

Le forme esistenziali dello spazio senza

Giuseppe D'avino*

Riassunto:

Scopo del presente contributo è proporre una rilettura, attraverso le lenti della psicodinamica esistenziale di Irvin Yalom, della nozione di spazio senza, concetto introdotto all'interno del modello gruppoanalitico soggettuale di Girolamo Lo Verso per rendere conto della condizione di smarrimento conseguente alla destrutturazione della propria gruppalità interna. A partire da una breve introduzione dei due modelli in esame, si procederà evidenziando come le "preoccupazioni ultime" individuate da Yalom - ovvero la morte, la libertà, l'isolamento esistenziale e l'assenza di senso - possano entrare in un fecondo dialogo con il concetto di spazio senza, fornendo così strumenti ulteriori di comprensione e intervento rispetto alle dinamiche sottese allo spazio senza e, in generale, alle dinamiche emergenti in setting individuali e di gruppo.

Parole chiave: Gruppoanalisi soggettuale, Psicoterapia esistenziale, spazio senza, fenomenologia, esistenzialismo.

*Psicologo Clinico, specializzando dell'Istituto di Specializzazione in Psicoterapia Analitica Individuale e di Gruppo (SPAIG), socio dell'Associazione di Psicoanalisi della Relazione Educativa (APRE)

The existential forms of space without

Giuseppe D'avino*

Abstract:

The aim of this paper is to propose a re-reading, through the lens of Irvin Yalom's existential psychodynamics, of the notion of 'space without,' a concept introduced within Girolamo Lo Verso's subjective group-analytic model to account for the condition of disorientation resulting from the deconstruction of one's internal groupality. Starting from a brief introduction of the two models under examination, the paper will proceed by highlighting how the 'ultimate concerns' identified by Yalom—namely death, freedom, existential isolation, and meaninglessness—can enter into a fruitful dialogue with the concept of 'space without,' thus providing additional tools for understanding and intervening in the dynamics underlying 'space without' and, more generally, the dynamics emerging in individual and group settings.

Keywords: Subjective Group-analysis, Existential psychotherapy, space without, phenomenology, existentialism

* Clinical Psychologist, Psychotherapist in Training at the Institute of Specialization in Individual and Group Analytic Psychotherapy (SPAIG), member of the Association of Psychoanalysis of the Educational Relationship (APRE).

1. Premessa

Il presente articolo si inserisce a contributo di una precisa cornice epistemologica – il modello Gruppoanalitico Soggettuale (Lo Verso & Di Biasi, 2011) – attenzionando il concetto di “spazio senza” come fase profondamente trasformativa del gruppo-come-un-tutto, mettendo in comunicazione questo concetto con un modello che, a partire dalle medesime premesse teoriche (Foulkes 1948, 1964; Foulkes & Anthony 1957), dirama il proprio discorso piuttosto sulle preoccupazioni ultime dell’esistenza – La terapia esistenziale di Yalom (1980) –. La motivazione di questo connubio esula dalla mera speculazione filosofico-esistenziale sulla condizione dell’essere-nel-mondo, ma si pone piuttosto l’intento di evidenziare come quelle che sono le preoccupazioni esistenziali transpersonali attenzionate da Yalom mostrino diverse assonanze con il concetto di “spazio senza” in quanto condizione di smarrimento dovuta alla ristrutturazione delle proprie gruppaltà interne, smarrimento che potrebbe, come si ipotizza in questa sede, avere dirette connessioni con una serie di processi dinamico-esistenziali riportati. L’ipotesi che si intende portare avanti è dunque che la destrutturazione delle gruppaltà interne alla base dello “spazio senza” pone il soggetto in una condizione in cui tutte le quotidiane certezze abbandonano il campo, lasciando così l’uomo nudo innanzi all’esistenza, in quanto qualità transpersonale che pone delle terribili fattualità che devono essere metabolizzate affinché l’esistenza possa divenire la propria esistenza.

A tal fine, i successivi paragrafi avranno i seguenti scopi:

- Delineare le caratteristiche del modello Gruppoanalitico soggettuale di interesse per il presente contributo, la cui esposizione non pretende in alcun modo esaustività (per un approfondimento si rimanda a: Lo Verso & Di Biasi, 2011; Ferraro, Coppola & Lo Verso, 2012), e che si concentrerà principalmente sulle nozioni di “campo Contrasferale” e “Spazio Senza”;
- Presentare il concetto di preoccupazioni ultime come descritto dal modello esistenziale di Yalom, anche qui sacrificando la vastità e la complessa articolazione del suo pensiero alle fiamme dell’operatività (si invita il lettore interessato ad un approfondimento: Yalom, 1980)

- Promuovere un'integrazione nei termini di "Spazio senza come luogo di consapevolezza dell'essere", indicando come le preoccupazioni ultime dell'esistenza, presenti in gradienti differenti durante il corso della terapia, concorrano in maniera decisiva a promuovere la condizione trasformativa dello "spazio senza", attraverso il passaggio Heideggeriano da una condizione di oblio dell'essere ad una spinta all'autenticità conseguente alla condizione di consapevolezza dell'essere (Heidegger, 1926)

2. Il modello gruppoanalitico Soggettuale

La Gruppoanalisi Soggettuale è da considerarsi come un'elaborazione dell'originaria proposta Gruppoanalitica di Foulkes, attraverso un suo inquadramento nell'attuale epistemologia della complessità (Morin 1977; Morin 1980; Morin 1986) e la conseguente comunicazione con saperi altri – quali l'antropologia culturale (Gehlen, 1978), l'ermeneutica metodologica (Gadamer, 1960), le recenti acquisizioni della ricerca neuroscientifica (Kandel, 2005; Rizzolatti, Sinigaglia, 2006) – al fine di una rifondazione metapsicologica centrata intorno alla relazione.

