terapeuta deve essere un artista.

***D: in che senso un artista?***

R: il terapeuta è un artista. È l'artista dell'essere umano. Il terapeuta è un genio. Non è un ragioniere, non è un medico, non è uno psichiatra di serie B.

Hai presente Picasso nelle almeno ultime tre fasi? Lui rappresentava come sentiva. È più la psichiatria che ha bisogno di contorni, di definirli e deciderli e su quello fa tutti i suoi ragionamenti. Io offro il palcoscenico e il gioco che io devo intercettare è il montarsi della persona dentro il gruppo in quel qui e ora, in quello spazio. Se si monta tutto storto io la colgo così, non è un problema mio. Vince la verità soggettiva e tutto dentro un atto relazionale. Il terapeuta deve essere un desideroso di incontrare la diversità dell'altro, per cui deve essere un artista e non deve avere dei paraocchi. I depressi... non saprei bene cosa sono i depressi. Sì, se vogliamo ci sono tutte le categorie ma non è questo il problema.

Il problema è "come incontro l'essere umano?". L'essere umano si incontra come lo incontrano gli artisti; quando poi ricreano per l'essere umano le opere, la musica, la pittura, la scultura, il teatro, la drammaturgia, la danza... in questo gioco del far incontrare essere umani valorizzando l'artista che c'è in ognuno bisogna anche essere un po' artista e non sicuramente dei classificatori, dei categorizzatori, dei burocrati... Io ho incontrato una persona che somministrava solo Rorschach. Quando l'ho incontrato io ne avrò fatti almeno cinquecento, non aveva pazienti ed era un perito del tribunale. Ci ha fatto lezione e io lo guardavo e notai che lui non guardava mai negli occhi, guardava le tavole, scriveva, poi magari era lui fatto così, però penso che l'incontro con l'essere umano sia un atto artistico e che bisogna esser un po' artisti. Poi naturalmente deve aver ben lavorato su di sé, deve aver scoperto le sue artisticità per cui tutti gli atti che compongono la vita delle persone, come ci esprimiamo noi e quindi il corpo, tutte le mansioni, il pensiero, i gesti, le scelte di vita... ci muoviamo nell'incontro con gli altri attraverso le nostre caratteristiche di personalità e anche tutta la nostra storia, traumi compresi. Bisogna quindi intercettare questo essere umano così.

Chiaro che se la persona si sente valutata, giudicata, supervisionata, scannerizzata non è un buon inizio. Ci sono anche alcune forme di terapia che invece fanno un po' queste operazioni e questo non mi piace tanto. Deve essere un artista anche perché poi devi saper usare il luogo, ad esempio il teatro di psicodramma e il teatro

stesso è un luogo di artisticità, deve essere capace di, per esempio, aiutare le persone a lavorare sul loro livello qualitativo di spontaneità e, come direbbe Moreno, “in nome della possibilità creativa dei suoi attimi” che vuol dire la persona che riesce a entrare in relazione con gli altri non in modo stereotipato ma in modo spontaneo come il momento richiede e per fare questo Moreno ha inventato il laboratorio di spontaneità che è il Teatro di Psicodramma. Poi bisogna saperci stare nel Teatro di Psicodramma. A volte c'è un bel teatro come questo con le luci, la musica, gli oggetti di scena ecc. a volte c'è una classe di scuola con degli studenti del liceo e quello diventa il Teatro di Psicodramma. Anche il *setting* non è proprio super adatto, qualche volta nelle università ci sono dei banchi fissi e di nuovo non è proprio il luogo più adatto, però il direttore è uno che si deve saper adattare, intercettare le caratteristiche del set in modo che possa diventare lui un elemento del *setting* utile per tutti, anche per lui stesso, perché se poi il direttore non si diverte, non gli piace quel lavoro lì è come un attore a cui non piace recitare, ma anche un calzolaio a cui non piace fare le scarpe e poi non farà delle buone scarpe così come non fa di buoni film l'attore a cui non piace recitare.

Deve essere un bravo professionista e c'è bisogno che abbia una grande cultura. Psicodramma è una delle cose più complesse e ha anche una radice culturale molto antica, Moreno nasce alla fine dell'Ottocento. È una delle più antiche discipline del mondo. Hanno prodotto miliardi di documenti, libri, ricerche, riviste... A volte si dice che gli psicodrammatisti non scrivono, in realtà non è vero, magari non scrivono benissimo, però scrivono e pensano e in tutte le lingue e luoghi del mondo. Trovi lo psicodrammatista più o meno bravo ma, ecco, la cultura è un'altra cosa molto importante e molto interessante. La persona che viene dentro un contesto non deve sembrare in un contesto di villaggio a ballare con il corpo e fine, ma deve sentire che c'è una storia, una tradizione, una metodologia profonda, un luogo di grande accoglienza e soprattutto di persone che ci sanno fare, sanno cosa deve succedere in quel luogo lì e poi lo fanno succedere, ma non perché abbiano delle idee preconcepite, ma sanno la potenzialità del luogo, del *setting*, della metodologia precisa per cui fa veramente accadere quel che deve accadere e aiuta le persone a far loro, e nella relazione gruppo, accadere le cose che potenzialmente debbano poter accadere perché quello è il momento, quello è il tempo e gli argomenti che

stanno emergendo son quelli e che quindi il conduttore sappia tirar fuori tutto quel succo relazionale che quel momento offre.

**3. Qual è l'emozione portata nel gruppo che le rende più difficile la conduzione?**

R: Non esiste. Si esiste un'emozione del gruppo, un risuono telico. Dipende dalla qualità telica che gira all'interno del gruppo in quel momento e se il direttore è stato bravo a suscitare relazioni, condivisione anche tra lui e il gruppo e tra gli elementi del gruppo. Diciamo che dipende.

La difficoltà del direttore non è tanto in nome di qualche sentimento in particolare, è quando non riesce a sviluppare un buon clima telico all'interno del gruppo, per cui non emerge niente ed è tutta roba mentale in cui ci sono dei rivoli emotivi.

Quando non si riesce a far accadere granché per cui ci sono grandi racconti, però alla fine non c'è lo spazio per l'accadimento gustoso.

Io sono della scuola di Daniel Harold Casriel rispetto alla "*bonding therapy*" cioè terapia dell'urlo. Casriel categorizzava le emozioni in cinque di base che sono la rabbia, la paura, il dolore, l'amore e il piacere e con tutte le sfumature e integrazioni.

In nome di questo a me piace molto lavorare con tutte queste cinque emozioni e con l'incontro tra esse. Infondo nella sessione si fa anche un po' di didattica perché le persone imparano anche cosa sono le emozioni provandole e non parlandoci sopra e poi definendole perché la sessione di psicodramma è fatta di due momenti fondamentali. In un primo momento è in azione l'io-attore per cui si attivano delle strategie, delle scene, si fa inversione di ruolo, ma anche solo, per esempio, con un saluto con gli occhi, poi bisogna salutarsi con le mani, salutarsi con i piedi, salutarsi con ciò che si vuole, poi ci si siede e vede cos'è successo dentro di voi in questo saluto plurimo e allora si dà parola un minuto a testa per dire qualcosa. Un primo momento l'io-attore. Secondo momento è in azione l'io-osservatore: io mi guardo rispetto a quello che è successo con tutte le emozioni del caso, ad esempio il contatto visivo mi imbarazza oppure è stato piacevole, bello. Dunque, il direttore non è in difficoltà con le emozioni, è in difficoltà con le non-emozioni per la sua capacità a non suscitare e farle vivere. Non esiste un'emozione facile/difficile o positiva/negativa, a volte si dice la rabbia è negativa e l'amore è positivo, non esiste, sono le emozioni e sono quelle.

***D: magari c'era una situazione specifica che a lei personalmente rende più difficile la conduzione perché magari suscita in lei una determinata reazione? Oppure tutto è abbastanza simile...***

R: Tutto è abbastanza simile. Solo quando ho iniziato mi faceva un po' impressione la rabbia. Io ho lavorato nelle comunità terapeutiche quindi a volte l'emozione della rabbia tirata fuori per com'è forte, gridi come un pazzo, sudi, sbatti pugni. Moreno ha inventato uno strumento che è una specie di mazza di gomma piuma con un manico chiamata "batacca" e batti la batacca contro qualcosa.

Quando facevo comunità mi era stato detto, per tirar fuori la rabbia, di andare in una galleria e di iniziare a gridare tutte le cose, tirare fuori tutto, tanto non mi avrebbe sentito nessuno, e io l'ho fatto. Ero a Genova e lì c'è molta gente che grida come dei pazzi. Quando una persona ne ha preso confidenza poi non c'è più il problema; sarebbe un problema se non ci fosse più la rabbia perché, spesso, sotto c'è qualcos'altro tipo paura, dolore che è un altro tema importante e a questo proposito anche le lacrime sono importanti. Noi teniamo una scatola di fazzoletti e a volte succede di metterli nelle mani del protagonista dicendogli che può piangere, è autorizzato a farlo.

Anche tutti i sentimenti di piacere, con gli abbracci, il corpo, sono importanti e gli ultimi due anni ci hanno tolto una grande parte del lavoro con le emozioni perché se non le provi nel corpo manca qualcosa. Ecco, il direttore negli ultimi due anni è stato molto in difficoltà sotto questo punto di vista perché non abbiamo potuto accedere a questa potenzialità dell'essere umano di contattare l'altro attraverso il corpo e le emozioni e, viceversa tutte le discipline mentali e narrative che si raccontano non cambia molto, mentre il setting psicodrammatico, il corpo e la corporeità sono davvero molto importanti.

***4. A seguito di una seduta particolarmente difficile da gestire emotivamente, il terapeuta come gestisce nel gruppo questa ricchezza emotiva?***

R: La fa capitare, non è difficile, perché io spero che la persona si fidi e si fidi del gruppo e si fidi del direttore e abbia molta voglia di esplorare, di comunicare le sue emozioni, tirarle fuori, esprimerle, agirle, se in una scena è protagonista, nei confronti di una serie di personaggi Io-ausiliari del suo mondo rispetto a quella scena. Quello che deve capitare capita. Diciamo che è sempre molto importante che

capiti. Il difficile non è quando capita ma è quando non capita, quando io sento che dovrebbe piangere e la persona ride, dovrebbe battere i pugni e la persona scappa: quello è il momento difficile, non è quando tira fuori ciò che prova.

