

Centro Didattico “ Neoarchè” Bari

“Lo psicodramma analitico: un esercizio di empatia?”

Questo elaborato prende spunto dall'articolo di A. Rosa Buttarelli sulla posizione teorica di E. Stein e nasce dalla condivisione nel nostro gruppo di pensieri e riflessioni intorno al concetto di empatia.

Come nel “meccanismo specchio” l'empatia in ciascuno ha aperto circuiti, attivato curiosità ed è circolata in una dimensione ove la domanda o, sarebbe meglio dire le domande, sono state sul senso, sul “ rendersi conto” di essere in relazione, sul fare l'esperienza dell'altro, sul significato dell'empatia nella sua dimensione etica ovvero assunzione di responsabilità verso l'altro come soggetto che gioisce, soffre, ama, odia.

Il mio è stato un lavoro di tessitura dei singoli contributi nello sforzo di pervenire ad una sintesi intesa non come mera cucitura delle singole parti bensì espressione di un pensiero più complessivo.

In questo elaborato si intende tracciare un ipotetico filo rosso che, partendo dalla posizione teorica della E. Stein e passando attraverso le recenti scoperte sui neuroni specchio, individua possibili punti di congiunzione con lo psicodramma analitico.

Merito della Stein l'aver ricostruito semanticamente il concetto di empatia (einfühlung) sentire (fühlen) dentro (ein) arrivando a definirlo fenomenologicamente come “unico processo conoscitivo in grado di farci cogliere l'intersoggettività”(1).

Empatia non come immedesimarsi nell'altro, piuttosto come “acquisizione emotiva della realtà del sentire altrui” (2).

Esperienza dell'altro- dice la Stein- e di altro, quindi esperienza dell'intersoggettività come oltre della dicotomia tra soggetto e oggetto, tra essere e non essere per

andare verso quello spazio in cui il senso dell'essere è inteso come essere in relazione.

In altri termini, l'empatia vista come fondamento dell'intersoggettività e quest'ultima come fondamento della soggettività. E la intersoggettività si struttura a partire da un dentro, prima che da una conoscenza di tipo cognitivo. La si riconosce prima con le viscere che con il cervello.

La scoperta dei neuroni specchio ha permesso un ulteriore approfondimento in tal senso.

Che vi sia un meccanismo specchio nel nostro cervello è oggi un dato ampiamente riconosciuto. Gallese, uno degli scopritori dei neuroni specchio, sottolinea che

“guardare qualcuno mordere una mela, attiva nel nostro cervello le stesse regioni corticali che si attiverrebbero se stessimo noi mangiando una mela”. (3)

Lo stesso meccanismo spiegherebbe il coinvolgimento di neuroni che sarebbero alla base della nostra capacità di condividere le emozioni e le sensazioni degli altri.

Ci sarebbe, dunque, un processo di simulazione incarnata, meccanismo di natura essenzialmente motoria caratterizzato da neuroni mirror i quali agendo immediatamente prima di ogni elaborazione cognitiva instaurano un legame diretto tra agente ed osservatore. Sarà la condivisione dello stato corporeo tra osservatore ed osservato a consentire, per l'appunto, quella connessione che potremmo definire empatia.

Indubbiamente, con l'acquisizione di tali scoperte è come se andassimo a considerare una base biologica dell'empatia e ciò costituisce un elemento di rottura con un modo di pensare all'empatia come immedesimazione, esperienza estatica, abbandono della coscienza. Nulla di tutto questo ed è la stessa Stein a metterci in guardia dal farlo. Nell'empatia dice la Stein- non c'è un noi, ma due che si mantengono distinti soggettivamente. Empatia è per la Stein una esperienza specifica. “Non mi abbandono né in lei o in lui né proietto o trasferisco le mie qualità” (4). Empatia non come conoscenza più o meno probabile o congetturale del vissuto altrui.

Sarà la stessa Stein a giungere ad una considerazione di questa portata:

“nell'incontro tra esseri umani si scopre l'inconsistenza della soggettività assoluta ”
(5).

Non essendo l'empatia immedesimazione il suo valore cognitivo è dato nel “rendersi conto” di essere in relazione ovvero nel comprendersi come aperti a qualcos'altro. Il

fare esperienza dell'altro, rendersi conto della sua gioia, del suo dolore. Ciò costituisce un atto indispensabile per qualificare il rapporto troppo spesso impersonale che incontriamo. L'incontro con l'altro mi costringe a ridefinire il mio modo di vivere, mi induce ad un atto che non compirei se non ci fosse l'altro come agente. L'origine del senso della relazione scaturisce per la Stein da questo movimento di andata e ritorno, generativo di quella conoscenza di sé attraverso l'altro ed in questo c'è tutta la carica trasformativa che l'empatia pone in essere.

