



L'uso del sogno in psicoterapia di gruppo e il social dreaming.

Dottor Nicola Di Battista – Psicologo, Psiconcologo, Operatore per soggetti autistici, Assistente alla comunicazione per soggetti ciechi e sordi con uso del Braille e della Lingua Italiana dei Segni – Scuola di Psicoterapia Erich Fromm.

Introduzione.

Lo stretto legame tra sogno e individuo e tra sogno e interpretazione inaugurato dalla civiltà occidentale e cristallizzato dalla psicoanalisi ha messo in ombra per secoli le funzioni comunicative dei sogni per i gruppi.

In molte società tribali i sogni e i miti erano raccontati e discussi in incontri collettivi. Poiché i membri del gruppo condividevano molto dal punto di vista simbolico e del linguaggio, essi possedevano anche le chiavi per comprendere buona parte del significato simbolico dei sogni. Gli specialisti (non di interpretazioni, ma di rituali) conoscevano la molteplicità dei significati dei simboli e il loro intervento era indirizzato ad amplificare, integrare ed elaborare il racconto dei sogni.

L'interscambio onirico facilitava la capacità di stare in relazione e fluidificava le comunicazioni fra i membri del gruppo. Tale pratica risultava particolarmente utile e benefica in quelle aree della vita sociale che richiedevano cooperazione e interdipendenza.

E' in occidente, a partire dal mondo mediterraneo classico, che l'impiego del sogno si indirizza verso scopi diversi. I sogni diventano immagini e messaggi riguardanti l'individuo piuttosto che il gruppo. La loro funzione diventa quella di rivelare qualcosa del destino del singolo sognatore, piuttosto che strumento di armonizzazione inconscia nell'ambito di un gruppo. La netta separazione tra ciò che è inconscio e ciò che è cosciente fa sì che il linguaggio onirico, in precedenza trasparente e capace di influenzare il vissuto condiviso, divenga più oscuro. Il sogno diventa portatore di una comunicazione significativa ma cifrata, che richiede l'interpretazione di un esperto per essere compresa.

Da millenni, con la comparsa dell'homo sapiens e quindi con l'emergenza dell'autoconsapevolezza e del linguaggio, il sogno ha destato, oltre che la meraviglia, anche la curiosità di conoscerne la natura e il significato: è stato, quindi, oggetto di riflessioni e di considerazioni magiche, filosofiche ed epistemologiche, nel tentativo di decifrare la complessità della vita psichica dell'uomo. Secondo molti antropologi, il sogno ha costituito la base per la credenza nell'anima: entità immateriale, che nel sonno si staccerebbe dal corpo per vagare nel mondo. Il sogno sarebbe, quindi, la rappresentazione di questo viaggio e le immagini strane, mai viste prima, sarebbero dovute, appunto, all'esplorazione di luoghi lontani e particolari che solo l'anima, in questo suo strano viaggio notturno, potrebbe raggiungere. Tuttavia, il sogno ha costituito anche un tema dominante nell'ambito della riflessione filosofica, che ha posto il sogno sotto il giogo della categoria anti nomiale vero- falso, in contrapposizione, ovviamente, allo stato di veglia. Già Eraclito nel IX frammento affermava: "Per coloro che sono svegli, esiste un solo mondo comune, mentre chi si addormenta entra in un mondo suo proprio". Dall'altra parte del pianeta, in una cultura completamente diversa, il saggio cinese Chuang Tzu, poneva il problema in termini ancora più perentori, anche se con modalità allusive e allegoriche. "Chuang Tzu sognò di essere una farfalla ed al risveglio non sapeva se fosse un uomo che aveva sognato di essere farfalla, o una farfalla invece che in quel momento stava sognando di essere Chuang Tzu". Questa antinomia vero - falso, derivante da una supposta antinomia stato di veglia e stato di sonno, attraverserà tutta la cultura

occidentale e sarà, come sostiene P. Mathieu, “la pietra d’inciampo di tutta la filosofia moderna”. Chi ci può assicurare che quanto viviamo nello stato di veglia non sia l’equivalente di un sogno, e viceversa? Non è un caso che proprio Cartesio, nel fondare la soggettività con il “cogito ergo sum”, proponga la provocazione intellettuale che un genio maligno potrebbe farci credere di essere svegli, mentre in realtà stiamo sognando, aprendo con questa affermazione la strada ad una scempi non confutabile che potrà essere superata solo dalla presenza di un ente superiore. Il sogno, quindi, è stato spesso utilizzato nelle riflessioni relative al problema della conoscenza. Nell’Ottocento, quando il sogno entrerà a pieno diritto nel campo della psicologia. Freud, a proposito del sogno, sostiene tre assunti di base: 1. Il sogno è un’allucinazione; 2. Il sogno è generato da un desiderio non realizzato; 3. Il sogno serve a proteggere il sonno.

Il linguaggio del sogno.

Il sogno si esprime mediante un linguaggio, la cui caratteristica fondamentale è quella di essere costituito prevalentemente da immagini. Il bambino conosce il mondo attraverso le sensazioni tattili, acustiche, ma soprattutto visive. All’inizio non c’è il verbo, ma l’immagine, che deve essere distinta dalla pura sensazione visiva, perché indice di una capacità di organizzazione psichica più complessa. Il bambino recepisce miriadi di sensazioni visive, le seleziona e le elabora soprattutto sulla base della continuità e della ripetitività dell’oggetto. Dal momento che riesce a formare e mantenere le immagini, il bambino comincia a crearne di nuove e a giocarci: il sogno può essere visto come una continuazione di questa attività ludica.