***D: quindi come si gestisce la situazione opposta?***

R: Moreno ha inventato il doppio quindi la persona ha tutta la legittimità a bloccarsi, pietrificarsi, non sapere e allora il direttore interviene, mette la mano sulla spalla. Ad esempio, se io sento che una persona dovrebbe arrabbiarsi, prendere la “batacca”, si può usare la tecnica della sedia vuota e il doppio e questo montare della situazione coinvolge la persona che in quel momento ha tutto il diritto anche di essere bloccata, un po' sfuggente, ecc. e allora comincia a sintonizzarsi con il doppio dell'altro. Il doppio è una tecnica molto interessante.

***D: ma le sedute potrebbero durare di più nel caso una persona entrasse in sintonia con più calma?***

R: le sedute durano sempre due ore e quindi l'artisticità del direttore consiste nel fatto che io devo stare nelle due ore. Il tempo dipende dal contratto, ma io devo stare nel tempo stabilito. Il direttore diventa anche un'artista del tempo, come il regista teatrale.

***5. Il terapeuta come dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta un partecipante fosse ancora piangente?***

R: Il conduttore ha semplicemente sbagliato. Se ancora piangente vuol dire che non ha finito, ha calcolato male il tempo, non ha integrato adeguatamente il protagonista. Perché poi ci sono diversi livelli di integrazione e l'ultima è quella con il gruppo chiamato “sharing” e deve durare dai 10 ai 20 minuti circa e se manca è un problema, serve proprio per aiutare il protagonista ad arricchire il suo lavoro e a cucire il suo lavoro all'interno di un processo di gruppo per cui le persone si riconoscono nel lavoro del protagonista, magari sono stati Io-ausiliari, sono state sollecitate ad agire alcuni ruoli, ad esempio di essere “un padre buono” ma la persona può aver avuto un “padre cattivo” e di aver avuto un'esperienza diversa, ha agito un ruolo che non ha mai provato e così grazie alla scena la persona ha sperimentato che il padre può essere anche buono per cui in questo caso anche l'Io-ausiliario padre a sua volta ha fatto un piccolo lavoro da protagonista. È chiaro che alla fine della sua scena la persona può essere scossa perché fare un lavoro da

protagonista non è acqua fresca però l'ultimo quarto d'ora di partecipazione finale con i suoi compagni di gruppo lo aiutano anche a mettere dentro le parti, tranquillizzarsi, sentire il valore dell'azione terapeutica del gruppo per cui lo suturano e accudiscono un po' dopo come un'operazione a cuore aperto. Questo in finale. I primi passaggi integrativi il direttore li fa con il protagonista dentro l'azione del protagonista per cui ci sono dei passaggi al termine del lavoro del protagonista che servono proprio per aiutare il protagonista che si è un po' disintegrato nella o nelle scene precedenti a integrarsi e integrarle che sono emerse durante la sua scena per cui può essere stanco con del *pathos*, eccitazione, però non piangente, disintegrato oppure sofferente.

Mi è capitato solo una volta in cui la persona sia andata via con dubbi, un po' insatura ed è un po' rischioso ma lo si può fare quando sei sicuro che questa persona nel frattempo non faccia niente, non abbia incidenti, può capitare, e possa accettare la frustrazione di non essere arrivato da qualche parte significativa perché lo psicodramma non è consolatorio ma è anche un po' uno specchio della sua realtà. Durante un gruppo continuativo, settimanale, io posso mandare a casa, chiudere la sessione, anche volutamente, non così integrato, con una situazione un po' insatura perché magari questo lavoro iniziato durante le sessioni di psicodramma continui nei giorni a seguire tanto so che una settimana dopo lo rivedo e magari lui, il gruppo, il direttore si sono dati un compito e sarà poi interessante rivederlo la settimana successiva. Io ho bisogno di mandarlo via un po' insaturo, inquieto perché quello gli farà prendere iniziativa altrimenti se io lo mando via tutto pacioso, cosa che generalmente avviene, in alcuni casi essendo un lavoro terapeutico, non si può mandare via con l'idea che fa bene non lavorare su certi temi, fa bene a rimanere così... Deve attivarsi la funzione di specchio in qualche modo e quindi che lui vada via con l'idea che se lui continua così non ha futuro, non ha relazioni, non ha amici, non finisce l'università... e allora deve andare via un po' scosso con dei punti interrogativi perché quello gli consente di innescare e continuare un lavoro tra una sessione e l'altra perché uno dei rischi è di andare allo psicodramma per risolvere i propri problemi, ma invece si va per metterli a fuoco, fare esperienza, però poi è nella vita che si affrontano le proprie tematiche perché pensare di andare da

qualcuno con la bacchetta magica, di essere guarito e che qualcuno affronti i problemi al tuo posto. Non esiste questo tipo di idea.

***D: quando una persona inizia un percorso di psicodramma, può farlo durare tutta la vita?***

R: certo. Una media di percorso è di un anno e mezzo/due anni, poi c'è chi si ferma di più e chi di meno. Ci sono anche persone che poi si trovano bene in gruppo ed è anche un modo per vivere, poi anche durante le diverse fasi della vita la persona cambia, ma è bella questa idea.

Tranne l'ambito analitico in cui ci sono analisi che durano tutta la vita, il gruppo consente un panorama emotivo, relazionale, cognitivo molto vasto con l'ingresso e la conclusione delle varie persone. Il gruppo diviene sempre un po' in continua evoluzione.

***6. In che modo la catarsi emotiva è utile per la cura del singolo e/o del gruppo?***

R: bravo il direttore che riesce a creare una situazione in cui la catarsi si manifesta perché se c'è troppa roba mentale la catarsi te la scordi.

Ci sono diversi tipi: abreativa, integrativa che sfociano nel pianto, nel piacere di incontrare. È sempre catarsi ma ha un valore diverso.

Zerka Toeman Moreno dice questa frase "il protagonista non vi deve la catarsi", non è obbligatorio che avvenga.

Ci sono, possono anche essere delle catarsi un po' finte: una persona grida, si dimena e poi magari non prova così tanto.

***7. A suo parere, la rappresentazione di una scena che ha un forte impatto emotivo e catartico sul gruppo in che modo ne influenza la partecipazione?***

R: la arricchisce

***D: può anche inibire la partecipazione del gruppo?***

R: se si spaventa, però sa, quando si sta in gruppo e soprattutto quel tipo di gruppo in un ambiente psicodrammatico veicola l'idea che qui può accadere tutto ed è bene che tutto accada quello che deve accadere. Sì, può essere che magari qualcuno che è appena arrivato nel gruppo si spaventi, però man mano capisce che ci sono delle dinamiche che accadono e che tutto va bene, tutto è giusto, tutto è possibile, tutto è legittimo e anche desiderato perché se una persona ha bisogno di dire qualcosa in

modo aggressivo al suo capo, deve poterlo fare. C'è anche una verità nelle cose. "Sai capo vai, se possibile, vi inviterei un attimo, la manderei leggermente", questo non si può dire perché già accade tutti i giorni perché questa persona per stare lì in qualche modo deve fare un ragionamento; invece, nel gruppo di psicodramma può accadere quello che nella vita di tutti i giorni non può accadere se no altrimenti la persona perde il posto, chiamano la polizia, chiamano la guardia medica, ecc. e non è il caso. Dunque, nel gruppo, proprio perché il capo non c'è, può accadere quello che deve accadere anche con la forza e l'intensità con la quale la persona vive quel momento.

C'è un'emotività di gruppo. Alla fine, il gruppo empatizza o, meglio, elizza con la protagonista e le persone tra di loro e man mano il co-conscio gruppale si arricchisce volta per volta. Per cui io non solo non mi stupisco che avvengano delle cose ma mi aspetto che avvengano delle cose, ma anche tra di loro si aspettano che certe cose avvengano, che certe robustezze emotive si manifestino perché se no si ripiomba in quella falsità un po' borghese, psico-borghese per cui le persone alla fine si adattano, gingillano un po' con la loro vita, galleggiano, sono un po' prigionieri del loro percorso ma anche un po' del loro percorso emotivo e hanno paura degli accadimenti dentro la loro vita e, ad esempio, non conoscono le loro emozioni, come le manifestano, perché censurandole costantemente e castrando la loro esplicitazione, la loro manifestazione alla fine non sanno neanche come vivere la rabbia.

Ad esempio, quando senti parlare di raptus, a volte la persona ha talmente coartato quell'emozione che quando esplode nella vita rischia di far capitare delle cose super spiacevoli e anche cose irreparabili per cui avere un luogo in cui finalmente possono accadere le situazioni. Questa è la meraviglia di una disciplina come questa.

**8. *È mai capitato di provare forti emozioni legate al contesto in cui si è tenuto il gruppo? Se sì, in quale contesto?***

R: per esempio qualche settimana fa ho tenuto un gruppo con persone che avevano un contenuto di rabbia molto forte per il covid, il governo, le restrizioni, ingiustizie patite ed eravamo in teatro e ho posto davanti a loro dei cuscini e su questi cuscini ci sono le persone con le quali voi state maturando, avete maturato la vostra rabbia e ora fate come volete. C'è stato un quarto d'ora di rabbia, grida, è stato bellissimo

e c'è stata una sorta di rabbia di gruppo. Nell'ordinario c'è più la rabbia di tizio, il dolore di caio, il piacere di sempronio, c'è più una varietà di cose e poi magari emerge un protagonista che non è sempre quello che porta la rabbia, magari è quello che finalmente porta il piacere e ha bisogno di andare a vedere il perché. È pronto a fare un lavoro sul piacere che è uno dei sentimenti più complessi che esistono. Poi naturalmente anche gli altri collaborano, vivono a loro volta, empatizzano, ecc. ma il lavoro è con quella persona

***D: ma se in una sessione una persona porta un sentimento doloroso o comunque “negativo”***

R: Togli negativo perché nessun sentimento è negativo o positivo, non darei un aggettivo perché sarebbe un po' fuorviante

***D: Una persona porta un sentimento doloroso oppure di rabbia o altri sentimenti e dall'altra parte c'è una persona a lei opposta che non riesce a empatizzare con la persona***

R: ma perché dovrebbe? Io non lo chiedo. Io non chiedo “chi capisce la rabbia di tizio?” a me non interessa, solo se tizio facesse il protagonista allora agli altri verrebbe richiesto di fare l'io-ausiliari. Nella partecipazione finale caio che non empatizza, sostenendo che “io la rabbia non la provo da 42 anni, da quando mio padre mi ha rotto tutti i denti con un colpo di cinghia, mi mandò in ospedale, ci rimasi due mesi perché non mi funzionava più un osso e allora io ho vissuto un trauma per le reazioni, mi sono censurato per 20, 30, 40 anni. Mi fa paura, è un sentimento che non conosco...” ho inventato. Bene, allora sentiamo anche l'altra persona e se c'è stato un lavoro sulla rabbia da parte del protagonista ognuno porterà qualcosa.