Le principali rivoluzioni del pensiero Foulkesiano sono riassumibili in quattro concetti cardine da cui la gruppoanalisi soggettuale prende le mosse, attraverso una loro rielaborazione e sistematizzazione:

- Il gruppo è la matrice della vita mentale
- L'individuo è nel gruppo un punto nodale di una rete di rapporti inconsci
- La psicopatologia è legata alle comunicazioni inconsce familiari
- Il concetto di transpersonale

Non è intento di questo contributo ripercorrere l'evoluzione dell'impianto teorico della gruppoanalisi soggettuale (per cui si rimanda a: Ferraro, Coppola & Lo Verso, 2012), ma è importante in questa sede evidenziare le conseguenze che tale sistematizzazione ha comportato in termini di costruzione di un modello che mette al centro dello sviluppo individuale la relazione.

L'identità individuale non è alla base della cultura, ma viceversa sorge da una matrice familiare il cui grado di saturazione determina la costruzione dell'identità, e dunque le sue caratteristiche. Un'identità rigida emerge da una matrice eccessivamente satura (Nucara, Menarini, Pontalti, 1987; Nucara, Menarini, Pontalti 1995), dove non è possibile per l'individuo ripensare la propria matrice familiare, così come un'identità non definita emerge da una matrice eccessivamente insatura portando ad una condizione di disidentità, ovvero a un'impossibilità di interiorizzare codici istituiti (Ferraro, Giannone & Lo Verso, 2012). In entrambi i casi il rapporto dialettico Idem/Autos (Napolitani, 1987) - in quanto rapporto tra riproposizione di elementi transgenerazionali e transculturali interiorizzati e ri-organizzazione innovativa di tali elementi - risulta compromesso.

Tale matrice familiare – Plexus nei termini di Foulkes (1975) – è definita come un'unità Transpersonale elementare (Menarini & Pontalti, 1988), in quanto in grado di plasmare le strutture cognitive-affettive dell'individuo, le quali ne medieranno la futura relazione con il mondo. È dunque nella possibilità del sistema familiare di disvelarsi e farsi ripensare che si sancisce la saturazione del sistema stesso e dunque le eventuali condizioni patologiche connesse, le quali non sono da assumere come indice di patologia individuale, quanto piuttosto come espressione della sofferenza della matrice localizzata in uno dei suoi nodi, con il risultato che uno dei membri si fa portatore della sofferenza della propria matrice di appartenenza.

In questo contesto epistemologico di impronta interpersonale, la terapia in assetto gruppoanalitico si pone come una condizione in cui è possibile la riproposizione delle dinamiche familiari in uno spazio in cui è possibile ripensare le stesse. Tale processualità richiede però concetti dotati di un grado di complessità maggiore, primo tra tutti una ristrutturazione del concetto di transfert. Appare evidente che in una condizione grupale il concetto di transfert non informi adeguatamente il clinico, immerso in gruppalità interne in interazione, sulle caratteristiche della matrice dinamica nascente dall'interazione tra i membri del gruppo. A tal proposito a seguire verrà esposta la nozione di Campo contrasferale e del peculiare momento trasformativo definito da Lo Verso come “spazio senza”.

2.2. Il Campo Contransferale e lo spazio senza

La nozione di Campo Contransferale nasce dalla necessità di fornire strumenti teorico-clinici in grado di far fronte alla complessità della situazione gruppale, nonché come diretta conseguenza dovuta al passaggio dal paradigma positivista della psicoanalisi classica al più attuale paradigma della complessità (Ceruti & Lo Verso, 1998; Giannone & Lo Verso, 1994, 1998). In un campo terapeutico che vede il terapeuta “essere con” il paziente - piuttosto che essere uno schermo opaco - la nozione di transfert come riedizione del “là ed allora” nel “qui ed ora” e la relativa elaborazione come comprensione dell’erroneità di tale meccanismo non può che subire un’attenta rielaborazione. Il modello positivista freudiano aveva come conseguenza la trasformazione del campo analitico nel luogo dell’identificazione dei “falsi nessi” transferali – relegati nel “là ed allora” – bloccando di fatto l’affettività del paziente in un passato remoto, al fine di proteggere l’analista dal suo essere con il paziente. Tale formulazione, già problematica in un setting duale, diventa del tutto inadeguata in un setting gruppale che fa della trasparenza e dell’autenticità tra i membri del gruppo – di cui il conduttore, come sostenuto da Foulkes (1975), è il primo paziente – l’elemento centrale.

Il Campo Contransferale diventa piuttosto il luogo in cui “le interazioni dei componenti del gruppo dischiudono (a un attento analista) la dimensione transferale in tutti i suoi piani: attraverso la riproposizione degli antichi - ma ancora attivi - vincoli identificatori, dei rapporti reali tra i componenti familiari, dei miti familiari transgenerazionali, dei campi di significazione stabiliti (e a volte francamente imposti) dalla cultura di appartenenza, dei vincoli e delle norme sociali, eccetera” (Lo Verso & Profita, 2011). Tale riproposizione non è però tanto una dinamica archeologica quanto piuttosto esplorativa, in quanto ogni riproposizione è in realtà un accadimento nuovo con il quale confrontarsi. Tale nozione consente di aprire al concetto di “là ed ora” come focus dell’azione contransferale, di cui il “qui ed ora” come riproposizione del “là ed allora” viene esplorato nel setting gruppale consentendo all’individuo di comprendere la sua influenza nel “là ed ora”. Il fine ultimo è dunque quello di ristrutturare le proprie gruppalità interne attraverso l’esplorazione e la scoperta di “parti non nate” (Napolitani, 1987) a causa dell’assenza, nella vita del soggetto, di alcuni aspetti importanti dell’esperienza umana, dovuta al fatto che non si è mai verificato nell’esperienza

dell'individuo un incontro con un altro che abbia reso esperibili tali aspetti (per esempio la fiducia, la sicurezza, la speranza, e così via). La possibilità offerta dal gruppo di ritessere la trama narrativa della propria esistenza conduce a una nuova storicizzazione della propria esperienza e del proprio "essere con". Tale esperienza comporta un periodo di profondo smarrimento, in quanto comporta la messa in discussione delle fondamenta su cui poggia l'identità individuale, facendo così vacillare tutte le certezze più incrollabili. Questa esperienza viene definita "spazio senza"