Il linguaggio onirico è un linguaggio per immagini, e di queste conserva una proprietà caratteristica: la sinteticità. Su un piano evolutivo culturale, possiamo paragonare il sogno alla scrittura ideografica, paragone che permette di comprenderne anche un’altra caratteristica: l’immagine fornisce un’informazione più rapida e sintetica, ma in qualche modo anche meno definita e precisa, ossia l’immagine, più della parola, può avere significati multipli, fenomeno questo che si esplica con due modalità di linguaggio onirico: la <condensazione> e lo <spostamento>, ovvero la possibilità che ha l’immagine di fondersi o di sostituirsi ad un’altra. Questi due processi danno luogo al <simbolo>, che è qualcosa che si riferisce o rappresenta qualche altra cosa, a differenza del <segno>, che indica, invece, la presenza di un’entità specifica. Sono, inoltre, caratteristiche del linguaggio onirico altre due modalità: <mancanza della freccia temporale> e <presenza del principio di contraddizione>, per cui possono accadere cose antitetiche ed opposte, senza che questo desti nel sognatore stupore o incredulità. Pertanto, la struttura del linguaggio onirico è caratterizzata da <spostamento>, <condensazione>, <simbolismo> ed <assenza sia del principio di vettorialità del tempo>, sia di quello di non contraddizione. Se questa è la struttura del linguaggio onirico, i contenuti sono immagini che possono derivare da: immagini riguardanti il passato; immagini tratte da situazioni presenti (resti diurni); costituzione di immagini completamente nuove. Le scene possono essere semplici o molto complesse ed articolate. Normalmente, il soggetto vive il sogno come la realtà; a volte, invece, sa che sta sognando. Questa evenienza può indicare un tentativo di superamento dell’angoscia, nel senso che il contenuto del sogno potrebbe suscitare angoscia, ma pensare che si sta sognando rappresenta un modo per sdrammatizzarlo. L’esperienza onirica viene successivamente, nella veglia, organizzata in un racconto, ed è questo racconto del sogno che dà la possibilità di interpretarlo.

Alcuni fondamenti per la comprensione dell’uso dei sogni in gruppo.

Il significato e l’importanza attribuita al sogno nell’ambito della psicoterapia di gruppo derivano innanzitutto dalla stretta dipendenza di quest’ultima dalla teoria e dalla pratica psicoanalitica. Ciononostante sarebbe erroneo limitare l’uso e l’intendimento dei sogni in gruppo ad una mera trasposizione della teoria psicoanalitica classica, senza tener conto delle peculiarità di quella nuova situazione che è il gruppo e delle altre teorie che hanno direttamente influenzato tale pratica.

Un’approfondita analisi della letteratura sull’argomento evidenzia come l’uso del sogno nella psicoterapia di gruppo si muova prevalentemente lungo una linea di pensiero che va dall’interesse

per l'inconscio a quella per l'Io in rapporto alla personalità totale e all'ambiente sociale, ed un'altra linea complementare che, in accordo all'influenza della Gestalt, di Lewin e della dinamica di gruppo, diverge l'attenzione dall'individuo allo stesso gruppo in quanto unità e centro di osservazione, riflessione e cambiamento.

L'interpretazione del sogno nel gruppo risente, quindi, in primo luogo dell'evoluzione dell'indagine freudiana sui sogni dai contenuti inconsci all'analisi delle resistenze, delle formazioni caratteriali e della nevrosi da transfert, e perciò, su questa linea, dalla ripresa in considerazione negli psicoanalisti postfreudiani dell'Io e della sua attività psichica in relazione all'Es, al Super – Io e alla realtà esterna. In secondo luogo si colloca nel passaggio dalla concezione di gruppo come “somma di individui”, e di conseguenza sul piano psicoterapeutico null'altro che setting specifico che permette più analisi individuali, alla concezione di gruppo come luogo di interazione e confronto dialettico, e a quello secondo cui il gruppo è una vera e propria unità strutturale e dinamica, o meglio un oggetto interno comune, le cui matrici condivise, se elaborate e portate alla coscienza, spiegano e promuovono l'evoluzione degli individui.

Per quanto riguarda l'evoluzione di Freud e nella psicoanalisi dell'uso e dell'interpretazione del sogno, si possono accennare ad alcuni momenti essenziali di essa, momenti chiarificatori delle tendenze secondo cui viene utilizzata in psicoterapia di gruppo. Innanzitutto è presente lungo tutta l'opera di Freud una continuità di interesse per il sogno, benché l'ottica attraverso cui Freud lo vede e lo prende in considerazione si modifichi nell'accento, anche se non in modo esplicito, attraverso lo sviluppo e l'elaborazione del suo pensiero. Se nelle fasi di autoanalisi il sogno è per Freud essenzialmente il campo privilegiato di dimostrazione e di verifica dell'esistenza dell'inconscio e dell'operare dei suoi meccanismi, in un secondo momento, il sogno pur restando nell'intendimento di Freud la via regia verso l'inconscio e parte fondamentale della tecnica psicoanalitica, il sogno si apre nelle sue riflessioni a una prospettiva di analisi maggiormente interpersonale. In altre parole, più esplicitamente Freud inserisce l'analisi classica del sogno nel contesto globale della terapia e della associazioni del paziente, tendendo a considerare significativi non solo i travestimenti e le distorsioni del significato profondo ma anche taluni aspetti del contenuto manifesto, in quanto comunicazione e specchio del rapporto di transfert. In questo passaggio il sogno si arricchisce di un ulteriore interesse e utilità sul piano analitico e assume, accanto alla dimensione verticale e profonda di rilevazione dell'Es e dei contenuti rimossi, una dimensione orizzontale, più avvicinabile alla coscienza, che viene anche essa utilizzata nella comprensione della comunicazione di transfert che il paziente fa all'analista. La ricchezza di una sua analisi particolareggiata si unisce così al suo uso come messaggio, da analizzarsi in rapporto al contesto in cui è portato e soprattutto in relazione ai movimenti per cui il paziente lo porta.

Proprio nell'ambito di queste ultime considerazioni si situano alcune considerazioni ed elaborazioni degli psicoanalisti riguardo al sogno. Se l'enfasi di Freud nei confronti del materiale onirico è rimasta essenzialmente centrata sul contenuto latente, sul ruolo del conflitto intrapsichico rimosso, sul tentativo di ogni individuo di realizzare attraverso i sogni i suoi desideri infantili, l'enfasi di una parte della psicoanalisi che si ricollega maggiormente alle teorie di Hartmann, Kris e Loewenstein va nella direzione di una rivalutazione della sfera cosciente e preconsa, con il conseguente privilegiare del contenuto manifesto e quindi dei residui diurni e dei conflitti attuali.