Poi, non c'è un lavoro sulla rabbia, c'è un lavoro sui sentimenti e sì, ci può essere un sentimento base, ma c'è una gamma di sentimenti durante il lavoro del protagonista e verso la fine speriamo che si possa integrare con un'emozione come il piacere, l'amore... e che quindi si possa andare a concludere con una distensione o una composizione. In generale non si chiude mai con la rabbia “fine partecipazione” perché la persona che l'ha appena portata ha gli occhi fuori dalle orbite, ha il batticuore, è tutto sudato, non lo puoi congedare così.

***D: ma può succedere che si condizionino a vicenda le emozioni e quindi lavorare con meno efficacia***

R: no, assolutamente no. Il Teatro dello Psicodramma è il luogo della grande empatia, per cui ci devono essere questi scambi relazionali anche sul tema emotivo, ed è tutta ricchezza.

Ripeto, se c'è qualcuno che è in difficoltà con qualche emozione in particolare ha modo di dirlo. Essendo un percorso, io oggi lo riconosco, e poi magari successivamente ci faccio dei lavori e a un certo punto troverò modo di venirne fuori da quella specie di en passant su quella particolare emozione e andrò a capire come mai io ho quell'en passant. Questo anche nella vita di tutti i giorni.

Per esempio, toccare le persone che non toccano, e dopo questi due anni di pandemia dovremmo fare dei gran lavori se abbiamo capito qualcosa sul contatto, toccare, non distanziamento.

Certi sentimenti si portano in gruppo ma poi bisogna anche vedere come si portano nella vita. Le due cose sono strettamente collegate: gruppo-vita. È veramente un percorso per cui il momento della vita di tutti i giorni, la quotidianità è esternamente importante perché è lì la vera prova del fuoco. Se in qualche modo ho trovato un modo per riconciliarmi con il mio capo perché ho trovato delle soluzioni in gruppo, poi vado al lavoro il giorno dopo e se di nuovo provo molta rabbia allora devo fermarmi un attimo e poi portare questa situazione al gruppo e pensare di provare a capire ancora qualcosa che magari è sfuggito.

La prova del fuoco è la vita, l'evidenza, al di là di tutte le chiacchiere.

***9. In che modo il suo lavoro così ricco emotivamente influenza le sue relazioni personali e i suoi rapporti sociali?***

R: molto perché il lavoro più bello del mondo se lo si fa divertendosi e con una certa padronanza; se invece una persona lavora male o lavora senza soddisfazioni ecc. nella vita quotidiana ti tagli. Questo vale per tutti i lavori, in particolare quelli nella relazione d'aiuto c'è bisogno che la relazione d'aiuto sia arricchente ma anche salvaguardante perché se poi la relazione d'aiuto consuma, che poi un po' consuma, ma se consuma di più rispetto a quello che da' allora non va bene perché non duri nel tempo e lavori male.

Ad esempio, una delle cose belle che succedono nello Psicodramma Moreniano è che proprio perché non c'è l'interpretazione diretta del terapeuta o del co-terapeuta, ma l'interpretazione è rilanciata costantemente nel gruppo attraverso le sue consegne (del direttore), il direttore può non caricarsi così tanto del transfert. Si carica in minima parte del transfert del protagonista e del gruppo che vorrebbero poter buttare sul direttore, perché il tema è del protagonista che ha i conti aperti e non con il direttore ma con tutti i fantasmi del suo mondo interno e il direttore è colui che facilita questo processo intrapsichico che diventa extra-psichico ma di cui non si fa carico, non se lo assume, non è richiesta nella meccanica terapeutica-paziente perché c'è il gruppo di mezzo e il gruppo è un medium fondamentale e il gruppo è colui che fornisce l'io-ausiliari per il protagonista per le sue scene e quindi avviene tutto lì dentro.

Certo, il direttore deve essere bravo a non caricarsi di transfert. Il doppio del direttore, perché anche il direttore può fare il doppio, “e dunque, a questo punto ti dico che...” e il protagonista deve continuare perché se il direttore dicesse al protagonista “cosa senti?” vuol dire che il protagonista dovrebbe rispondere a lui direttore e non ad esempio al papà.

Oppure, senti il direttore che è accogliente e si interessa mentre il padre è evitante, aggressivo e magari hanno anche un'età anche analoga per cui sovrappone un po' le figure e le dinamiche e il direttore non provoca mai la relazione diretta con il protagonista o con i membri del gruppo, sta sempre ai margini, anche la sua posizione che non è al centro e dirige, prende il protagonista e lo porta sul palco ma poi lo lascia per non essere di intralcio e il direttore non interpella mai il protagonista perché, ripeto, altrimenti si attiverrebbero dei meccanismi transferali che non sono quelli desiderati.

Il doppio del direttore è uno strumento molto importante perché consente al protagonista di non doversi concentrare e anche disturbato dalla presenza del direttore, ma c'è la sua presenza che aiuta il protagonista a tirar fuori e lo aiuta a consegnarsi nella scena e nella relazione con i fantasmi che lui ha evocato nella scena e sente il direttore come facilitatore e non più come un interlocutore.

È un concetto abbastanza complesso.

A volte succede che il protagonista se la prenda con il direttore ed è chiaro che in quel caso c'è un atto transferale.

**10. *Ritiene utile condividere i suoi vissuti e i sentimenti all'interno delle dinamiche del gruppo? Se è successo, quando e con quali obiettivi?***

R: no, non lo ritengo assolutamente utile perché non c'entra niente il gruppo. Perché mai dovrei caricare il gruppo delle mie cose? Vado un po' contro Carl Rogers che, nel suo antico testo "I gruppi di incontro", un giorno arriva e parla proprio di una cosa sua accaduta. Anche lui lo dice che è un'eccezione che conferma la regola sostenendo che in qualche modo il gruppo è un organismo vivente che vive con me. Diciamo comunque no.

**11. *Qual è stata una seduta che l'ha coinvolta maggiormente? Può raccontarmela?***

R: tantissime. Ricordo una volta una signora che venne a fare un colloquio dicendo di avere un tema che non avrebbe detto a nessuno e che non avrebbe trattato e poi non me lo disse. Un giorno feci un lavoro su un atto abortivo che lei aveva fatto e aveva un rapporto molto conflittuale con suo padre che era recentemente morto. Quel giorno era disperata incontrando suo figlio non nato e a un certo punto coinvolge suo papà rispetto alla persona con cui dovrebbe fare i conti rispetto a questa vicenda e lei nei panni di suo padre l'ha perdonata. I suoi panni sono stati ricoperti da un alter-ego e lei nei panni di suo padre l'ha perdonata e poi è tornata nei suoi panni e l'Io-ausiliare padre fa questa azione di persone; anche il bambino l'ha perdonata con la stessa meccanica, cioè lei nei panni del bambino si perdona e nei panni del papà si perdona. C'è stato un rapporto triangolare tra lei, il bambino e suo padre. C'è stato un lavoro di perdonanza, di necessità di perdono che durava da tanti anni e infatti poche sessioni ancora e poi la signora finì e fu una sorpresa anche per me, ma è come se lei avesse avuto bisogno di un periodo di gestazione per tirare fuori questa cosa e non penso che neanche suo marito sapesse che lei fosse incinta, era un segreto suo e neanche suo padre lo sapeva perché nel mentre morì. C'era questo forte tema di suo padre che nel frattempo era anche morto, per cui due morti. Questa è una sessione che ricordo con particolare intensità, ma ce ne sono anche altre. È un lavoro molto profondo. Lo psicodramma fatto bene, con tutta l'intenzione, tutto l'amore è molto profondo efficace.

## INTERVISTA A CLAUDIO GIACOBBE

**Nome:** Claudio

**Cognome:** Giacobbe

**Età:** 69

**Genere:** maschile

**Laurea:** lettere e filosofia

**Orientamento nella pratica psicodrammatica:** psicodramma analitico junghiano

**Anni di conduzione di psicodramma:** 28

**In questo specifico momento storico pratica psicodramma online? Sì**

***D: Posso chiederle se si trova bene con lo psicodramma online? Le è comodo oppure preferisce di persona?***

R: Non è psicodramma. Io non lo chiamo più psicodramma. Lo chiamo terapia di gruppo perché comunque la corporeità non c'è. Non si possono fare tante cose, bisogna imparare a usare le tecnologie che danno la possibilità, ad esempio zoom piuttosto che altro. Si può fare, non saprei ancora se chiamarlo "psicodramma". Non mi piace in questo momento dire "è lo psicodramma", non so cos'è. Sicuramente copia lo psicodramma, ma non c'è una corporeità.

Per corporeità intendo se la prendo per mano e se invece facciamo la stessa scena online non la prendo per mano, non la tocco, immagino di toccarla. Sicuramente entriamo in una dimensione di realtà virtuale che se la proiettiamo nel futuro è qualcosa che con cui dovremmo e dovrete confrontarvi.

***D: Al momento i suoi gruppi di psicodramma sono tornati tutti in presenza o ne tiene ancora qualcuno online?***

R: Ne tengo uno online e uno in frequenza.