Nel descrivere il concetto di "spazio senza", Lo Verso & Profita (2011, p. 169) affermano che: "è proprio il legame di gruppo, del resto, a consentire la creazione dello "spazio senza", quel difficile momento di smarrimento e tristezza che segna la fine dell'*eternità* (cioè di un tempo sempre uguale a se stesso, poiché governato da un'organizzazione sintomatologica e/o disfunzionale della personalità) e il profilarsi dell'ignoto, la cui massima espressione sta, forse, nell'accettazione della nostra condizione mortale, così come della mortalità di chi è stato alla nostra origine. Ciò passa spesso attraverso il non sapere "chi sono", ovvero la rinuncia, nella relazione con sé stesso e con l'altro, alle finzioni (maschere profonde) legate alle incertezze narcisistiche che hanno progressivamente strutturato alcuni (disfunzionali) funzionamenti della personalità come garanti delle conflittualità inconse."

In particolare lo "spazio senza", così come definito, entra a far parte per Lo Verso (1995; 1999) dei fattori terapeutico-trasformativi in gruppoanalisi, siccome l'esperienza dello "spazio senza" consegue il distanziamento dal proprio campo gruppale interno, consentendo una rivisitazione e un rimodellamento dello stesso, il quale però è sempre una operazione successiva ad un sentimento di smarrimento e tristezza conseguente all'apertura all'ignoto a cui consegue tale distanziamento.

È bene tenere a mente la definizione che gli autori danno del concetto di "spazio senza", siccome riassume in toto il senso del presente contributo, che a partire da tale nozione integra le suggestioni offerte da Yalom in termini di preoccupazioni ultime dell'esistenza nonché della loro psicodinamica al fine di fornire indicazioni per l'elaborazione del materiale che emerge in tale peculiare conformazione relazionale.

3. La Psicoterapia esistenziale di Yalom

Nell'opera di massima sistematizzazione di Yalom sul tema (Yalom, 1980) egli definisce la psicoterapia esistenziale come: “un approccio dinamico alla terapia che si focalizza sulle preoccupazioni radicate nell'esistenza dell'individuo [...] La maggior parte dei terapeuti si rende conto, per esempio che l'apprensione per la propria finitezza può spesso catalizzare un mutamento radicale e forte della prospettiva, che è la relazione che cura, che i pazienti sono tormentati dalla scelta, che un terapeuta deve catalizzare la “volontà” di agire del paziente e che la maggior parte dei pazienti è assillata dalla mancanza di senso nella propria vita” (*Ibidem*). Nel descrivere tale approccio, egli sottolinea che: “esplorare profondamente da una prospettiva esistenziale [...] significa pensare fuori dal tempo, pensare alla relazione tra i propri piedi e il terreno sotto di sé, Tra la propria coscienza e lo spazio che la circonda; significa non pensare al modo in cui si è diventati quel che si è, ma *al fatto che si è*” (*Ibidem*). Tali preoccupazioni, in quanto tali, trascendono la vita personale di qualsiasi individuo, essendo parte della condizione dell'essere-nel-mondo, e sono in quanto tali definite “transpersonali”.

Occorre precisare che tale modello teorico è “*un* paradigma, non *il* paradigma” (*Ibidem*), il cui scopo è consentire ai terapeuti di dare una cornice ad alcuni dati clinici altrimenti difficilmente inquadrabili al fine formulare una strategia d'intervento. L'inclusione di questo paradigma – anch'esso di matrice squisitamente gruppoanalitica – nel più ampio modello gruppoanalitico soggettuale, consentirebbe al terapeuta di individuare e intervenire per favorire un ottimale grado di angoscia piuttosto che una sua supposta neutralizzazione, ovvero un livello tale da spingere all'agire accettando le inevitabili condizioni che la vita pone per essere vissuta.

L'autore individua quattro preoccupazioni esistenziali, le quali sono tanto preconditione della patologia quanto strumento di cura. Tali preoccupazioni, le quali saranno brevemente accennate a seguire, non sono da considerare come separate tra loro, ma piuttosto come fortemente interconnesse e strettamente interagenti, siccome nel discorso dell'esistenza ognuna di tali preoccupazioni implica le restanti altre.

L'angoscia relativa a tali preoccupazioni, quando non negata o trasformata, consente all'individuo il passaggio da quella condizione che Heidegger (1926) definisce “Oblio

dell'essere" – ovvero una condizione di vita inautentica in cui l'attenzione è posta sul modo in cui le cose sono – a una condizione di "Consapevolezza dell'essere" in cui l'individuo si interroga sul fatto che le cose siano. Il passaggio dunque dalla condizione di oblio alla consapevolezza dell'essere non è catalizzato da profonde riflessioni interiori – le quali possono esserne piuttosto una possibile conseguenza – ma dall'entrare in contatto con esperienze che strappano l'individuo dalla sua quotidianità, squarciando il velo delle apparenze delle cose, come esperienze che mettono l'individuo a contatto con la propria finitezza o con scelte cruciali in cui è necessario rinunciare a qualcosa considerato importante – smascherando così l'onnipotenza infantile –.