Ci si può chiedere, a questo punto, quale la portata generativa, cosa apporta l'empatia, vista dalla posizione della Stein, al **nostro** dispositivo? quali le implicazioni, i possibili punti di congiunzione con lo psicodramma analitico?

Elemento fondamentale della concezione steiniana dell'empatia è il concetto di differenza. Il movimento del Soggetto che empatizza, è concepito mantenendo la differenza tra vissuto originario e vissuto non originario ove il primo, appartenente all'io empatizzante, non deve sovrapporsi al secondo, appartenente all'io empatizzato, pena l'annullamento dell'altro in un movimento di totale immedesimazione che la Stein definisce *unipatia*.

E' come se, su questo punto, si potessero rintracciare dei punti di congiunzione con lo psicodramma analitico ovvero un dispositivo psicoterapeutico "in" gruppo e non "di" gruppo ove in quest'ultima accezione la vischiosità dell'accostarsi all'altro rischierebbe di smarrire proprio quella differenza, quel segreto che fa di ognuno un soggetto animato dal desiderio particolare che giunge da un Altro luogo.

Alla luce di quanto si va delineando lo stesso transfert laterale può considerarsi un'esperienza di costituzione intersoggettiva e, contemporaneamente, di distanza, di comunanza e di solitudine.

In quanto soggetto partecipante al lavoro in gruppo *senti* che qualcos'altro, che concerne te e alcuni altri partecipanti al lavoro in gruppo, giunge da un Altro luogo proiettandoti, per dirla con Serge Gaudè, "verso il punto di distanza eliso, all'esterno del quadro" (6).

Il cambio di ruolo, ad esempio, avviene non solo e non tanto per immedesimarsi empaticamente nel posto dell'altro ma per vedere se stesso da un altro punto di vista: cambiare prospettiva produce un'altra posizione soggettiva.

Se si pensa, ad esempio, al darsi del corpo proprio del soggetto mentre si appresta ad accogliere l'invito a giocare sulla scena psicodrammatica ed al modo in cui, circolarmente, il soggetto stesso elabora i propri vissuti sostenuto dall'uditorio, si può individuare una sorta circolarità simile a quella proposta dalla Stein: percezione

dell'altro Soggetto, sorpresa nell'incontro dei vissuti che si "Illuminano" reciprocamente, ritorno alla soggettività originaria nell'elaborazione di ciascuno.

Come in un continuo go – between tra soggetto e soggetto, tra soggetto e gruppo, in una sorta di mediazione operata dallo psicodrammatista, si articola il discorso della seduta, pratica della parola che, se è vero che fa circolare le rappresentazioni proprie ad un partecipante verso gli altri, produce anche degli effetti sul gruppo.

Difatti, lo psicodramma analitico non esaurisce la sua forza nell'essere solo un dispositivo di rappresentazione. Si attiva nei partecipanti un legame sociale particolare, diverso dagli altri poiché non consente quell'Uno indifferenziato. Ricorriamo a Lacan nel suo Seminario l'Etourdit lì dove sottolinea:

"il discorso psicoanalitico è proprio quando può fondare un legame sociale ripulito da qualsiasi necessità di gruppo" (7).

Sarà quel tipo di legame sociale a sostenere nel gioco la rappresentazione che può essere sostenuta a patto che non subentri quell'effetto colla nel gruppo dei partecipanti. Effetto colla assimilabile alla immedesimazione che, come sappiamo, nulla ha a che vedere con l'empatia. Questo discorso di seduta sostiene la rappresentazione verbale, ne raccoglie gli effetti e la estende nella forma di una logica intersoggettiva di discorso. Logica intersoggettiva che nell'impatto con la sofferenza dell'altro induce ad un "rendersi conto", ad incontrare emozionalmente e psichicamente l'alterità. Ed il rendersi conto è l'atto empatico ovvero l'atto attraverso cui ci rendiamo conto di capire quel che sente l'altro, quel che vuole, che pensa. Atto empatico assimilabile a quella operazione di taglio, di sottrazione di godimento che è proprio del gioco psicodrammatico altrimenti scivoleremmo in quello che i Lemoine chiamano "gioco fabulato, gioco di godimento".

Nel richiamo al concetto di alterità come sopra si accennava si intende sottolineare un punto. Non è possibile non rilevare l'assenza nel pensiero della filosofa tedesca di una istanza imprescindibile per l'esperienza analitica: l'inconscio. La Stein elude totalmente l'Alterità che dimora presso il Soggetto e che fa dell'lo una costruzione immaginaria.