Online chiaramente aiuta chi viene da fuori Genova e questo è una possibilità enorme di non spostamento. Chi veniva da un'altra città non si sposta.

Anche pazienti individuali che venivano da un'altra città non sono più tornati in presenza.

Questo è comprensibile sia per chi ha una sensibilità ecologica: spostamento, inquinamento e sia per chi spende meno e comunque è molto più comodo.

R: non so com'è la risposta in generale, se ha già fatto qualche interviste su questo

***D: Sì. Chi tiene o ha tenuto psicodramma online preferisce quello in presenza e anche gli altri gruppi sono tornati alla presenza totale. C'è comunque maggior comodità nella presenza.***

***1. Cosa la affascina dello psicodramma come modello di terapia di gruppo?***

C: Allora, premettendo che io faccio uno psicodramma analitico individuativo che nasce dalla coniugazione tra esperienze di psicodrammatisti ed esperienze di analisi duale; quindi, io nasco come psicologo analista junghiano e lo psicodramma che pratico io è una coniugazione tra psicodramma classico moreniano e analisi duale. Cosa significa questo? Significa che se devo rispondere se mi affascina direi che non mi piace dire che mi affascina cioè non è che mi ha affascinato lo psicodramma e mi sono avvicinato allo psicodramma, non sono nato psicodrammatista, sono nato come professione analista junghiano.

Quindi, affascinare non è una definizione che mi rispecchia. Posso dire che mi sono avvicinato e poi ho praticato lo psicodramma per l'aspetto non verbale. Cosa vuol dire questo? Che le scene rappresentate portano il paziente e le persone che lo fanno a coinvolgere l'espressione mimica, l'espressione gestuale, quello che chiaro è nello psicodramma.

Può strutturarsi di tutte queste situazioni: toccare, sentire, odorare, fastidio... si realizzano nella scena psicodrammatica e questo per me è stato un momento che mi ha interessato; soprattutto perché per me tutte le scelte che ho fatto nella mia vita hanno coinciso con un qualcosa che avveniva nella mia vita. Processo personale e processo professionale quindi. È sempre stato bisogno di corporeità che fino ad allora non avevo vissuto e allora non mi piace dire che mi affascina anche se so che è una bella espressione questa dimensione dell'affascinare.

Mi piaceva ancora, perché poi mi sono segnato qual è la differenza che mi affascina nel condurre un gruppo rispetto all'analisi duale o anche rispetto a una gruppo-analisi, che i problemi, le questioni vengono esposti, discussi, viscerati e messi in

scena non solo astrattamente. Viene fatta una scena dove il narratore diventa un qui e ora e quel problema viene messo nella scena, lì, come se fosse una fotografia dove se io porto, banalmente, la discussione con una compagna, la mamma, il papà, focalizziamo il problema e mettiamo in scena quella situazione.

R: a me ha incuriosito professionalmente questa differenza, questo mi ha fatto avvicinare allo psicodramma

### ***2. Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?***

R: Non so se chiamarle caratteristiche. Io sono di formazione analitica quindi parto dal fatto che la caratteristica, visto che la domanda è su questo, perché abbiano una buona comprensione di sé non solo come conoscenza verbale quindi cognitiva, comportamentale e teorica, ma una buona conoscenza dei suoi vissuti cioè quindi una buona conoscenza, anzi non conoscenza, questo è importante, ma comprensione, una buona capacità di gestire e di comprendere le sue emozioni: la gioia, la tristezza, la paura, l'ansia, il panico, la depressione, l'averle provate e averle affrontate.

Questo per me è la caratteristica di un buon psicodrammatista

Se non capisce delle cose chiedi oppure mi richiami e le vediamo perché per me è importante che queste cose nella sua tesi escano pulite, se metterò la mia intervista, perché c'è sempre molta confusione su questo che poi si vedrà nelle domande successive che io le chiarirò.

### ***3. Qual è l'emozione portata nel gruppo che le rende più difficile la conduzione?***

R: Non sono le emozioni, ma la razionalità. Non c'è per me un'emozione anzi no, certo che c'è, ma la mia difficoltà è quando si impiega un sacco di tempo ad arrivare al gioco e alla scena, quando tutto viene continuamente rimandato sul piano astratto e non si riesce mai ad arrivare a una scena perché l'altro continua a raccontare...

Quindi quando si rimane sul piano astratto per me è la difficoltà maggiore, poi ci arrivo, ho pazienza, ma non c'è per me un'emozione che mi crei difficoltà.

***D: Le è mai successo che magari non si riuscisse ad arrivare a una messa in scena/a rappresentare una situazione?***

R: Mi può fare un esempio? Ho bisogno di immagini o fotografie

***D: Magari in una seduta nessuno ha portato un problema o una situazione da mettere in scena e quindi la seduta non è stata... Le è mai capitato di fare una seduta e non mettere in scena nulla?***

R: Quindi di non arrivare a una rappresentazione?

***D: Sì***

R: Allora qui bisogna fare una distinzione: un gruppo terapeutico è un gruppo esperienziale che si vede una volta, un fine settimana e poi non si rivede più.

Un gruppo terapeutico ha una sua storia: ha un inizio, una fase iniziale che è una fase di accettazione, quindi, è proprio difficile che se hanno accetto di fare un gruppo di psicodramma non portino subito qualcosa e quindi io non mi ricordo di gruppi terapeutici che all'inizio non hanno portato nulla, anzi. Si c'è sempre qualcuno che sta in disparte, ma io lo lascio in disparte una sessione, una seduta, la seconda lo stimolo, chiedo, vedo se partecipa. Scena, gioco, condivisione, c'è lo sharing e poi altro gioco, scena, condivisione, sharing e alla fine la mia osservazione di quello che è avvenuto.

All'inizio non trovo, successivamente, quando il gruppo si è strutturato, quando si sono conosciuti, ecc. ci possono essere dei momenti, ma sono rari, perché ormai chi è rimasto dopo due mesi, quattro mesi, dopo un anno viene appositamente perché ha scoperto che il giocare lo aiuta a tirare fuori, ad affrontare i problemi quindi nella pratica, direi di no.

Teoricamente posso dire che se questo accade dipende come lo vivo io. Se mi creò ansia e sento che in realtà per me l'ansia non è dovuta tanto a qualcosa che è emerso, ma è l'ansia del gruppo, allora cerco di aiutare a far venire fuori qualcosa, per esempio dico "qualcuno sta vivendo un sentimento particolare che lo mette a disagio? Prima mi passava per la mente questa paura di..." se era una paura di "si è vero, io provavo questa paura" e piano piano si arriva a rappresentare un momento

della realtà in cui Claudio provava quella paura, oppure io lascio anche il silenzio, se il gruppo ormai è ben strutturato e non c'è nessuno nuovo io lascio il silenzio.

Il verbale dopo un po' io lo fermo. Se una persona vuole parlare io dico "bene adesso vieni a giocare un po' e proviamo a giocare" e stoppo la dimensione razionale.

Ogni tanto c'è qualcuno nel gruppo che arriva ed è razionale. Capita più a persone di sesso maschile che a persone di sesso femminile. Per me, come ho detto prima, il razionale non è una priorità e quindi lo interrompo, non in maniera violenta.

Se è questo che mi chiedeva?

***D: Sì, anche a livello di emozioni. Magari l'emozione della rabbia è un'emozione per lei difficile da gestire perché sente il gruppo che poi magari si accanisce contro di lei, oppure un'altra emozione...***

R: No perché io sono arrivato a uno psicodramma dopo 10 anni di professione individuale, 4-5 anni di analisi individuale e quindi reggo anche la rabbia dell'altra persona.

Nel gruppo è più difficile che emerga la rabbia verso il conduttore, caso mai emerge più una rabbia tra qualcuno del gruppo. Nella seduta individuale è più frequente che possa nascere la rabbia.

***4. A seguito di una seduta particolarmente difficile da gestire emotivamente, il terapeuta come gestisce nel gruppo questa ricchezza emotiva?***

R: Allora, qui iniziano le cose che le dico 'dipende'.

Se è una ricchezza, come è nella domanda, cioè una conquista positiva, la recupero nell'osservazione finale mentre altre volte la lascio ai vissuti del gruppo che è di per sé contenitivo. Non dico nulla, lascio. Se sento che quella emozione è all'inizio e ha bisogno di svilupparsi, sempre il gruppo che non è all'inizio.

***D: Perché poi potrebbe capitare che l'emozione o comunque l'impatto emotivo si consolidi settimanalmente e che quindi poi le riproponga il tema?***

R: Sì. Se invece in quel momento sento che quell'emozione è distruttiva cioè crea peso, crea depressione, e basta vedere gli sguardi, se sono tutti chiusi in sé stessi, io

cerco di recuperare un momento positivo e di chiudere o di uscire da quella situazione arrivando a rappresentare una scena positiva.

È un po' come un'immaginazione attiva dove accolta, abbracciata in qualche maniera questa dimensione di un'emozione distruttiva: "ok siamo in questa situazione, poi la affrontiamo, però in questo momento è ancora presto, siamo stanchi, ricordiamo, ricordati, perché poi c'è un protagonista o se è tutto il gruppo allora ricordatevi, un momento positivo, vi viene in mente un momento positivo?" se non viene in mente si prende l'ansia, però poi qualcuno la rompe ed è difficile, perlomeno a me non è mai capitato, di stare in una situazione, credo che possa accadere, i colleghi ne parlano, soprattutto se in questo momento conducessi un gruppo in Ucraina, per esempio, ma allora lì si ha a che fare con il trauma e allora si lavora in tutt'altra maniera.

Io sto parlando di gruppi di persone, di pazienti nevroticamente sani e non con patologie gravi. Quando ci sono patologie gravi o traumi le cose che dico adesso non vanno bene, questa è un'altra precisazione da fare.

Quindi in quel caso recupero la scena positiva e la faccio rappresentare in modo che si possa uscire fuori da questa situazione di chiusura e di costipazione.

**5. *Il terapeuta come dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta un partecipante fosse ancora piangente?***

R: Dipende.