3.1. La Morte

Secondo l'autore (Yalom, 1980) la morte, in quanto sorgente primaria dell'angoscia, è anche una delle fonti primarie della psicopatologia. La morte in quanto tale non corrisponde ad un concetto astratto che si apprende in quella fase che Piaget (1947) definisce "operatorio formale", quanto piuttosto un timore primitivo che risiede nell'inconscio, "che è parte del tessuto dell'essere, che si forma molto presto nella vita in un'epoca che precede lo sviluppo di una formulazione concettuale precisa, un timore che è agghiacciante, perturbante, incipiente, un timore che esiste a priori e al di fuori del linguaggio e della rappresentazione" (*Ibidem*). A tal proposito l'autore descrive approfonditamente come il bambino fin dalla tenera età sia circondato dalla caducità, sotto forma del ritmo sonno-veglia - che lo espone a stati di assenza di coscienza -, dalla scomparsa di oggetti, dall'esplorazione di un ambiente che esprime finitezza e morte per sua stessa natura (fiori che appassiscono, foglie che cadono, corpi di insetti morti e così a seguire). Il bambino – tanto quanto il suo ambiente primario – erige ben presto robuste negazioni di tale condizione esistenziale, che inizialmente assumono la prima forma primitiva dell'esistenza di un salvatore ultimo – nella forma dei genitori, servi onnipotenti in grado di proteggere il bambino dai pericoli – e della convinzione di essere speciali – anch'essa instillata dai membri della famiglia sotto forma di rispecchiamento narcisistico dell'unicità e grandiosità del bambino –. Tali baluardi, inizialmente forme connaturate culturalmente per impedire alla psiche fragile del bambino di entrare in contatto con tali angosce profonde, gradualmente si disvelano per la loro falsità, e l'individuo è gradualmente chiamato, nel rispetto del suo livello di sviluppo, a "digerire" tali macigni

dell'esistenza. Accettare la finitezza della propria esistenza significa dunque accettare l'esistenza di un limite, essere consapevoli della condizione che accomuna l'individuo all'umanità, accettare la propria temporalità, e dunque, di non poter posticipare in eterno la propria esistenza. Il tutto è riassunto dall'autore con un'espressione emblematica: "Anche se la *fisicità* della morte distrugge l'uomo, l'*idea* della morte lo salva" (*Ibidem*).

Riconoscere l'importanza e la caratteristica transpersonale della morte consente di rileggere il materiale clinico in un'ottica differente. La morte di una persona, sia essa familiare o sconosciuta, un divorzio, fino a segnali più fini riferiti dal paziente, come un incipiente inizio di calvizie, la scoperta delle prime rughe sul volto, la difficoltà riferita in attività che in giovane età erano invece svolte con semplicità, sono tutti riferiti che nascono dal riconoscimento della propria collocazione nella temporalità, della consapevolezza che si sta smettendo di crescere e si sta invece cominciando ad invecchiare, e possono essere occasioni per il clinico di aprire spazi di riflessione con quanto il paziente sente ma fatica a raccontarsi.

Allo stesso modo individui completamente identificati in un ruolo sociale incontrando "l'idea della morte" subiscono spesso un processo di disidentificazione, siccome la mortalità relativizza anche le più assolute certezze identitarie, generando un terrificante senso di dissoluzione del Sé che al contempo, se elaborato, consente di fare spazio alle già citate "parti non nate".

Sebbene la scelta del se e come disvelare tale preoccupazione sottesa al materiale clinico riferito dal paziente pertengono ad una lettura clinica della situazione terapeutica totale, occorre tenere a mente che la consapevolezza della finitezza e della propria temporalità sono passi essenziali per aprirsi ad una relazione autentica con l'altro, siccome viceversa la negazione della propria temporalità conduce ad un utilizzo dell'altro (sia esso un individuo o un'ideologia) per difendersi dal terrore di dissoluzione di sé. Ci si difende dunque non solo da una morte, ma dall'idea che la vita possa terminare prima di essere stata consumata.

3.2. La Libertà

Sebbene a primo impatto la libertà possa essere una preoccupazione apparentemente incomprensibile, connotata culturalmente come una meta agognata per l'individuo,

l'autore sottolinea come: “nella sua accezione esistenziale, rinvia all'assenza di una struttura esterna. L'essere umano non entra in (o esce da) un universo strutturato, con un suo disegno intrinseco. L'individuo è infatti interamente responsabile - ovvero è l'autore - del suo mondo, del suo disegno di vita, delle sue scelte e delle sue azioni. In questo senso la libertà ha un'implicazione terrificante, poiché significa che sotto di noi non c'è una base stabile, non c'è nulla, c'è il vuoto, un abisso. Una dinamica esistenziale chiave, allora, è lo scontro del nostro conflitto con l'assenza di una base stabile su cui poggiarci e il desiderio di una base stabile” (*Ibidem*)

L'angoscia fondamentale dunque è l'assenza di fondamento che nasce dalla consapevolezza della responsabilità di essere creatore del proprio mondo – ovvero della funzione costitutiva verso il mondo che si abita – e, di conseguenza, la responsabilità del proprio agire e non agire in tale creazione. Occorre precisare che tale visione non è connotata da un intento moralistico, quanto piuttosto da un'evidenza fattuale: ogni scelta costruisce il mondo che si abita e genera quel che Sartre definisce “coefficiente di avversità” (Sartre, 1943). Seguendo questa idea si può dunque affermare che costruire una progettualità desiderabile crea allo stesso tempo, i vincoli al suo raggiungimento. Utilizzando un esempio pratico, se il progetto è scalare una montagna, la ripidità della stessa corrisponde al suo coefficiente di avversità, il quale non appartiene alla montagna “noumenica”, quanto piuttosto alla relazione peculiare che intercorre tra quell'individuo (con la sua libera scelta) e la montagna (con le sue caratteristiche). Per un fotografo la ripidità della montagna non è viceversa parte del coefficiente di avversità emergente dal suo esserci come fotografo.

Quanto detto permette di comprendere la valenza perturbante di essere sempre responsabile del proprio essere-nel-mondo. Anche in situazioni estreme come in caso di patologie terminali, l'individuo – benché non necessariamente responsabile della sua condizione – è responsabile del proprio atteggiamento nei confronti di tale condizione, siccome nessuno – ad eccezione di sé stesso – potrà sostituirsi al sé nel vivere alcuna condizione.