Questo allargamento di prospettiva fu certamente già presente in Freud, soprattutto dopo la sua formulazione di una teoria strutturale della psiche che considerava, accanto all'Es, anche le istanze dell'Io e del Super – Io. Come rilevarono giustamente Bernstein e Fine (1969), R. M. Jones (1962 e 1970) ed in particolar modo Spanjaard (1969), Freud non fu mai esplicito a riguardo, in quanto viveva come minacciosa e impoverente un'apertura alla psicoanalisi all'Io e alla realtà esterna, soprattutto in riferimento al fatto che coloro (Adler, Stekel e Jung) che avevano privilegiato tali campi l'avevano fatto con motivazioni di scissione e divergenza, e in ogni caso a deterioramento di una psicologia dell'inconscio. Più volte nelle opere di Freud si possono trovare tracce di rivalutazione del sogno manifesto, nel senso che qua e là esso non è più visto come un mero conglomerato di difese, ma è dallo stesso Freud utilizzato nell'interpretazione. Lo stesso si può dire

per ciò che riguarda le funzioni dell'Io nel sogno e l'importanza dei fatti attuali: ad esempio, riguardo ai sogni nelle nevrosi traumatiche Freud li caratterizzò principalmente come modalità dell'Io di superare lo stimolo retrospettivamente, e più volte considerò il sogno anche sotto questa ipotesi, anche se mai la privilegiò e la generalizzò. Questi orientamenti ricevono però una loro sistematica elaborazione e organizzazione solo nei suoi allievi e soprattutto nella produzione avvenuta durante e successiva alla seconda guerra mondiale. Tra i primi psicoanalisti che si occuparono di questo campo vi furono Federn (1939) che, nel tentativo di aprire la cura psicoanalitica alle turbe narcisistiche del carattere e alle psicosi, vede il lavoro onirico come chiave per la comprensione dei vari stati dell'Io; Alexander (1950) e Fenichel (1935 e 1936) evidenziarono il ruolo che occupa l'Io nella costruzione del sogno accanto a quello dell'Es e del Super – Io. È possibile accennare anche ed ulteriormente all'analisi di E. H. Erickson del famoso sogno di Irma (1954). Attraverso tale sogno E. H. Erickson mise in risalto sia che il contenuto onirico manifesto poteva essere inteso quale indizio della consistenza dell'Io del sognatore del suo grado di flessibilità e delle sue differenziazioni, sia che esso poteva essere utilizzato degnamente in senso psicoterapeutico. Sono altrettanto importanti i contributi di Grama (1930, 1940 e 1971), rivolti a sottolineare come fossero più rilevanti nella formazione del sogno le situazioni traumatiche piuttosto che l'appagamento dei desideri rimossi, e quelli di T. M. French e Erich Fromm (*"I sogni: problemi di interpretazione"*; Astrolabio, Roma, 1970), anche essi volti in una direzione rivalutazione dell'Io e delle strutture cognitive nei confronti del sogno, e particolarmente nel senso che il sogno sarebbe un tentativo da parte del soggetto di superare un conflitto attuale di natura individuale o sociale.

Attraverso questi Autori post freudiani il contenuto manifesto del sogno, i residui diurni e i conflitti attuali sono stati sempre più rivalutati fino ad occupare una parte notevole dell'interesse della psicoanalisi. Pur nell'ambito di una psicologia dell'inconscio l'Io ha recuperato ha sé l'attenzione degli psicoanalisti, in quanto non solo armatura difensiva bensì possibilità ristrutturante e trasformatrice della personalità e della realtà. In tale ottica il contenuto manifesto, lo svolgimento stesso del sogno, la sua forma apparente, possono diventare la chiave di accesso agli aspetti inconsci e preconsoci del sognatore e, quindi, la "via regia" per la comprensione e per la cura dell'individuo.

Ultimamente la psicofisiologia ha contribuito all'evoluzione del dibattito sull'interpretazione dei sogni, evidenziando come non soltanto i desideri infantili rimossi facciano parte del contenuto e del significato del sogno, bensì anche le espressioni e le funzioni dell'Io al servizio dell'adattamento creativo dell'individuo nella realtà, della trasformazione della stessa piuttosto che la sua deformazione. In particolar modo alcuni di questi contributi sono poi doppiamente inerenti al tema dell'uso del sogno nella psicoterapia di gruppo, dal momento che, nella dimostrazione di quanto siano rilevanti gli eventi diurni nella complessità contenutistica del sogno, si sono serviti di soggetti sperimentali in terapia di gruppo.

Whitman e collaboratori (1964) dimostrarono come la situazione di laboratorio e il rapporto soggetto – sperimentatore siano incorporati nei sogni, come la rappresentazione nel sogno manifesto del setting sociale sia incoraggiata da stati alterati di coscienza, quali gli stati della trance ipnotica, gli stati dovuti all'assunzione di alcool e/o droghe, quelli influenzati dal clima delle libere associazioni e dai vissuti regressivi che la situazione di gruppo induce. Similmente Witkin e Lewis (1967) riportarono una serie di sogni al fine di far vedere come vi siano differenti stili individuali nell'incorporare gli elementi della veglia nel contenuto manifesto del sogno. Tali Autori indicarono anche il significato strettamente personale per cui l'individuo incorpora l'evento diurno. Gli studi di Grand, Freedman e Jortner (1969), quello di Breger, Hunter e Lane (1971), quello di Gold (1972 e 1973), si rifanno invece alle vere e proprie situazioni di gruppo non in laboratorio sperimentale.