Se accettiamo, con Jacques Lacan, l'idea che l'inconscio è strutturato come un linguaggio, allora il desiderio di cogliere il modo di costituzione dell'altro soggetto che mi sta di fronte, può slittare nella sovrapposizione empatica del vissuto del soggetto empatizzante con quello del soggetto empatizzato. E' come se si rincorresse l'illusione dell'Uno, del ritorno ad una mitica unità, ad una ricerca "di" gruppo, del raggiungimento pieno del sentire dell'altro soggetto. Ricerca,

quest'ultima, che se non colta nella sua provvisorietà, , diremmo impossibilità, rischia di divenire null'altro che delusione partendo da una illusione di fondo.

Si giunge alle considerazioni finali di questo lavoro. Ci si chiede, a questo punto della articolazione del discorso, come l'empatia possa riflettersi sulla scena psicodrammatica, quale il suo riverbero. La domanda del gruppo è centrata sullo psicodramma analitico come possibile esercizio di empatia.

Per meglio sintetizzare questo punto occorre partire da una considerazione di fondo. Nei gruppi di psicodramma analitico è sempre più evidente quanto sia difficile vedere l'altro, ovvero riconoscerlo come soggetto.

Descrivere l'altro, esprimere un elemento che lo caratterizzi, un'identificazione proiettiva sull'altro è spesso difficile.

“ Scelgo lui perché solare”, “perché mi è simpatico”, consumati aggettivi!! attributi autoreferenziali.

Sembra carente la possibilità di attingere ad un mondo interno fatto di ricordi, immagini, esperienze stratificate nella propria storia, come se la dimensione immaginaria non possa essere alimentata da vissuti più legati ad una propria memoria storica.

Vedere l'altro/ vedersi, rappresentare l'altro dentro di sé/ rappresentarsi all'altro, metterlo in scena, richiamarlo a sé, appare, oggi, più complesso.

La dimensione dello sguardo sull'altro e dell'altro è fondamentale nello psicodramma analitico. L'alzarsi in piedi, in mezzo agli altri e tentare di organizzare la messa in scena di un momento significativo della propria problematica pone inevitabilmente il fare i conti con alcuni aspetti del proprio narcisismo, con la propria irrimediabile separatezza.

Sullo sguardo dell'altro può esservi **proiettato** tanto un bisogno di riconoscimento tanto un contenuto persecutorio **elementi** che hanno dei ritorni in termini di conforto o di divisione e lacerazione della propria immagine.

Imparare a vedere l'altro, descriverlo, può costituire un tentativo di riattivare processi immaginativi e di rappresentazione. Ci si chiede se l'esperienza psicodrammatica in sé non possa da un lato favorire l'attivazione di un processo di costruzione di una intersoggettività, messa in crisi dalla contemporaneità odierna, e dall'altro aprire ad una nuova narrazione soggettiva e collettiva con il ripristino del discorso sociale.

Lo psicodramma può considerarsi un esercizio di empatia per reimparare a sentire l'altro dentro, sentirne emotivamente la presenza, farne la sua conoscenza ancor prima che cognitiva, emotiva, sensitiva. Nella costruzione del gioco psicodrammatico, il confronto con la parola e i vissuti dell'altro favoriscono quel processo associativo che arricchendosi di nuovi significanti apre al discorso del soggetto e lo articola al discorso dell'altro.

Seppure una modalità probabilmente più di ricostruzione immaginaria sembra, oggi, necessaria al fine di favorire un passaggio fondamentale: ristabilire un legame con

l'altro, meno caricato della dimensione virtuale, favorendo il superamento della dimensione olofrastica che caratterizza il soggetto contemporaneo.

Nicolò Malcangio

Bibliografia

- (1) G. Masera " L'empatia in E. Stein: la giusta distanza per essere accanto all'altro "da " I luoghi della cura", Anno v n. 3, 2007 pag. 28
- (2) G. Masera, op. cit. pag 29
- (3) Ammaniti- Gallese " La nascita dell'intersoggettività" Raffaello Cortina Editore, 2014
- (4) G. Masera, op. cit. pag. 29
- (5) G. Masera, op.cit. pag.28
- (6) Serge Gaudè, *Sulla rappresentazione, Narrazione e gioco nello Psicodramma*, Alpes, Roma, 2015, pag.XXIII)

- (7) Terre contigue: Psicoanalisi e Educazione il ruolo dell'osservazione ed. Borla, 2013, pag. 86