In effetti la responsabilità del proprio essere-nel-mondo è la condizione necessaria perché un atto terapeutico possa compiersi.

Laddove vi è responsabilità vi può essere libertà, e dunque scelta e decisione tra più possibilità – tra cui anche la sospensione della scelta –. Appare evidente che anche l'altro, in quanto essere-nel-mondo quanto noi, è portatore della sua quota di responsabilità, dunque tra i primi compiti del paziente vi è il riconoscimento degli elementi che effettivamente rientrano nel coefficiente di avversità insito al proprio esserci.

Il gruppo in tal senso è un potente strumento, in quanto microcosmo sociale in cui il singolo può osservare le conseguenze che il proprio agire ha sugli altri per generalizzare il qui-e-ora nel là-ed-ora dei quotidiani contesti sociali e familiari. I singoli membri del gruppo sono inoltre essi stessi responsabili dell'andamento del percorso terapeutico – a patto che il conduttore svolga sufficientemente bene il suo ruolo di facilitazione –. Ad esempio una tecnica suggerita dall'autore per favorire la presa di responsabilità consiste nel chiedere ai membri di esprimere un giudizio sulle sedute, confrontarle e riconoscere i meccanismi che hanno reso una seduta produttiva per il membro e per il gruppo, al fine di favorire un meccanismo di responsabilizzazione dell'individuo e del gruppo verso di sé. Viceversa una situazione anti-terapeutica si presenta quando la responsabilità dell'andamento del percorso terapeutico è affidato unicamente al terapeuta stesso: “un terapeuta che ha la sensazione di essere sovraccaricato dal paziente, convinto che nulla di utile si verificherà durante una seduta, a meno che lui non la faccia accadere, ha permesso a quel paziente di far scivolare il peso della responsabilità dalle sue spalle a quelle del terapeuta” (*Ibidem*). Viceversa, l'assunzione della responsabilità del processo del microcosmo sociale qual è il gruppo consente ai membri di divenire consapevoli della loro capacità di assumersi la responsabilità per generalizzazione in tutte le sfere della propria esistenza.

La consapevolezza della propria responsabilità è condizione necessaria ma non sufficiente per il cambiamento, siccome alla responsabilità deve seguire l'azione. Tale malinteso ha permeato la cultura psicoanalitica, ponendo l'insight come principale outcome terapeutico, nonostante sia stato lo stesso Freud a far coincidere la sanità con la capacità di amare e lavorare (Elms, 2001), e dunque con due competenze che si riscontrano in un concreto agire.

Per Yalom responsabilità dunque il fine ultimo del trattamento psicoterapeutico corrisponde al condurre il paziente in una condizione in cui poter effettuare una libera

scelta, condizione che si oppone alla nevrosi, la quale è per definizione connotata dall'impossibilità di una scelta altra dalla soluzione nevrotica stessa. Per l'autore dunque alla scelta deve seguire l'azione, la quale è canalizzata dalla volontà.

Il concetto di volontà viene largamente affrontato dall'autore, a partire dalle sue origini storiche fino alle sue declinazioni attuali, ma per quel che pertiene questa sede, non rendendo giustizia alla complessità del suo pensiero su questo tema, ci si limiterà ad introdurre il concetto di volontà come nascente dalla cooperazione di due componenti: il desiderio e la decisione/scelta. Per Yalom infatti alla responsabilità deve seguire una decisione/scelta che sia connotata dal desiderio, laddove l'assenza di anche una di queste due componenti non ha per esito un atto di volontà, ma una vastità di conformazioni difensive tra le quali atti compulsivi e impulsivi.

A questo punto, chiarito che il punto di arrivo è la decisione a cui consegue l'azione, è utile interrogarsi sul perché le decisioni siano un argomento colmo di angoscia. L'atto del decidere, soprattutto laddove una decisione sia sentita come importante ed irreversibile per l'individuo, pone l'individuo innanzi a due condizioni estremamente disturbanti:

- *Il limite*: condizione che sfida apertamente il senso di essere speciali insito in ogni individuo, mostrando come la scelta è sempre una condizione di perdita, una riduzione delle possibilità di esistere, che avvicina l'individuo sempre di più alla morte in quanto “possibilità della pura e semplice impossibilità dell'esserci” (Heidegger, 1926)
- *La colpa esistenziale*: La scoperta della possibilità di scelta in situazioni laddove si era nevroticamente ciechi apre a una condizione di colpa esistenziale, definita dall'autore come: “un potente fattore di blocco della decisione, in quanto una decisione cruciale porta l'individuo a riflettere dello spreco del come abbia sacrificato così tanto della propria unica vita. [...] se si accetta la responsabilità per la propria situazione nella vita e si prende la decisione di cambiare, ciò implica che si è responsabili della devastazione passata della propria vita e che si sarebbe potuti cambiare molto tempo prima” (Yalom, 1980). Tale condizione, sebbene estremamente disturbante per l'individuo, può essere per l'autore tanto un blocco della decisionalità quanto, divenendo consapevole ed elaborandola, il motore del cambiamento in quanto

prima forma di espressione di un desiderare autentico. A tal proposito l'autore afferma che: "il modo migliore, forse l'unico, per avere a che fare con la colpa, la colpa per aver violato un altro o se stessi, è un'espiazione. Non si può volere a ritroso. Si può espiare il passato soltanto modificando il futuro" (*Ibidem*)

Scegliere significa dunque farsi carico del proprio desiderare e tollerarne l'ambivalenza, significa riconoscere che il proprio abitare il mondo è un'esperienza in cui per ogni decisione vi è una possibilità mancata, e che tali possibilità non sono infinite, e dunque ogni scelta rende sempre più prossima la sola è unica possibilità dell'impossibilità dell'esserci.