L'obiettivo di tutti questi Autori è studiare la relazione che intercorre fra le sedute di gruppo e i sogni dei vari partecipanti. La prima ricerca utilizza le tecniche REM per verificare alcuni concetti psicoanalitici. In particolare Grand, Freedman e Jortner studiarono i sogni di laboratorio di un paziente paranoide e li rapportarono al suo comportamento in gruppo e alle varie richieste dei

membri del gruppo. Le variazioni dello stato clinico del paziente paranoide, secondo questi Autori, erano strettamente correlate alle diverse situazioni del gruppo e, come tali, venivano puntualmente riflesse nelle fasi REM del sogno e nella realtà del comportamento sociale del paziente nella terapia. Breger, Hunter e Lane (1971) studiarono analogamente gli effetti delle situazioni di stress sul contenuto dei sogni, usando come situazione stressante le sedute di gruppo. Oltre a mettere in evidenza la continuità fra la vita di veglia e i sogni, come cioè il gruppo e i suoi accadimenti ritornassero frequentemente nel contenuto manifesto del sogno, tanto più se il coinvolgimento dei soggetti nelle sedute era alto, gli autori dimostrarono attraverso di essi le situazioni frustranti vissute nel gruppo. Anche Gold (1972 e 1973) confermò con la sua ricerca le precedenti considerazioni: Gold si pose come compito quello di verificare il rapporto fra i sogni dei membri di un piccolo gruppo, condotto con i metodi descritti da Bion e ripresi dalla Tavistock, e i vari temi comuni vissuti dal gruppo. I risultati delle sue ricerche dimostrarono la stretta relazione fra la risposta degli individui nei sogni e le situazioni nel gruppo. Se Breger, Hunter e Lane sottolineavano però come i pazienti nei sogni tendessero a superare le situazioni angoscianti vissute nel gruppo, Gold al contrario segnala una tendenza opposta. Secondo Gold le parti più intime dei contenuti del sogno sono, secondo la sua ricerca, spiacevoli e rispecchiano le ansie del paziente e del gruppo di perdere il controllo, i conflitti con l'autorità e i propri pari. Inoltre, sempre secondo Gold, i sogni non solo richiamano la vita diurna, bensì l'anticipano, nel senso che, attraverso di essi, il terapeuta e i pazienti possono venire a conoscenza delle tematiche affettive che connoteranno le sedute successive al sogno. In questa accezione il sogno non è più soltanto la risposta di gruppo alle problematiche comuni delle sedute precedenti, ma è piuttosto un indizio delle tensioni che il gruppo andrà elaborando.

La complessa e non certo lineare evoluzione psicoanalitica dall'Es all'Io, dal passato al presente, la rivalutazione conseguente degli aspetti manifesti ed attuali del sogno servono a spiegare e chiarire in qualche modo la tecnica interpretativa usata in psicoterapia di gruppo. Quest'ultima, facendo propri i contributi della Gestalt, di Lewin e della dinamica di gruppo, lungi da dimenticare le basi teoriche classiche della psicoanalisi e dall'impoverirne l'essenza, permette una migliore comprensione delle peculiarità che caratterizzano il setting gruppale. In particolare l'accento sempre più frequente sull'*hic et nunc*, sul gruppo e la sua interazione anziché sull'individuo e la sua vita passata, ha portato gli psicoterapeuti di gruppo ad usare maggiormente il contenuto manifesto del sogno ed il suo significato interpersonale. La stessa ricerca sperimentale sul rapporto fra stato di veglia e sogno, se ha indicato da una parte come i sogni di gruppo siano ricchi di eventi diurni appartenenti ai vissuti comuni del gruppo, o meglio di costrutti simbolici loro riguardanti, ha mostrato dall'altra parte come i sogni siano un materiale fondamentale sia per comprendere le emozioni e i vissuti del singolo e del gruppo rispetto al procedere della terapia, sia per prevedere e riconoscere le tensioni presenti e future all'interno del gruppo.

Certamente questo non è l'unico modo possibile per situare l'uso e l'intendimento dei sogni in psicoterapia di gruppo. Prospettive diverse, appoggiandosi su altre fonti ed altri orientamenti teorici, possono cogliere ulteriori aspetti del significato e dell'utilizzazione del sogno in gruppo, ma, al di là delle eventuali differenze teoriche di base, vi siano campi di incontro, di complementarità e di utile confronto.

La letteratura sul sogno in gruppo dal 1950 al 1980.

Fra il 1950 e il 1960 le pubblicazioni sul tema del sogno nei gruppi sono poche. In tale decennio il sogno è visto essenzialmente come un prodotto del singolo individuo ed è trattato in gruppo conseguentemente. Tutt'al più è visto come facente parte del materiale della seduta ed è interpretato anche in riferimento ad essa. Nonostante il suo uso serva principalmente a chiarire e comprendere le dinamiche profonde del singolo, ci si serve nello stesso tempo dell'interpretazione dei membri del gruppo come fonte di associazioni, di ulteriori comprensioni, come stimolo a nuovi sogni e nuovo materiale. L'interpretazione, per la maggior parte degli autori psicoanalitici di tale periodo storico, si situa a cavallo fra il contenuto manifesto e il contenuto latente. Pur tenendo in considerazione

alcuni casi il contenuto latente, appare però che venga privilegiato il contenuto manifesto, quindi i vissuti concernenti la situazione attuale. Sebbene il gruppo, o alcuni suoi membri, compaiano nel sogno, i sogni non vengono mai utilizzati come sogni di gruppo.

Ezriel, in un suo articolo del 1950 pubblicato su *Psychoanalytic Approach to Group Treatment - Volume 23 Pagina 59* -, prospetta l'applicazione della psicoanalisi alla terapia di gruppo, pur non dedicando un'attenzione specifica ai sogni e prospettando l'utilizzo del sogno come prodotto individuale di riferimento alla situazione presente del gruppo. L'Autore descrive il caso di una donna che racconta un sogno solo per distogliere l'attenzione del terapeuta da un altro paziente e ne evidenzia la gelosia edipica quale motivo della sua comunicazione.