Ci sono per me delle cose aperte costruttive e delle altre che non sono costruttive. Per me sentirsi rinfrancato non è sempre terapeutico. Cioè sentirsi giustificato non è sempre terapeutico, per questo io sviluppo nell'ambito dello psicodramma classico moreniano invece questi momenti vengono quasi sempre gestiti. Io se ritengo che quel momento, quella situazione di pianto, di tristezza... è in quel momento, per quel paziente, io lavoro, questo è un altro aspetto importante, sull'individuo nel gruppo e non lavoro proprio sul gruppo. Se nasce una dinamica individuo-gruppo o sento che in quel momento è in corso una dinamica che coinvolge tutto il gruppo ci lavoro, se no io vedo l'individuo attraverso il gruppo e quindi mi baso su quello che porta il soggetto, l'individuo, il protagonista.

Riprendendo quindi questo, per me, se ritengo che quel protagonista, questa persona in quel momento è in grado di reggere questo momento, che può essere di pianto... magari lo abbraccio ma non lo consolo, non lo rinfranco perché temo che sia inutile che ci sia e questo io lo faccio normalmente secondo il percorso di una persona. All'inizio di un percorso di una persona io cerco sempre di non arrivare a scene drammatiche, me ne accorgo. Se sento che arriviamo a una dimensione dove il pianto è qualcosa che ancora non conosco e non so come vive il pianto o la tristezza quella persona allora mi fermo prima, non spingo.

Poi dopo le domande sulla catarsi le chiariranno questo appunto.

Io non lo spingo, mi fermo prima. Certe volte non si riesce e se è così all'inizio allora lo abbraccio.

Io abbraccio, quando c'è un momento di affetto ecc. io mi permetto di toccare, conduco toccando le persone; per questo anche durante il covid era molto difficile perché non si poteva fare.

Lo contengo e cerco di non farlo, specialmente all'inizio, far andar via una persona con la pancia aperta non è molto bello, non è molto positivo, bello o brutto.

Durante il percorso, magari se anche nell'ultimo gioco prima della fine del gruppo qualcuno si è commosso o altro io lo abbraccio, ma se sento che è importante che quella persona possa convivere, possa stare con quella sofferenza perché quella sofferenza la aiuterà a vivere meglio allora la lascio.

Perché per me uno dei traguardi è proprio quello che è necessario comprendere e acquisire la capacità di convivere con la ferita, con la sofferenza, con il dolore.

**6. *In che modo la catarsi emotiva è utile per la cura del singolo e/o del gruppo?***

R: Qui completiamo.

Non ritengo terapeutica la catarsi. Certo, è molto scenica, ma di solito poco profonda. Non va a toccare degli aspetti più profondi della personalità e quindi per me nel processo terapeutico è poco significativa.

Certo, all'inizio della professione è gratificante. È gratificante per il conduttore o la conduttrice perché è scenica, coinvolge il gruppo, libera.

È importante qui, ritengo invece significativa perché tocchiamo un aspetto vicino alla catarsi il momento dell'insight.

Il momento dell'insight è il momento in cui c'è un contatto molto intenso tra coscienza e inconscio o fra coscienza e sentimento/emozione cioè la coscienza si rende conto che c'è quella forte emozione e c'è un insight. In quel momento, che è vicino alla catarsi, perché normalmente libera un sentimento, lo ritengo trasformativo e importante perché libera un blocco, un nodo, un incistamento, degli automatismi, delle ripetizioni.

È importante perché per me il rischio di dire "la catarsi serve...". Per me quando si intende per catarsi positiva o quando c'è un'introduzione improvvisa e inaspettata di un nuovo punto di vista. Capita di camminare per la strada e accorgersi di qualcosa che c'è sempre stato ma non l'abbiamo mai vista, come mai? Oppure, rileggiamo un libro e ci accorgiamo di... Ecco questo momento di un'introduzione improvvisa e inaspettata di qualcosa che c'era ma che io non vedevo, mi produce un'emozione forte ed è quello che io chiamo 'un punto di vista diverso, una nuova Gestalt' che fa vedere sentimenti, problemi... da un punto di vista diverso.

Ecco quando avviene questo insight, che io non chiamo catarsi, è un po' come per certi versi avere una rivelazione che si rivela in me, non che mi è rivelata dall'esterno. In quel momento, quella rivelazione, che è un insight, è catartico ed è trasformativo.

Dall'altra parte la catarsi, il momento del pianto collettivo, è scenica. È capitato anche a me, ma non lo ottengo visto che poi faccio uno psicodramma analitico, trasformativo e terapeutico.

**7. A suo parere, la rappresentazione di una scena che ha un forte impatto emotivo e catartico sul gruppo in che modo ne influenza la partecipazione?**

R: Dipende.

Può avere un impatto emotivo che spaventa e quindi se questo avviene all'inizio di un gruppo fa allontanare le persone, non le fa più tornare. All'inizio capita, ma nel

momento in cui c'è una certa esperienza non lo si fa. Per questo all'inizio è sempre qualcosa di...

Ma anche quando io faccio dei gruppi esperienziali nel fine settimana non vado quasi mai nella dimensione di profondità.

Quindi, se è così, all'inizio fa allontanare le persone e di conseguenza bisognerebbe non farlo. All'inizio è bene cercare di non soffermarsi troppo sulle scene, di passare più in una dimensione di superficie cioè fare un surf piuttosto che andare in subacqueo, come analogia.

Anche perché all'inizio io non conosco bene l'altra persona quindi non lo so. Successivamente è quasi sempre positivo per il gruppo perché ne rafforza il sentimento di appartenenza.

Una dimensione che esce fuori all'inizio va contenuto, ma se avviene successivamente fa fare l'abbraccio e tutti si sentono vicini e si crea l'appartenenza al gruppo, ci si sente forti e insieme si affronta quella dimensione. Questa è la ricchezza del gruppo rispetto a un'analisi individuale, per esempio.

**8. *È mai capitato di provare forti emozioni legate al contesto in cui si è tenuto il gruppo? Se sì, in quale contesto?***

R: Ci ho provato a pensare. Sicuramente sì. Più nei momenti in cui ho partecipato come paziente, perché io poi ho fatto un percorso di psicodramma come paziente e poi formativo che nel ruolo di conduttore.

Per non evadere troppo la domanda: non me ne ricordo. Ormai sono talmente tanti, probabilmente all'inizio sì.

Posso dire che per me sono stati legati a mie caratteristiche; quindi, a contesti dove è necessario dire "Basta", quindi a fermare degli automatismi affettivi, delle ripetizioni o delle adesioni affettive. In questi casi sento che mi vanno a toccare profondamente e quindi rispetto alla domanda di provare forti emozioni e in quali casi, è il momento in cui sento di più, ma siccome poi ho lavorato molto su questa mia difficoltà a staccarmi da dipendenze affettive, le vivo, le sento e le sento più calde ma è anche una delle caratteristiche che poi nella domanda successiva, come se ci fosse un po' un filo, trova risposta a questa domanda.

**9. In che modo il suo lavoro così ricco emotivamente influenza le sue relazioni personali e i suoi rapporti sociali?**

R: Io non sono un tipo molto estrovertito affettivamente anche se sembra, posso sembrare e quindi provo più intimamente e quindi riesco a contenere e anche bene.

Non mi faccio quasi mai influenzare, di solito, però, specie con l'invecchiare e l'esperienza, dopo un gruppo non mi butto subito nel sociale, ho bisogno proprio di momenti di separazione e di decantazione. Quando ero più giovane...

È un impatto e quindi passare immediatamente da una dimensione gruppale a una dimensione al bar io la vivo con una certa problematica e quindi ho bisogno di uno spazio di decantazione.

Riesco in ogni caso a gestire la situazione, però vado in difficoltà, non sono più tranquillo, non sono più rilassato e spontaneo.

Se era questa la domanda?

**D: Sì, proprio il fatto di vivere insieme al gruppo una situazione ricca e poi magari portarla in famiglia o nel gruppo degli amici e quindi poi come gestire questa situazione?**

R: Per me, io, essendo poi molto eticamente cresciuto nella dimensione analitica, non porto mai fuori situazioni che sono emerse, nemmeno a casa e qui poi nascono le difficoltà perché spesso è difficile raccontare qualcosa del lavoro, però se racconto non racconto mai per individuare, ma delle cose generali come una problematica, un tema e la dimensione emotiva io ho bisogno di staccare.

Se è stata particolarmente pesante magari chiamo casa e dico "scusami faccio una passeggiata, rientro un po' più tardi, un quarto d'ora, venti minuti" che mi basta per staccare.

**10. Ritiene utile condividere i suoi vissuti e i sentimenti all'interno delle dinamiche del gruppo? Se è successo, quando e con quali obiettivi?**

R: Dipende.

Non ho delle formule precostituite su questo.

Non lo faccio mai all'inizio di un percorso. Mai.

***D: Cosa intende con “inizio”?***

R: All’inizio cioè i primi mesi o forse anche il primo anno di un gruppo. No, io non lo faccio. Già mi vedono: come sono vestito, se ho la barba, se sono un po' più disordinato... già mi vedono così. Sono abbastanza solare su questo piano, meno sul piano dei sentimenti e vissuti.

Successivamente, quando il processo è avanzato ed è giunto quindi a una buona consapevolezza e coscienza, dove sento che l’altro è cresciuto rispetto alle sue dimensioni problematiche, allora lo ritengo utile.

Lo ritengo utile perché demitizza la mia figura: demitizza la figura del conduttore, dell’analista, gli restituisce la sua umanità, il suo essere un essere umano proprio come loro e questo libera tantissimo.

All’inizio no, mai. Quando sento che il gruppo è ben posizionato allora lo faccio, non racconto cose così ma lo faccio partecipe, porto una mia esperienza, quello che può essere successo a me o cose di questo genere, mi porto ad esempio.

***D: Condivide anche la sua situazione emotiva rispetto alla seduta?***

R: Anche, ma questa ancor più rara perché racconto delle cose della mia vita che portano ad esempio o completano oppure portano a un punto di vista diverso. Un mio vissuto, se c’è, e lo ritengo significativo allora lo porto o comunque nell’osservazione, di solito è quando voglio sottolineare un vissuto che non è emerso, ma che secondo c’era ed era nascosto e allora dico “in un certo momento ho provato questa cosa: era nascosta o c’era anche nel gruppo?”, ma non faccio rispondere, questo è importante. Quando io faccio l’osservazione non è più dialogo: dico e poi se c’è qualcosa la si riprende la volta successiva.