3.3. L'isolamento Esistenziale

L'isolamento esistenziale è definito da Yalom come una preoccupazione che si differenzia da altre forme di isolamento, ovvero tale isolamento: "non [è] l'isolamento interpersonale con la sua relativa solitudine o l'isolamento intrapersonale (isolamento da parti di sé), bensì un isolamento fondamentale – un isolamento tanto dalle creature quanto dal mondo – che sottende le altre forme di isolamento. Non importa quanto uno possa essere vicino agli altri, rimane comunque sempre uno spazio vuoto, finale, che non può essere colmato: ciascuno di noi entra nell'esistenza da solo e da solo deve separarsene. Il conflitto esistenziale è così la tensione tra la nostra consapevolezza del nostro isolamento assoluto e il desiderio di contatto, di protezione, il desiderio di essere parte di un insieme più ampio"

L'isolamento esistenziale sottende dunque le altre due forme di isolamento. La tendenza a stabilire relazioni interpersonali a carattere fusionale svolge spesso la funzione di negare l'angoscia relativa a tale dato ultimo dell'esistenza, ma il prezzo da pagare è l'incapacità di vivere una relazione autentica con l'altro, quanto piuttosto a vedere nell'altro uno strumento per difendersi dalla solitudine. L'autore evidenzia dunque come spesso la sensazione di essere cronicamente non amati, in accordo con Erik Fromm (1957), possa essere sottesa a una sostanziale incapacità ad amare, il quale ha come prerogativa la capacità di esser soli.

Tale angoscia esistenziale, come d'altronde tutte quelle citate dall'autore, non possono essere "risolte". L'abbandono di una dimensione fusionale non significa ritirarsi dalla vita

perché bastevoli a sé stessi, quanto piuttosto unirsi all'altro in modo autentico nella consapevolezza che vi sarà sempre uno spazio incolmabile tra sé e l'altro. Attraverso il gruppo l'individuo può sperimentare momenti di relazionalità autentica, comprendere il fine delle proprie modalità relazionali, e dunque il modo in cui "utilizza" l'altro e come l'altro si senta nell'essere strumento.

È dunque solo attraverso la sperimentazione di una relazione autentica - Io-Tu nei termini di Buber (1923) – che l'individuo può riscoprire l'esistenza di un amore che possa compensare la solitudine e l'isolamento, consapevoli che la possibilità di entrare con la pienezza del proprio essere in relazione con l'altro nella sua completezza rende lo iato che separa l'individuo dal mondo - sebbene non colmabile - sufficientemente sopportabile.

Yalom, rispetto alla tensione tra comunione e consapevolezza dell'impossibilità di annullare lo spazio che ci separa dall'altro, fornisce la suggestiva metafora delle navi che solcano un mare oscuro, la quale sintetizza magistralmente quanto detto finora: "La comunione con gli altri è la nostra massima risorsa disponibile per mitigare il terrore dell'isolamento. Siamo tutti navi solitarie sopra un mare oscuro. Vediamo le luci di altre navi, navi che non possiamo raggiungere ma la cui presenza e la somiglianza con la nostra situazione ci offrono molto sollievo. Siamo consapevoli della nostra assoluta solitudine e vulnerabilità. Ma se riusciamo a uscire dalla nostra monade senza aperture, diventiamo consapevoli degli altri che si trovano a fronteggiare lo stesso solitario terrore. Il nostro senso di isolamento lascia il posto alla compassione per gli altri, e non siamo più così spaventati" (*Ibidem*, p.485)

3.4. L'assenza di senso

Rispetto all'assenza di senso, Yalom afferma: "Se dobbiamo morire, se siamo noi a costituire il nostro mondo, se ciascuno alla fine è solo in un universo indifferente, allora che significato ha la vita? Perché viviamo? Come dovremmo vivere? Se per noi non c'è un disegno preordinato, allora ciascuno di noi deve elaborare il proprio senso della vita. Tuttavia è possibile che un significato di propria creazione sia abbastanza solido da sopportare la vita? Questo conflitto dinamico-esistenziale si genera dal dilemma di una creatura alla ricerca di senso, gettata in un universo che senso non ha".

In questa dialettica l'autore vede l'uomo come un essere alla ricerca di un senso, evidenziando come la tensione del vivere una vita priva di obiettivi, valori e ideali possa essere fonte di un'estrema tensione, ma allo stesso tempo la condizione dell'uomo è proprio quella di essere gettato in un mondo la cui costituzione fenomenologica è responsabilità dell'uomo stesso (come precisato rispetto al concetto di libertà). Ciò ha condotto, nel corso della storia dell'umanità alla ricerca di senso attraverso varie costruzioni culturali (si pensi alla ricerca di un senso cosmico dell'esistenza, declinato da diverse religioni attraverso universi pre-organizzati di cui l'uomo diviene un tassello perfettamente incastonato). L'autore, rispetto agli aspetti terapeutici sulla questione dell'assenza di senso, perviene alla conclusione che la questione del senso della vita sia in realtà una questione poco edificante, affermando che la questione del senso, a differenza delle altre tre preoccupazioni esistenziali necessita di essere osservata indirettamente, ovvero attraverso una bonifica della questione stessa dalle restanti angosce esistenziali, le quali oscurano la questione del senso distorcendone le premesse, così come dagli artefatti culturali. Eppure allora, la questione del senso non cessa di essere materia non edificante, ma diviene affrontabile lasciando che sia il senso stesso ad emergere dal coinvolgimento dell'uomo nel mondo piuttosto che esserne a fondamento. A tal proposito l'autore si fa portatore della convinzione che: "la questione del senso della vita non è, come ci ha insegnato il Buddha, edificante. Ci si deve immergere nel fiume della vita e lasciare che la questione sia portata via dalla corrente". (*Ibidem*)

4. Le preoccupazioni ultime dell'esistenza come forme dello Spazio Senza

Muniti dell'edificio teorico Esistenziale fornito da Yalom, è possibile ora ritornare al concetto di "spazio senza" apprezzandone le connotazioni profondamente esistenziali. Mentre appare comprensibile che il contatto con le preoccupazioni esistenziali, in quanto condizioni transpersonali elicitate dall'unione di individui alle prese con la propria esistenza, possa essere una condizione che a diversi livelli influenza la matrice dinamica del gruppo, l'emergere della condizione trasformativa dello "spazio senza" pare essere invece profondamente legata all'emergere dell'angoscia esistenziale derivante dall'intreccio delle quattro preoccupazioni esistenziali o comunque dal prevalere di una sulle altre.