La E. Klein – Lipshutz (1953), confrontando i sogni di gruppo di otto pazienti con quelli presentati precedentemente in analisi individuale, constata come in gruppo i sogni siano più trasparenti e più comprensibili, in altre parole meno soggetti a deformazioni e travestimenti. L'autrice, paragonando il sogno di gruppo con quelli di bambini di età inferiore ai cinque anni, per la stessa somiglianza in essi del contenuto manifesto con quello latente, ne attribuisce la chiarezza al fatto che nel gruppo i processi di transfert, diretti non solo verso il terapeuta ma anche verso gli altri membri, “destano minor ansia e quindi minor bisogno di rimozione e censura”. L'interazione e l'associazione di gruppo ne favoriscono poi la comprensione e l'interpretazione, dal momento che gli altri partecipanti, meno subissati dalla censura e dall'inibizione di chi sogna, meno concentrati parallelamente sul conflitto presente nel contenuto latente del sogno, possono in questo modo meglio e più facilmente focalizzarne il significato. Secondo la E. Klein – Lipshutz i sogni in gruppo, benchè contengano nel contenuto manifesto non solo i problemi personali dell'individuo, ma anche quelli dell'individuo nel gruppo o del gruppo stesso verso il gruppo e il terapeuta, rimangono nel contenuto latente strettamente aderenti ai conflitti di base del paziente. L'interpretazione attiva degli altri membri del gruppo favorisce però l'accettazione di questo materiale da parte del paziente, dal momento che anche il gruppo sembra avere la possibilità di portare a nuove identificazioni e quindi a ridirigere il Super – Io del paziente. Anche il materiale onirico rimosso può così essere più facilmente portato alla coscienza ed accettato.

Archibald (1954) sottolinea anche egli come i sogni in gruppo servano a comprendere le dinamiche profonde del paziente, illuminando nello stesso tempo gli eventi di gruppo, che spesso compaiono direttamente nel contenuto manifesto. Anche per Archibald l'interazione favorisce i sogni e la loro comprensione, in quanto che essi divengono parte importante ed integrante del processo terapeutico. Secondo Bach (1954), non diversamente dagli Autori precedenti, l'importanza del sogno in gruppo va vista come un'estensione del rilievo che esso ha nell'analisi individuale. Il sogno e le associazioni ad esso collegate sono un'importante fonte di materiale e di comunicazione da intendersi da un punto di vista individuale. Si tratta rispetto ad esso di responsabilizzare il paziente che sogna e i suoi compagni, andando in profondo sia riguardo alle dinamiche personali del sognatore e sia in rapporto alle dinamiche degli altri membri del gruppo.

G. Willner (1954), sulla base della sua esperienza in ospedale con gruppi psicoterapeutici di tipo psicopedagogico e di counseling, sottolinea l'uso dei sogni per comprendere le forze costruttive e distruttive operanti nei pazienti ospedalizzati e accenna alla possibilità di predizione nei sogni di una continuazione del ricovero o del desiderio da parte del paziente di essere dimesso. L'Autore consiglia, per quanto riguarda il tipo di gruppi da lui condotti, di trattare il materiale più vicino all'Io, gli elementi consci e preconschi, trascurando le dinamiche profonde, in favore di una buona interazione di gruppo.

Betlheim (1958), su questa stessa linea, evidenzia la comprensione dei sogni in gruppo come un fattore di evoluzione non soltanto del singolo paziente ma dell'intero gruppo. Nel sogno, in cui compaiono certamente sia il gruppo e sia i suoi membri, il paziente manifesta sia le sue capacità relazionali e sia i suoi movimenti di transfert verso i compagni del gruppo e verso il terapeuta del gruppo. L'interpretazione, benchè più superficiale rispetto all'analisi individuale, si avvale delle associazioni di tutti i pazienti, che sono un'importante fonte di materiale di analisi.

Sul piano non direttamente psicoanalitico si pone il contributo di Mullen (1956) sul <non teleologico> dell'uomo, e in particolare nel contenuto latente essi manifestano la realtà essenziale dell'esistenza del sognatore. Non è tanto importante quindi un'analisi secondaria del sogno alla ricerca di un significato diverso da ciò che esso esprime nel ricordo che ne ha chi sogna (analisi che sarebbe in tale prospettiva riduttiva), quanto l'accettazione di questa esperienza interiore, cioè la possibilità da parte del sognatore di poter accogliere in sé anche le parti di sé stesso irrazionali e paradossali che spesso ha rifiutato. In accordo a questi presupposti il terapeuta dovrebbe muoversi, secondo Mullen, nel senso di far evolvere il paziente dalla possibilità di raccontare il sogno nel gruppo, operazione che lo fa uscire dall'isolamento e lo mette in relazione, alla possibilità di voler essere ciò che il sogno enuncia e all'esserlo, passaggio quest'ultimo che è sempre, secondo l'Autore, sinonimo di salute psichica e di flessibilità interna. Il terapeuta sollecita il gruppo costantemente, affinché ogni suo membro esprima la propria reazione emotiva al sogno, al sognatore, al modo che questi ha di raccontarlo. Mullen si unisce in una tale visione del sogno e della sua importanza ai principi della Gestalt Therapy. L'essere e l'esperienza immediata piuttosto che il conoscere, l'interpretazione e l'elaborazione dei vissuti divengono criteri di evoluzione e di comportamento maturo. La simpatia profonda che unisce i membri fra di loro e con il terapeuta, la trasparenza di sé e degli altri si fanno motore della cura di gruppo.

Nel decennio 1960 – 1970 le pubblicazioni e le ricerche concernenti il sogno nei gruppi si fanno più numerose e più specifiche. Gli indirizzi di pensiero e le tecniche di utilizzo sono di conseguenza più varie e più differenziate. Si assiste, in linea di massima, ad una lenta evoluzione dell'uso dei sogni come materiale del singolo, ad un uso complementare come specchio dei rapporti fra il sognatore e il gruppo o i suoi singoli membri. Con Foulkes prima e con Zimmerman dopo, i sogni nel gruppo acquistano una loro vera e propria fisionomia facendosi sempre più <sogni di gruppo>. Se Foulkes, però, intende per sogni di gruppo quei sogni il cui il contenuto si rifà ad una matrice affettiva comune a tutti i membri, Zimmerman, influenzato dalle teorie bioniane, considera il gruppo non più come un insieme di individui ma come un'unità indivisa, e quindi interpreta il sogno come un'espressione di transfert dei vissuti arcaici del gruppo verso il terapeuta. Un'altra distinzione è quella che, mentre Foulkes limita tale denominazione a parte di quei sogni portati in gruppo, Zimmerman la generalizza a qualsivoglia sogno venga raccontato nel setting gruppale. Al di là di questa direzione decisamente strutturale, entrambi gli Autori sottolineano l'utilità dell'interazione e delle associazioni dei partecipanti rispetto ad un determinato sogno. I sogni di un paziente divengono così i sogni di ogni singolo paziente nel gruppo e quindi in tale conformità analizzati.