***11. Qual è stata una seduta che l’ha coinvolta maggiormente? Può raccontarmela?***

R: Ce ne sono state credo tantissime. Anche qui per me così significative in particolare non me ne ricordo, potrei dirne tante. Quello che posso dire su questo è che il mio coinvolgimento e la successiva presa di distanza dal coinvolgimento emotivo, la ritengo una delle caratteristiche peculiari direi, essenziali, di un conduttore di psicodramma. Un buon conduttore di psicodramma deve farsi

coinvolgere e poi sottrarsi. Cosa significa questo? L'immedesimarsi e il distanziarsi. Lei ha fatto psicodramma? Quando io doppio sono il protagonista, ma mi distanzio anche. Questa capacità di coinvolgersi e poi distaccarsi fa sì che io comprenda emotivamente quel vissuto e quel momento del paziente, il processo empatico. Anche qui posso dire che le difficoltà che io eventualmente ho sentito o sono stato più coinvolto è quando emergono nel gruppo momenti di separazione, non tanto di lutto, di perdita, di morte, ma nel momento in cui è necessaria una separazione per cui diventi più grande, per cui cresca. Per cui magari io voglio bene all'altra persona, ma mi devo separare perché sento che non posso fare quel percorso con anche l'altra persona. Per me, per le mie caratteristiche, per la mia storia questi sono sempre stati dei momenti difficili.

Quindi, io vengo coinvolto nel gruppo anche qualche volta a livello di lacrime che scendono silenziosamente, il gruppo se ne accorge, spesso, qualche volta, e lo vivo in silenzio e poi mi distacco. Quelli sono i momenti in cui maggiormente una tematica di quel tipo che esce in un gruppo ed esce in maniera forte mi coinvolge. Oggi non più credo, è tanto che non mi succede. Si immagina una scena dove viene portato fortemente il contrasto, la ferita, la rabbia anche che ci può essere in una separazione dove l'altro è importante. Un po' come quando me ne sono andato di casa e si diceva "ma perché te ne vai? Qui hai sempre il piatto che ti piace, ti lavo tutte le cose..." mentre per andare a vivere mi facevo uova al tegamino, mi mangiavo le cose scotte, e quindi "perché? Perché non ti voglio bene? No", perché c'è bisogno di staccarmi e non è possibile. Oggi forse viene meno sentita dai giovani questa dimensione. Ai miei tempi era molto sentita, negli anni post '68, dell'emancipazione, della libertà. Per me staccarmi era sempre un momento molto doloroso, oppure quando ci sono quelle scene dove ci si separa perché non si riesce a parlare e si rimane nel conflitto, nella non comunicazione e senza la possibilità di chiarirsi, sono altri momenti che mi struggono, mi prendono dentro.

## INTERVISTA A LAURA MARINO

**Nome:** Laura

**Cognome:** Marino

**Età:** 70 anni

**Genere:** femminile

**Laurea:** psicologia

**Orientamento nella pratica psicodrammatica:** junghiano

**Anni di conduzione di psicodramma:** 35 anni

**In questo specifico momento storico pratica psicodramma online? Sì**

**D: tiene tuttora dei gruppi oppure sono tornati tutti in presenza?**

R: Sì, io tengo due gruppi di psicodramma a Ivrea che con l'inizio della pandemia li abbiamo trasformati online e hanno resistito e quindi sono tuttora online.

**1. Cosa la affascina dello psicodramma come modello di terapia di gruppo?**

R: la spontaneità, la creatività, ma anche il fatto che comunque la struttura che viene alla conduzione di un gruppo di psicodramma online facilita le prime due, quindi la spontaneità e la creatività, ma in un modo strutturato e quindi rende sicuro il setting pur stimolando le persone a percorsi non usuali nella pratica della vita.

**2. Quali caratteristiche deve avere il terapeuta per gestire le intense sessioni emotive dello psicodramma?**

R: deve avere un buon equilibrio emotivo perché si trova a fronteggiare molte situazioni intensamente emotive che lo psicodramma suscita e quindi l'impatto emotivo è forte nel terapeuta e nello stesso tempo oltre al buon equilibrio emotivo occorre avere anche la capacità di sentire, di empatia, una buona capacità di mentalizzazione per poter condurre le emozioni, contenere le emozioni in modo che siano rappresentate le scene tipiche dello psicodramma, che siano vissute ma poi anche pensate ed elaborate.

**3. Qual è l'emozione portata nel gruppo che le rende più difficile la conduzione?**

R: me ne vengono in mente due fondamentalmente, gliele dico tutte due e poi vedrà lei cosa farne. La prima che ho pensato è la rabbia molto intensa che è sempre un'emozione difficile e bisogna proteggere anche il gruppo dalla rabbia del protagonista. Può essere un'emozione che può prendere dei caratteri distruttivi, etero-distruttivi o auto-aggressivi e quindi è un'emozione complessa, sempre, anche in un setting individuale, ma in un gruppo ancora di più.

La seconda emozione è più un'emozione di tristezza molto intensa e di difficoltà che magari qualche partecipante ha di farsi sostenere, magari con dei comportamenti di chiusura che è difficile gestire in un gruppo perché anche per gli altri membri del gruppo sentire la chiusura di un membro rispetto alla possibilità di condivisione è penoso. Può suscitare anche reazioni ostili, di dispiacere, di impotenza.

Ecco, sono queste due.

***D: Ma il dispiacere può anche essere intenso in con un'accezione positiva? Magari vedendo la chiusura del protagonista il gruppo può anche accoglierlo?***

R: Certo. Il gruppo si dispiace ed è positivo, assolutamente, perché il sentimento empatico, "mi dispiace che ", però se chi esprime tristezza si chiude può far sentire chi anche prova un'emozione positiva di dispiacere, positiva nel senso di vicinanza, in una situazione di impotenza, non posso fare niente perché l'altro si chiude e quindi impotenza sempre: impotenza nel dare aiuto, nel dare condivisione, nello stare con e può essere anche vissuta come un "ma allora anch'io non avrò", posso essere in una situazione in cui posso sperimentare il non-ricevere. L'impotenza fa stare sempre male.

**4. A seguito di una seduta particolarmente difficile da gestire emotivamente, il terapeuta come gestisce nel gruppo questa ricchezza emotiva?**

R: questa ricchezza emotiva da parte del paziente?

***D: sì, dell'emozione che si è venuta a creare nel gruppo. Magari il sentimento di tristezza così forte nel gruppo e il terapeuta nota i partecipanti particolarmente scossi, toccati e quindi come può gestire questa situazione?***

R: è importante prima della fine del gruppo il poter dare qualche traccia di elaborazione, come minimo di condivisione, anche proponendo dei giochi psicodrammatici al gruppo di condivisione, di de-rolling per poter buttare un po' fuori, un far lavorare anche il corpo con dei giochi di ruolo per poter scaricare e dare anche un senso e far lavorare i due emisferi che abbiamo attivando i ponti tra di loro quindi dare parole a quello che il corpo sente. Quindi sicuramente qualche gioco psicodrammatico di condivisione, di scarico e di verbalizzazione dello stato d'animo.

***5. Il terapeuta come dovrebbe gestire la situazione in cui alla fine di una seduta un partecipante fosse ancora piangente?***

R: bella domanda. Qui ci incontriamo con il concetto di setting.

Alla fine della seduta il paziente piange ancora. Quindi alla fine della seduta vuol dire anche al termine di una osservazione e non solo di giochi psicodrammatici, ma anche del tempo dell'osservazione in cui se il partecipante piange ancora vuol dire che è ancora dentro l'emozione e lasciarlo andare via così, aspettando come minimo una settimana, se le sedute sono settimanali come anche per una seduta individuale e lasciare andare via il paziente perché è scaduto il tempo del setting, secondo me non è opportuno e io in queste situazioni faccio fermare un attimo la persona e propongo un piccolo spazio individuale che non è una seduta, ma un piccolo spazio individuale che, a seconda delle situazioni, vede la persona se vuole uno spazio individuale prima della seduta successiva di psicodramma.

***6. In che modo la catarsi emotiva è utile per la cura del singolo e/o del gruppo?***

***D: nel caso la ritenesse utile***

R: ottima aggiunta. Se la catarsi emotiva è solo del singolo e non è anche del gruppo, non è utile in un contesto gruppale.

La catarsi emotiva è utile per il singolo, ma se non è condivisa, in vari modi e diversi, anche dagli altri membri del gruppo non fa parte del processo del lavoro del

gruppo. Quindi, un terapeuta di gruppo deve tener presente il percorso del singolo all'interno del gruppo e attraverso il gruppo, altrimenti è un lavoro individuale.

Nel nostro tipo di setting di psicodramma di tipo junghiano che non è un tipo di psicodramma individuale nel gruppo.

**7. *A suo parere, la rappresentazione di una scena che ha un forte impatto emotivo e catartico sul gruppo in che modo ne influenza la partecipazione?***

R: in che modo ne influenza la partecipazione? Con l'intensità dell'emozione

***D: perché magari c'è un'emozione oppure si è venuta a creare una situazione molto forte emotivamente e che quindi può inibire oppure, data l'intensità, stimolare la partecipazione***

R: sì, possono accadere tutte e due le cose che però fa parte dei processi del gruppo. Sarà poi il terapeuta che, vedendo e comprendendo con quello tipo di gruppo, in quel specifico momento della storia del gruppo e dei singoli individui nel gruppo, a dare un senso alla strada più inibitoria o meno inibitoria che ha quel comportamento.