In effetti, a ben vedere, tali preoccupazioni, oltre ad essere dotate del carattere della transpersonalità, ricoprono un numero vasto di esperienze “destrutturanti”: la comprensione della propria finitezza, la comprensione dell’assenza di un senso esterno al sé, la responsabilità della costituzione del proprio mondo e delle conseguenze del proprio agire/non agire, la colpa esistenziale derivante di una vita ceduta alla nevrosi, il senso di solitudine pervasivo e il profondo senso di non essere “amabili”. Tali esperienze sono solo un possibile campionario di un vastissimo numero di condizioni esistenziali simili, ma non assimilabili tra loro. Le gruppalità interne individuali in questo senso sono degli organizzatori interni che consentono di mitigare queste forme d’angoscia, dando un senso d’ordine intrinseco al mondo che l’individuo abita. Quando però tali gruppalità da orientamenti all’esistenza divengono vincoli, l’individuo, seppur sofferente, è allo stesso modo sollevato dall’angoscia di esistere, con tutto ciò che esistere comporta. Quando dunque tali gruppalità interne si destrutturano all’interno del setting gruppoanalitico, il senso di smarrimento pone l’individuo nudo innanzi alla propria esistenza, le cui angosce erano fino a quel momento eluse dalle proprie gruppalità interne e potevano zampillare qui e lì sotto forma di sogni, lapsus, pensieri intrusivi, ecc... A quel punto l’individuo si apre a quel che fino ad ora è stato definito “spazio senza”.

Si è visto come l’utilizzo di un paradigma esistenziale, potrebbe contribuire a riconsiderare il concetto di “spazio senza” non solo come luogo di destrutturazione, ma, allo stesso tempo, come luogo di confronto tra l’individuo e la propria esistenza. Le angosce esistenziali sono dunque la conseguenza dello spazio senza così come la causa e lo strumento di cura. La sistematizzazione proposta da Yalom supporta il clinico fornendo una “mappa esistenziale” attraverso cui leggere i fenomeni e, apparentemente in maniera contro-intuitiva, alleandosi con l’angoscia esistenziale, in quanto portatrice di un messaggio terribile, ma necessario. Ciò contribuisce alla ri-organizzazione delle gruppalità interne dei membri relativizzando ciò che fino a quel momento era l’unico mondo abitabile, al fine di destrutturare le usuali organizzazioni psicopatologiche che, pur arrecando sofferenza, hanno consentito all’individuo di essere parte di una matrice intenzionante che lo ha protetto dall’angoscia esistenziale attraverso una prevalenza di elementi Idem che, nell’impossibilità di essere ripensata, ha trovato nella patologia un

confortante quanto doloroso oblio dell'essere, ovvero una condizione in cui l'individuo ha potuto crogiolarsi nella sofferenza che, nel lacerarlo, gli ha dato forma.

Emerge dunque una connessione forte tra l'apertura di uno "spazio senza" e la condizione di consapevolezza dell'essere suggerita da Heidegger, al punto da poter affermare che per aprire al vuoto generativo dello spazio senza è necessario il coraggio di guardare ai benefici secondari che la condizione patologica ha donato all'individuo, considerando che, se è vero che la patologia è la conseguenza della localizzazione della sofferenza dalla matrice verso l'individuo, è altresì vero che a livello individuale accettare il mandato patologico transgenerazionale garantisce un'appartenenza che ripara dalle consapevolezze esistenziali sopra esposte.

Il mandato familiare si pone in alternativa al vuoto di un'esistenza da costruire, laddove per vuoto si intende dunque un mondo defraudato dalle coordinate che il plexus, come "prima unità transpersonale" ci fornisce per navigare l'oceano dell'esistenza.

Ristrutturare la propria matrice familiare interiorizzata è un evento speculare alla scoperta della non-unicità della matrice stessa, e dunque alla scoperta di un mondo di matrici possibili da abitare e da cui essere abitati. Aprire dunque alla scoperta della contingenza del plexus primario significa scoprire la propria funzione costitutiva nei confronti del mondo, significa scoprire la propria finitezza potenziale ed accettare la propria ordinarietà (nel suo senso etimologico di "conforme all'ordine"), in un passaggio da un universo infantile tolemaico ad un universo adulto copernicano, e dunque riconoscere che le cose del mondo, anche le più familiari, ci sono in realtà profondamente estranee, per quanto si desideri il contrario.

In uno "spazio senza" dunque il processo di destrutturazione della matrice familiare interiorizzata e il passaggio ad una fase di consapevolezza dell'essere paiono essere non solo eventi connessi, ma lo stesso evento da due punti di osservazione differenti. Ristrutturare le proprie gruppaltà interne è sempre secondario alla comprensione che tali gruppaltà possono essere ristrutturate, riconoscendone dunque la contingenza e l'arbitrarietà, e dunque tirare fuori la propria esistenza dalla quotidianità che la caratterizza. A cascata l'individuo, comprendendo la contingenza del proprio rapporto al

mondo, diviene consapevole della contingenza del mondo stesso, delle sue scelte, dei suoi tentativi di evitare la solitudine e di eludere la propria progettualità di vita.