A seconda degli Autori viene invece privilegiato, in forma maggiore o minore, il contenuto latente del sogno: certamente quello manifesto acquista sempre più importanza e rilievo nell'interpretazione. L'interpretazione viene poi affiancata da altre tecniche: molti analisti adottano un ruolo più trasparente e più coinvolto, cioè alcuni di essi affiancano all'interpretazione del sogno la comunicazione del proprio contro transfert e delle proprie fantasie e associazioni al sogno.

Locke (1957), sulla base di un precedente articolo del 1957, dedica ai sogni un intero capitolo del suo libro *Psicoanalisi in gruppo* (1974). Secondo Locke, nel gruppo il paziente incomincia a portare i sogni che riguardano situazioni con gruppi o più persone. Tali sogni rispecchiano sia gli atteggiamenti e le relazioni del paziente verso il gruppo e il terapeuta e sia le fantasie e il suo comportamento relazionale all'interno del gruppo. Il sogno è così quasi sempre una risposta all'interazione di gruppo e a ciò che accade nelle sedute, benché tali eventi, spesso conflittuali, rimangono alla superficie del sogno. Sono proprio questi elementi, però, che quale residuo diurno scatenano il contenuto latente collegandosi alle dinamiche infantili e familiari profonde dell'individuo, sì che nel sogno vengono sovente a convergere il presente e il passato nell'equazione gruppo uguale a famiglia. A differenza dei sogni in analisi individuale, i sogni postati in gruppo sono quindi, nel loro contenuto, più trasparenti, meno simbolici e deformati, soprattutto grazie al sostegno ed al rinforzo che il gruppo fornisce all'Io debole dei suoi singoli membri. La tecnica dell'analisi del sogno differisce, secondo Locke, da quella dell'interpretazione dei sogni nella relazione duale: la differenza è di tecnica e non di metodo. Criterio di interpretazione

nel gruppo è quello di considerare il sogno come “qualche cosa di astratto ovvero di concepirlo come una associazione astratta o generalizzata anziché come un simbolo rigido”. Ciò vuol dire che nell’interpretazione deve essere messo in luce non tanto “il significato profondo dei simboli individuali, bensì la psicodinamica sottostante”. Ad esempio, se la perdita o l’estrazione di un dente possono avere un significato sessuale collegate alle paure di evirazione, sul piano più astratto della relazione, possono rappresentare invece il superamento di una difficoltà nel trattamento o il vissuto del paziente di fronte alla disparità di un membro del gruppo e così via. L’interpretazione, fondata sulla dinamica delle relazioni del paziente con il gruppo, deve anche tener conto delle emozioni descritte dal paziente e soprattutto delle associazioni degli altri membri. Queste ultime non vanno intese come “piccole unità associative centrate sui simboli, ma come più larghe unità relative al clima emotivo e al significato generale del sogno”. Il fatto di poter iniziare la catena associativa da questo punto elimina, secondo l’Autore, la necessità di una catena specifica di associazioni. Nel gruppo ogni sogno risveglia infatti una catena interattiva di associazioni, che vanno viste “non come un’interruzione delle associazioni del sognatore, bensì come una loro continuazione ed estensione”. Sono, in altre parole, sia risposte empatiche e significative che aiutano il paziente “a superare le aree di resistenza e comprendere il significato profondo del suo sogno” e sia un ricco materiale di analisi in quanto proiezioni di chi le ha verbalizzate. In quest’ottica il sogno, piuttosto che un fine in sé stesso, è un veicolo e un mezzo di comunicazione, soprattutto una fonte di “nuovo materiale e interazione”. Di fronte ad esso il terapeuta deve innanzitutto chiedersi che cosa si celi al di sotto e che cosa significhi per il paziente. In questa elaborazione è aiutato sia dalle associazioni del paziente, sia dalle associazioni incrociate dei membri del gruppo, dalle loro percezioni, proiezioni e osservazioni, e sia dalle loro identificazioni con le figure del sogno o dal loro mettere in analogia parti del sogno con situazioni di gruppo o sogni precedenti. In questo modo l’uso del sogno diventa una strada maestra non solo riguardo all’inconscio di un determinato paziente, bensì all’inconscio di tutti i membri del gruppo. Scrive Locke “il sogno di un dato membro del gruppo è utile agli altri pazienti in due modi: 1) offre loro l’occasione per comprendere un’associazione conscia manifesta come il sogno; 2) nello stesso tempo rappresenta una rilevazione inconscia del proprio Sé.

Se l’interpretazione venisse limitata soltanto al sogno di un dato paziente, questo rappresenterebbe una grossa perdita, se non addirittura un cattivo servizio reso al gruppo, giacché le rivelazioni fatte dagli altri membri verrebbero trascurate e potrebbero anche andare perdute. Il sogno di un dato paziente apre la via alla comprensione dell’inconscio di un altro paziente” (*Testo: “Psicoanalisi in gruppo. Teoria e tecnica”; Guaraldi Edizioni, Rimini, 1974*). Sempre riguardo al significato del sogno, esso diventa “non solo proprietà di tutti, il sogno di ogni paziente nel gruppo, ma diventa anche un modo per esprimere giudizi su chi sogna. Usando il sogno di un membro del gruppo, i pazienti parlano di sé e al contempo del membro che ha portato il sogno, spesso dicendogli ciò che per altra via non avevano il coraggio di comunicargli” (*Testo: “Psicoanalisi in gruppo. Teoria e tecnica”; Guaraldi Edizioni, Rimini, 1974*). Locke ricorre alla tecnica di richiedere al sognatore di calare i membri del gruppo nel suo sogno o di chiedergli “quali parti di sé rappresentano le persone sognate o quali membri della sua famiglia” (*Testo: “Psicoanalisi in gruppo. Teoria e tecnica”; Guaraldi Edizioni, Rimini, 1974*), ottenendo il doppio risultato di rilevare relazioni interne alla personalità di quel paziente e di insegnare agli altri membri del gruppo come utilizzare i propri sogni. La capacità di riconoscere le proprie caratteristiche nei personaggi del sogno è del resto il segno di una migliore conoscenza di sé. L’ideale, conclude Locke, non sempre raggiungibile, è comunque quello di andare oltre il significato generale del sogno e della psicodinamica sottostante per mettere in luce non solo il transfert, i processi identificatori e proiettivi del sognatore e dei suoi compagni, bensì anche il desiderio profondo che esso significa e nasconde dietro le censure ed effetti di resistenza.