Le fasi di lavoro del gruppo sono tante e quindi secondo me è sempre importante contestualizzare. In quello specifico momento della storia del gruppo e degli individui nel gruppo che significato ha quello che è accaduto, lo collochiamo in una storia evolutiva, non è un a priori. Può essere che il gruppo stia attraversando dei temi molto delicati, degli avvenimenti traumatici che hanno toccato più membri del gruppo e quindi suscitano questo un comportamento di tipo inibitorio, di paura, di freezing, di difficoltà di condivisione; oppure, di fronte a questi stessi eventi traumatici c'è, a seconda anche delle persone e degli stili introverso, estroverso o anche del tempo del gruppo, quindi maggiore fiducia e quindi di poter mettere nel gruppo, "vomitare" nel gruppo le proprie emozioni e poter quindi utilizzare il gruppo come un luogo dove elaborarle e digerirle. Io credo che questi aspetti, come tutti in generale, vadano sempre contestualizzati in base al momento specifico della vita del gruppo e delle varie persone nel gruppo; magari hanno tempi diversi, perché magari qualcuno è da due anni che è nel gruppo e qualcun altro è da poco o degli stili di ognuno.

**8. È mai capitato di provare forti emozioni legate al contesto in cui si è tenuto il gruppo? Se sì, in quale contesto?**

R: contesto?

**D: anche geografico**

R: no. Stavo pensando ma mi viene più a pensare a contesti temporali

**D: anche**

R: più che spaziali, temporali rispetto ad avvenimenti come adesso è la guerra. Avvenimenti che accadono nel mondo, eventi traumatici che accadono nel mondo oppure alle esperienze di malattia, per stare su temi recenti, di perdite, di paura o di paura del vaccino legate al covid, allora certo ogni terapia di gruppo ma anche individuale avviene in contesti spaziali e temporali precisi. Nel gruppo è possibile condividere di più che non in un setting duale e il poter condividere paura di ammalarsi, la paura della guerra o l'ultimo gruppo che ho fatto di questi tempi anche la paura del razionamento, del freddo e del futuro inverno che non avremo più il gas o l'elettricità, compaiono nel gruppo e allora "cosa facciamo? da dove arrivo? cosa succede?". Sì certo, i gruppi fanno parte del momento storico preciso, contestuale ed è molto prezioso il lavoro del gruppo perché ogni persona non si sente "sono io che ho questa strana paura e sono esagerato...", ma è possibile condividerla e anche condividere le strategie diverse di reazione, dare sensi diversi e magari trovare un altro senso, magari più equilibrato, più utile, più variegato.

**9. In che modo il suo lavoro così ricco emotivamente influenza le sue relazioni personali e i suoi rapporti sociali?**

R: il mio lavoro credo che abbia una grossa funzione di arricchimento perché permette di vedere le esperienze da tanti punti di vista: attraverso gli occhi, i sentimenti, le menti, il cuore degli altri e quindi sicuramente da' maggiore complessità, che è diversa dalla complicazione; quindi, da un lato è un facilitatore perché arricchisce, dall'altro non è un facilitatore perché rende più complesso. La complessità rende sempre più difficile, però io dò sempre questa immagine: anziché avere il solito imbuto, lo capovolgo.

Certo, il lavoro influenza e credo sia una responsabilità di noi terapeuti, lei sarà una futura terapeuta ed è all'inizio della sua storia di formazione, quella di come usare

le ricchezze che il nostro lavoro ci dà perché non vanno usate in modo indiscriminato.

**10. *Ritiene utile condividere i suoi vissuti e i sentimenti all'interno delle dinamiche del gruppo? Se è successo, quando e con quali obiettivi?***

R: a volte sì, nel senso che condividere il sentire, che è quello che noi chiediamo ai partecipanti al gruppo, “sento che oggi c'è tristezza in questo gruppo, sento che oggi c'è fatica” e proporre anche una possibilità di condividere che non è condividere i propri vissuti ma è condividere un'emozione che si sente circolare nel gruppo.

***D: quindi non le è mai successo di condividere una sua situazione perché magari simile alla situazione che è stata proposta in una seduta?***

R: no questo no.

***D: tiene molto staccata tutte le sue esperienze personali da un livello professionale?***

R: sì. Questo vuol dire che se io provo un sentimento, un'emozione, un vissuto analogo che comprendo perché anch'io ho attraversato quella problematica, una problematica simile, il modo di condividerla con il gruppo non è “anch'io ho provato questa cosa perché ho avuto questa esperienza...” ma è poter dire “comprendo”, comprendo che in una seduta del genere si provi rabbia, si provi tristezza, si provi imbarazzo... comprendo, ma senza svelare il proprio personale.

**11. *Qual è stata una seduta che l'ha coinvolta maggiormente? Può raccontarmela?***

R: dovrei pensarci un attimo perché sono veramente tante.

Allora una seduta che mi ha coinvolta particolarmente è stata una seduta in cui una paziente del gruppo ha portato nel gruppo il tema del dolore che provava rispetto all'aver saputo che una propria sorella era molto malata e questa notizia l'aveva sconvolta, l'aveva turbata. Ricordo la mia emozione che comprendevo, come le dicevo prima, e provavo con molta intensità e ricordo che in quel momento lì ero io che conducevo, perché come lei sa nei gruppi di psicodramma si è in due: osservatore e conduttore, ed ero insieme a una collega con cui ho condotto gruppi per 25 anni. Ho sentito che il mio coinvolgimento era troppo forte emotivo e per cui ho chiesto alla mia collega di condurre lei il gioco di questa paziente e,

ovviamente la mia collega aveva intuito qual era la mia emozione perché ci conosciamo e sapeva delle cose di me, quindi lei ha condotto e io ho detto al gruppo che avrei preferito di far condurre il gruppo alla mia collega e ho poi nell'osservazione di quel pezzetto, perché è toccato a me, ho detto quello che ho detto prima a lei: ho chiesto alla collega di condurre il gioco perché ho sentito un'emozione molto forte nel tuo racconto, di quello che stai vivendo e volevo che tu fossi meglio aiutata da una persona che riuscisse a essere un pochino più distante emotivamente pur essendo con te.

Questo è il mio stile e nostro stile, mio e della mia collega, di poter dire qualcosa, cos'è successo. È una cosa strana e non consueta e io i paziente li sento sempre molto grati a questo, di poter sentire che il terapeuta possa dire qualcosa senza svelare il proprio personale, ma di mettersi in gioco sempre rivestendo l'abito professionale.

***D: quindi lei, comunque, lo reputa un valore aggiunto e positivo il fatto di mostrarsi non vulnerabile, ma comunque sullo stesso piano emotivo dei partecipanti?***

R: sì, perché se noi terapeuti siamo di ghiaccio... ma anche nelle sedute individuali. Non possiamo essere utili ai nostri pazienti. Quello che deve essere materia di apprendimento per diventare terapeuti è essere padroni delle proprie emozioni, se no come è come avere una Ferrari con un ottimo motore, che sono le nostre emozioni, ma poi non saper usare il volante.

Si credo sia molto importante e arricchente e i nostri pazienti ne sono molto grati.

Io ricordo una formatrice in psicodramma che era venuta a condurre, in quel caso faceva l'osservatrice perché aveva scelto di osservare, una seduta dopo aver saputo da 24 ore, quindi era ancora molto scossa, che il suo ex-marito, da cui era separata da molto anni, era morto in un incidente. Io ricordo che guardavo questa conduttrice, in quel momento faceva l'osservatrice, che durante l'osservazione mentre scriveva piangeva e io mi chiedevo il motivo. Le lacrime erano assolutamente evidenti e lei non riusciva a trattenerle; all'inizio dell'osservazione è stata lei a dire il motivo dicendo "sì non sono riuscita a trattenere le lacrime ma ora vi dico come mai, sono molto addolorata ma vi farò un'osservazione con il dolore

che mi accompagna per questa notizia, ma è un dolore che non ha annebbiato la mia mente e il mio cuore nell'osservare e nell'ascoltarvi; quindi, magari sarà un'osservazione più mesta emotivamente ma non appannata". Mi ricordo queste sue parole e per me è stato un grandissimo insegnamento: avrebbe potuto non venire ed evitare, ma invece è venuta con forza e credo anche abbia trovato lei stessa conforto dal gruppo.

La cosa importante è ciò che lei ha detto e non soltanto in questo preambolo ma poi anche nell'osservazione che ha fatto.

## Conclusioni

Per concludere questo elaborato è possibile ripercorrere i punti salienti finora esposti. Dalle interviste condotte è stato possibile notare l'importanza che viene attribuita alla sfera emotiva indipendentemente dal modello di psicodramma scelto e soprattutto è stato possibile notare come la ricchezza emotiva portata in scena non tocchi o comprenda solo i partecipanti al gruppo ma anche il conduttore che conduce il gruppo stesso. L'importanza e l'attenzione al provare, al sentire, al percepire dentro di sé che qualcosa sta succedendo è stata ben espressa dal Dottor Marco Greco, psicodrammatista di orientamento moreniano, sostenendo che "La persona esce dalla sessione anche emozionata, ma non disintegrata, emozionata, ricca, con la sensazione e l'idea che sia accaduto veramente qualcosa nella sessione"<sup>69</sup>. Anche la Dottoressa Laura Marino, che nella pratica psicodrammatica segue il modello junghiano, approfondisce questa importanza e lo fa soprattutto guardando con gli occhi del conduttore affermando che egli "si trova a fronteggiare molte situazioni intensamente emotive che lo psicodramma suscita e quindi l'impatto emotivo è forte nel terapeuta e nello stesso tempo oltre al buon equilibrio emotivo occorre avere anche la capacità di sentire, di empatia, una buona capacità di mentalizzazione per poter condurre le emozioni, contenere le emozioni in modo che siano rappresentate le scene tipiche dello psicodramma, che siano vissute ma poi anche pensate ed elaborate"<sup>70</sup>. L'emozione è un costrutto difficile da definire e sono state proposte molte teorie in merito. Il Dottor Giulio Gasca rispetto all'emozione che è presente nella scena psicodrammatica afferma l'importanza di "vedere che l'emozione non è più un intenso lunare ma una sinfonia di cui io posso distinguere le diverse note e il modo in cui si articolano tra di loro"<sup>71</sup>.