In conclusione, introdurre una prospettiva dinamico-esistenziale all'interno del discorso gruppoanalitico implica il riconoscimento delle responsabilità individuali nei confronti della propria esistenza, indipendentemente dai fattori costitutivi della propria identità, suggerendo così che laddove vi è patologia non vi è solo una matrice familiare che localizza la propria sofferenza sull'individuo, ma, allo stesso tempo, un individuo che, accettando il mandato familiare, molto spesso sceglie una sofferenza patologica ad una più profonda e perturbante sofferenza che l'esistenza esige come tributo alla vita.

Bibliografia

- Buber M. (1923), *Io e tu*, in *Il principio dialogico e altri saggi*, Edizioni San Paolo, Milano 1993.
- Ceruti M., Lo Verso G., (1998) (a cura di), *Epistemologia e psicoterapia. Complessità e frontiere contemporanee*, Raffaello Cortina, Milano.
- Elms A. C. (2001). Apocryphal Freud: Sigmund Freud's most famous "quotations" and their actual sources. *Ann. Psychoanal*, 29, pp. 83–104.
- Ferraro A., M., Coppola E., Lo Verso G., (2012). La gruppoanalisi soggettuale e la terapia di gruppo: introduzione alla teoria e alla prassi, *Narrare i Gruppi*, 7 (1), pp. 9-23.
- Ferraro A., M., Giannone F., Lo Verso G., (2012). Disidentità: una chiave di lettura per le nuove forme di psicopatologia?, *Narrare i Gruppi*, 7 (1), pp. 35 – 43.
- Foulkes, S.H. (1948) *Introduzione alla psicoterapia gruppoanalitica*. Tr. It. Edizioni Universitarie Romane, Roma, 1991.
- Foulkes, S.H. (1964) *Analisi terapeutica di gruppo*. Tr. It. Boringhieri, Torino, 1967.
- Foulkes, S.H. (1975) *La psicoterapia Gruppoanalitica. Metodi e Principi*. Tr. It. Astrolabio, Roma, 1976.
- Foulkes, S.H., Anthony, E.Y. (1975). *L'approccio psicoanalitico alla terapia di gruppo*. Tr. It. Edizioni Universitarie Romane, Roma, 1998.
- Fromm, E. (1957), *L'arte di amare*, Tr. It. Mondadori Editore, Milano, 1963.
- Giannone F., Lo Verso G., (1998), *I presupposti epistemologici*, in Di Nuovo S., Lo Verso

- G., Di Blasi M., Giannone F. (Eds), *Valutare le psicoterapie. La ricerca italiana*, Franco Angeli, Milano.
- Giannone F., Lo Verso G., (1994), *Episteme della complessità e fondazione della psicologia clinica*, in Lo Verso G., *Le relazioni Soggettuali. Fondazione della psicologia clinica e dinamica*. Bollati Boringhieri Torino.
- Gadamer H.G. (1960), *Verità e metodo*, tr. it. Bompiani, Milano, 1983.
- Gehlen A., (1978), *L'uomo. La sua natura, il suo posto nel mondo*. Tr. It. Feltrinelli, Milano, 1983
- Heidegger, M. (1926), *Essere e tempo*. Tr. It. Longanesi, Milano, 2005.
- Kandel E. R., (2005), *Psichiatria, Psicoanalisi e Nuova Biologia della Mente*, trad. it. Raffaello Cortina, Milano, 2007.
- Lo Verso, G. (1995), *Fattori e trasformazioni Terapeutiche in psicoterapia analitica di gruppo*, in A. Correale, C. Neri e S. Contorni (Eds), *Fattori terapeutici nei gruppi e nelle istituzioni*, 2, Roma, Borla.
- Lo Verso, G. (1999), Fattori terapeutico-trasformativi nei gruppi clinici: Un possibile inquadramento, *Attualità in Psicologia*, 17, 3-4, pp. 69-80.
- Lo Verso, G., Di Blasi, M. (2011). *Gruppoanalisi Soggettuale*, Raffaello Cortina Editore.
- Lo Verso, G., Profita, G. (2011). *Gruppoanalisi soggettuale e campo contrasferale*. in G. Lo Verso & M. Di Blasi (Eds), *Gruppoanalisi Soggettuale*, Raffaello Cortina Editore, Milano.
- Menarini, R., Pontalti, C., 1988, *Le matrici familiari della sofferenza mentale*, in L. Ancona & P. Di Giannantonio (Eds), *Le radici della sofferenza mentale*, Roma, Borla.
- Morin E., (1977), *Il Metodo. Ordine, disordine, organizzazione, vol. I*, tr. it. Raffaello Cortina, Milano, 1994.
- Morin E., (1980), *Il Metodo. La via della vita, vol. II*, tr. it. Raffaello Cortina, Milano, 2004.
- Morin E., (1986), *Il Metodo. La Conoscenza della conoscenza, vol. III*, tr. it. Raffaello Cortina, Milano 2007.
- Napolitani D. (1987), *Individualità e gruppaltà*, Bollati Boringhieri, Torino.
- Nucara G., Menarini, R., Pontalti C., (1987). La matrice neotenuca nella gruppoanalisi, *Archivio di Psicologia, Neurologia e Psichiatria*, 3. pp.313-326.

Nucara G., Menarini R., Pontalti C., (1995). *La famiglia e il gruppo: clinica gruppoanalitica e psicopatologia*, in Di Maria, F., Lo Verso, G. (Eds), *La psicodinamica dei gruppi. Teorie e tecniche*. Milano: Raffaello Cortina.

Piaget, J (1947), *Psicologia dell'intelligenza*, Tr. It Editrice Universitaria, Firenze, 1952.

Rizzolatti, G., Sinigaglia, C. (2006) *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*. Raffaello Cortina, Milano.

Sartre, J.P. (1943) *L'essere e il nulla*, Tr. It. Il Saggiatore, Milano, 1972.

Yalom, I. D. (1980). *Psicoterapia esistenziale*. Tr. It. Neri Pozza Editore, Vicenza, 2019.