Su una linea simile a quella di Locke per la fedeltà alla teoria e alla metodologia psicoanalitica freudiana, si pongono i contributi di Wolf e Schwartz (1962 e 1974). Wolf e Schwartz usarono il sogno nella direzione della storia individuale, al fine di chiarire le dimensioni intrapsichiche del paziente. Di fronte al sogno in gruppo il terapeuta deve comportarsi del tutto non diversamente dal

setting classico: deve favorire i sogni e quindi la regressione e la nevrosi di transfert. Il saper cogliere nel sogno tutti gli elementi transferali che gli si riferiscono dipenderà dalla capacità di insight e dall'esperienza del terapeuta. L'interpretazione che rimane sono al livello del contenuto manifesto del sogno, o al solo livello edipico, è monca in quanto non sfrutta la possibilità di raggiungere il materiale pre edipico. L'Attenzione di questi Autori va dunque soprattutto ai problemi di tecnica dell'interpretazione: quando e come interpretare, quando essere incoraggianti, appoggianti l'Io e quando reagire in profondità al materiale del sogno.

Contrariamente a Locke e soprattutto a Wolf e Schwartz, Foulkes (1959 e 1967) enfatizza la peculiarità di tecnica e metodo del setting gruppale. Sicuramente, egli dice, "ciò che abbiamo appreso nel campo individuale è la base dell'interpretazione dei sogni in gruppo, ciononostante non di deve dimenticare che il gruppo è una situazione nuova e quindi ricca di caratteristiche nuove" (Testo: *"Analisi terapeutica in gruppo"*; Edizioni Boringhieri, Torino, 1967). Omologare setting individuale e setting gruppale significherebbe quindi seguire la via della ripetizione e non quella della creatività. Secondariamente bisogna tener conto, nell'interpretazione, degli stessi movimenti di pensiero presenti nell'opera freudiana e negli allievi di Freud. Nelle parole di Foulkes "ne deriva che l'analisi classica del sogno, che ricerca sotto la facciata apparente il significato nascosto con l'aiuto delle libere associazioni, è divenuta un aspetto secondario nel contesto globale della terapia psicoanalitica, mentre si tende a considerare significativo in sé stesso il contenuto manifesto del sogno, ad onta del suo carattere di travestimento e di distorsione dei significati profondi, specie in quanto specchio del rapporto di transfert" (Testo: *"Analisi terapeutica in gruppo"*; Edizioni Boringhieri, Torino, 1967). Secondo Foulkes è essenziale, perciò, che si rivaluti il contenuto manifesto del sogno e che il terapeuta sappia cogliere in esso i movimenti di transfert, non solo quelli diretti verso di sé, bensì anche quelli diretti verso il gruppo. I sogni rispecchiano infatti sia il transfert individuale verso l'analista sia l'evoluzione gruppale: molti di essi sono veri e propri sogni di gruppo, in quanto contengono talora "comunicazioni importanti che si riferiscono alla dinamica interpersonale in atto, alla figura del terapeuta o a particolari comprensioni profonde relative a resistenze largamente condivise ma inconscie" (Testo: *"Analisi terapeutica in gruppo"*; Edizioni Boringhieri, Torino, 1967). In questo senso Foulkes si allontana degli Autori precedenti, usando il sogno non soltanto in una direzione individuale, ma in una direzione gruppale che tenga conto delle matrici affettive comuni del gruppo. I <sogni in gruppo> divengono con lui veri e propri <sogni di gruppo>.

Kandis, Krasner e Winick (1967), entrambi allievi di Foulkes, rivolgono anche essi la loro attenzione al sogno nel loro *Practicum of Group Psychotherapy*, ritendendolo fonte essenziale del processo terapeutico. Il problema che essi si pongono è come usare i sogni per far progredire sia l'individuo che il gruppo. Se all'inizio infatti è il terapeuta a incoraggiare i sogni, a interpretarli e a favorire le associazioni dei pazienti sull'insieme e sui dettagli, a gruppo inoltrato gli stessi pazienti diverranno capaci di occupare parte di questo ruolo portando nella seduta sia le loro fantasie e le loro interpretazioni che le loro reazioni al sogno. In questo senso il gruppo stesso è di aiuto all'analista nel superamento delle resistenze individuali e di gruppo. Il sogno di un paziente è d'altronde il sogno di ogni altro, il sogno in cui gli altri membri del gruppo possono rispecchiarsi, proiettare i propri drammi e i propri oggetti interni, traducendo tutto nel personale e particolare linguaggio simbolico. L'attenzione del terapeuta e dei pazienti deve di conseguenza rivolgersi non solo ai transfert orizzontali verso l'analista, bensì ai vari transfer laterali nei confronti dei pazienti.