In questo lavoro di tesi è stata utilizzata come elemento conduttore, base teorica su cui poter ergere la discussione di quanto ottenuto attraverso le interviste, la teoria proposta da Ekman (1989) circa l'importanza di potersi esprimere quanto più liberamente possibile sia grazie alla comunicazione verbale che grazie alla comunicazione non verbale. In merito all'espressione non verbale è importante

---

<sup>69</sup> Intervista a Marco Greco.

<sup>70</sup> Intervista a Laura Marino.

<sup>71</sup> Intervista a Giulio Gasca.

sostenere l'importanza che il corpo svolge nell'azione psicodrammatica. Durante un'esperienza di psicodramma la scena viene giocata e il corpo gioca, si muove e si esprime e grazie a questo può anche veicolare un messaggio, poiché è proprio muovendosi e interagendo con altri corpi, che a loro volta si muovono e interagiscono, che comunica diversi significati. Proprio come sostengono Fili e Gasca (2009), ogni partecipante durante il gioco psicodrammatico è invitato a mostrare e vivere la propria esistenza e ponendosi al centro per potersi scoprire e valorizzare come individuo a sé stante e nella propria autenticità.

Quanto esposto finora afferma la fondamentale importanza che le emozioni hanno nella loro forma più essenziale, in quanto tali, della loro manifestazione e che, rifacendoci alla teoria proposta da Ekman (1989) circa l'esistenza di espressioni facciali derivanti da emozioni primarie provate in specifiche situazioni e caratterizzate da mimiche universali, non è difficile intuire la loro importanza non solo nella pratica psicodrammatica, ma anche, e soprattutto, nella vita di tutti i giorni poiché esse, se comprese e viste nella loro complessità, ma soprattutto nella loro ricchezza, possono aggiungere valore non solo allo psicodramma, ma a ogni esperienza realmente vissuta.

L'esperienza emozionale è quanto di più profondo, coinvolgente e complesso possa esistere. È proprio per questo motivo che definire cos'è un'emozione e trasmetterla in tutte le sue sfumature è complesso. Ognuno ha un proprio e personale modo di provare, sentire e comunicare ciò che prova e ciò avviene sia nella vita quotidiana che nelle esperienze psicodrammatiche.

Per Galimberti (2002) le emozioni non sono debolezza, ma natura. Indipendentemente dal riconoscerle come innate o socialmente apprese, indipendentemente dal modello psicodrammatico preso come riferimento, indipendentemente dalle basi teoriche su cui si basa tale modello, persino indipendentemente dal modo di vivere l'emozione come soggettiva, quello che può risultare evidente è come esse siano la base del sentire, vivere, percepire, leggere il mondo e l'altro nelle sue sfumature. Nello psicodramma il corpo ha il compito di dare voce a quelle emozioni che in altro modo non potrebbero essere sentite. È così che le emozioni che animano il mondo interiore di ognuno prendono vita nel gioco, nella drammatizzazione, per poter essere ascoltate e trovare risposta nell'altro.

Con questo lavoro di tesi si è cercato di indagare come, sulla base dell'orientamento della pratica psicodrammatica, in base alle proprie caratteristiche personologiche, l'esperienza emozionale viene vissuta in un contesto psicodrammatico.

I dottori intervistati, nonostante non tutti appartenenti allo stesso orientamento nella pratica, concordano rispetto l'importanza che riveste il sentire, il provare, ma senza mai svelare il proprio personale.

Quindi, la capacità e la possibilità di provare intensamente, comprendere l'altro e poter entrare in empatia rappresentano una fonte di ricchezza sia a livello personale sia nelle esperienze psicodrammatiche poiché è lo stesso psicodramma che offre la possibilità di capire l'altro, vestire il suo ruolo, soprattutto giocare il ruolo dell'altro e con l'altro, che lo permette, vedere con i suoi occhi la sua realtà e rispecchiarsi.

## **Bibliografia**

Ardigò, A. (1992). Introduzione. In Stein, E., *L'empatia*, Milano, Franco Angeli.

Aristotele. *Poetica*, 334 e il 330 a.C.

Barone, L., Bacchini, D. (2009). *Le emozioni nello sviluppo relazionale e morale*, Raffaello Cortina Editore.

Calvesi, A., Lai, G., & Rossi, R. (1986). Lo stato dell'arte della tecnica psicoanalitica. *Psicoterapia e scienze umane*, 20(3), 241-313.

Caretti, V., Murzi, G. (1988). L'empatia nella relazione analista-paziente. *Rivista di psicologia analitica*, numero 38, 141-157

Damasio, A., (2003). *Emozione e coscienza*, Adelphi, Milano.

Druetta, V., (1995). L'opaco, l'ambiguo, l'univoco in psicodramma. *In Psicodramma Analitico*, 5.

Dotti, L., (2009). Il concetto di spontaneità-creatività e le sue potenzialità terapeutiche – Analisi di uno dei più originali fondamenti teorici di Moreno, in *Psicodramma Classico, quaderni dell'Associazione Italiana Psicodrammatisti Moreniani*.

Eisenberg, N., Fabes, R.A., Spinrad, T.L. (2006). Prosocial Development. In N. Eisenberg, N., Damon, W., Lerner, R. (a cura di), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development*. John Wiley & Sons, Hoboken, NJ, pp 646-718.

Ekman, P. (1957). A methodological discussion of nonverbal behavior. *The Journal of psychology*, 43 (1), 141-149.

Ekman, P. (1989). The argument and evidence about universals in facial expressions. *Handbook of social psychophysiology*, 143, 164.

Fehr, B., & Russell, J. A. (1984). Concept of emotion viewed from a prototype perspective. *Journal of Experimental Psychology: General*, 113(3), 464–486.

Foulkes, S.H. (1967). *Analisi terapeutica di gruppo*, Torino, Bollati Boringhieri.

Frijda, N. H. (1987). Emotion, cognitive structure, and action tendency. *Cognition and emotion*, 1(2), 115-143.

Galimberti, U. (1992). *Dizionario di Psicologia* [Dictionary of psychology.]. Torino, UTET.

Galimberti, U. (2002). Gli analfabeti delle emozioni. *La Repubblica*.

Gallese, V., Migone, P., Eagle, M. N., (2003). La simulazione incarnata: i neuroni specchio. Le basi neurofisiologiche dell'intersoggettività e alcune implicazioni per la psicoanalisi. *In Psicoterapia e Scienze Umane*, XL, 3.

Gasca G. (2012). *Lo psicodramma gruppoanalitico*, Raffaello Cortina Editore.

Gasca G., Gasseau M., (1991). *Lo psicodramma junghiano*, Torino, Bollati Boringhieri.

Gasca G., Stradella L., (2009). *Giochi del corpo e delle emozioni nello psicodramma Analitico*, Bergamo, Moretti&Vitali.

Gasca G., (2019, in press). *Psicodramma classico moreniano e Psicodramma analitico individuativo: Tratti essenziali e differenze*.

Gasseau M., Bernardini R. (2009), *Il sogno. Dalla psicologia analitica allo psicodramma junghiano*, FrancoAngeli, Milano.

Gasseau, M., & Brinchi, M. LO PSICODRAMMA JUNGHIANO: L'IO E IL NOI. *la mente che cura*, 3.

Giannone, F., Lo Verso, G. (1986). *Il self e la polis. Il sociale e il mondo interno*. Franco Angeli, Milano.

Hoffman, M. (1982), “*Development of prosocial motivation: Empathy and guilt*”. In Eisenberger-Berg, N. (a cura di), *Development of Prosocial behavior*. Academic Press, New York, pp. 281-313.

Husserl, E. (1931). *Meditazioni cartesiane*, Bompiani, Milano 1960.

Isaia, P., (2016). *Antropologia e psicodramma: riflessione sui sistemi di cura*.

James, W., (1884). What is an emotion? *Mind*, Volume os-IX, Issue 34.

Jung, C. G., Trevi, M., & Vita, A. (1967). *L'Io e l'inconscio*. Boringhieri.

Lo Verso, G., La Manna, A., Novellino, M. (1998). *La gruppoanalisi e il concetto di campo controtrasferale*. Atti del II congresso di analisi transazionale.

Lo Verso, G., Papa, M. (1995). Epistemologia e clinica dei gruppi. In Lombardo, P., Malagoli, M., *Epistemologia in psicologia clinica*, Boringhieri, Torino.

Lowe, A., (2003). *Il linguaggio del corpo*, Feltrinelli Editore.

Manes, S. (2011). *Lo psicodramma. Tecniche e giochi di conduzione*. Franco Angeli.

Merleau-Ponty, M., (1945). *Fenomenologia della percezione*. Il Saggiatore, Milano 1972.

Montinari, M. A., (2017). *Lo psicodramma come strumenti osservativo e pedagogico*. Università del Salento, Le tesi – Anno XX – N.35-36

Moreno, J., & Moreno, Z. T. (1985). *Manuale di psicodramma*. Astrolabio

Moreno J. L., (1980). *Who Shall Survive?* Beacon House, New York, (trad. it. Principi di sociometria, psicoterapia di gruppo e psicodramma, Milano, Etas Libri.

Moreno, J. L. (2007). *Il teatro della spontaneità*, Guaraldi, 1980 e Di Renzo Editore, Roma.

Pani, R., & Miglietta, D. (2006). *Dal teatro allo psicodramma analitico*. FrancoAngeli.

Perrotta L. (2009), Alchimia di sogni e rappresentazioni: l'osservazione nello psicodramma junghiano, in Gasseau, M., Bernardini, R. (a cura di), *Il sogno. Dalla psicologia analitica allo psicodramma junghiano*, FrancoAngeli, Milano.

Scherer, K. R., Ekman, P. (1984). *Approaches to emotion*, Hillsdale, NJ, Erlbaum.

Stanislavskij, K. S. (1937). *Il lavoro dell'attore sul personaggio*. Bari: Laterza, 1993

Vigliano, M. (2020). *Lo psicodramma e il tempo ritrovato*. Mimesis.

Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2020). *Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo*. Torino, Bollati Boringhieri.

Zahn-Waxler, C., Robinson, J.L. (1995), *Empathy and guilt: Early origins of feelings of responsibility*. In Fische, K., Tangney, J. (a cura di), *Self-Conscious Emotions: Shame, Guilt, Embarrassment, and Pride*. Guilford Press, New York.