Del sogno è poi importante non solo il che cosa, ma il come e il quando, e quindi sia i suoi aspetti verbali, correnti o simbolici, sia quelli non direttamente verbali. Parimenti si muove a riguardo dei sogni la H. E. Durkin (1964), che, pur sottolineando sia l'utilità delle associazioni e delle interpretazioni di tutti i membri al sogno di un paziente, in quanto proiezione dei problemi e dei conflitti dei singoli pazienti, sia l'uso dei sogni per comprendere la situazione gruppale stessa, evidenzia anche il loro aspetto di resistenza e invita gli analisti di gruppo a trattarlo come tale. Secondo la Durkin in molte occasioni l'interpretare sogni e l'associare liberamente su essi diventa per i pazienti un modo di non coinvolgersi direttamente, di fare gli <analisti> anziché portare le

proprie emozioni, i propri vissuti di fronte al sogno, al sognatore, al modo con cui questo lo racconta. In queste situazioni l'interpretazione da parte dei pazienti diviene una fuga dal coinvolgimento e dall'interazione, una negazione dell'angoscia che i processi transferali orizzontali e verticali creano in loro, anziché una chiarificazione del contenuto profondo del materiale portato dal sognatore.

Particolare interesse desta il lavoro di Chalfen (1964), che, unendo psicoanalisi e teorie esistenziali ed esperenziali, vede il sogno come una funzione della mente che presenta caratteristiche di continuità con lo stato e l'esperienza di veglia. In quanto tale, come qualsivoglia altro materiale, deve essere integrato nella vita e nella coscienza di ognuno. Il sogno, secondo Chalfen, si rifà al processo e al setting terapeutico, e quindi va inteso soprattutto come una comunicazione e una espressione dei processi intrapsichici o interpersonali del paziente: sia cioè di come egli si trovi con sé stesso e con il gruppo, sia di come le cose stanno evolvendo nella situazione gruppale. Il sogno deriva infatti dalla situazione presente, si ricollega ad un'esperienza comune, sebbene espressa in una modalità individuale. È bene quindi che i membri del gruppo e l'analista portino al sognatore le loro fantasie, i loro sentimenti e le loro associazioni, più che le loro spiegazioni e interpretazioni, al fine di rompere le modalità stereotipate e rigide di rapporto e comunicazione, e di permettere un migliore contatto delle persone anche con quegli aspetti più a loro alieni e distanti. Proprio questo movimento affettivo di integrazione in sé di parti prima espulse e rifiutate e di coinvolgimento e accettazione degli altri permette, secondo l'Autore, il superamento delle fissazioni e dei comportamenti coatti e ripetitivi, verso un uso di sé e degli altri più totale, più creativo e più costruttivo. Secondo Chalfen "la migliore influenza terapeutica si ha quando ogni paziente è affettivamente coinvolto, quando ogni cosa che accade è sentita e corrisposta da tutti, sì che il nevrotico è aiutato nel rompere i suoi patterns ripetitivi, lo psicotico aiutato nello stringere altre importanti relazioni nella realtà. Queste due modalità aiutano i nevrotici inibiti e repressi a prendere contatto con i loro sogni e gli psicotici a uscire dal loro mondo di sogno" (*Testo: "L'uso del sogno nella psicoterapia di gruppo psicoanalitica"*; Edizioni Boringhieri, 1964).

Analogamente Fielding in un articolo del 1966 sottolinea la continuità fra il sogno e il contenuto e la forma della seduta. Il sogno comunica gli stessi vissuti, gli stessi pensieri e atteggiamenti presenti nella seduta, li comunica però attraverso una modalità più difensiva e quindi più astratta e simbolica. Si tratta di andare al di là di queste difese, permettendo a tutti i pazienti, non solo al sognatore, di integrare in sé conflitti e angosce, al fine di migliorare le proprie capacità di relazione e di esame della realtà. In un successivo articolo (1967) Fielding si sofferma maggiormente sul metodo d'interpretazione e sull'uso del sogno in gruppo. Le sue preoccupazioni concernono sostanzialmente il fatto che tutto il gruppo benefici di un sogno e il che cosa e il quando interpretare. L'interpretazione deve comunque inserirsi in un'ottica interattiva piuttosto che duale.

Il contributo di Zimmerman (1967) si pone invece in una direzione decisamente gruppale. L'Autore afferma che "se in analisi individuale i sogni manifestano il transfert del paziente verso il terapeuta, in psicoterapia di gruppo i sogni manifestano il transfert di gruppo verso l'analista" (*Testo: "Il gruppo nel sogno"*; Edizioni Astrolabio, 1967). Zimmerman, rifacendosi in parte a Foulkes e soprattutto a Bion e alla sua teoria degli assunti di base, vede il gruppo non più come la somma di individui, bensì piuttosto come "unità ed entità dinamica in rapporto al transfert dei partecipanti e al controtransfert del terapeuta" (*Testo: "Il gruppo nel sogno"*; Edizioni Astrolabio, 1967). In questa prospettiva il sogno diventa utile per comprendere i fenomeni inconsci di gruppo, in quanto in esso sono riflesse le emozioni, le angosce e i conflitti collettivi profondi, e i movimenti progressivi e regressivi che caratterizzano l'evoluzione della terapia. Ciò che un paziente esprime nel sogno vale comunque per l'intero gruppo: anzi il sognatore non è che un interprete e un portatore dei vissuti inconsci di tutto il gruppo, colui che per le sue caratteristiche personali in riferimento ad una determinata situazione viene delegato ad esprimere e a cogliere gli impulsi aggressivi latenti di tutti. Il gruppo, struttura ed entità dinamica, è secondo Zimmerman simbolizzato nei sogni di gruppo al femminile: come cavità, container, bocca, vagina o ventre materno, mentre il rapporto paziente –

terapeuta viene vissuto nei termini della relazione primitiva fra il bambino e la madre e la mammella, e il bambino e il pene.

Un altro contributo di particolare interesse per lo spostamento di accento che lo caratterizza è quello di Y. Ikeda (1968) sui rapporti fra coterapeuti di gruppo visti attraverso l'analisi dei sogni dei coterapeuti stessi. L'Autori dimostra come anche il sogno dei terapeuti serva a comprendere i problemi e i processi profondi del gruppo e come il sistema dei terapeuti sia parallelo a quello del gruppo. In accordo alle tesi precedenti il sogno rileva, prima che essi giungano alla coscienza, i problemi del gruppo, le relazioni fra i membri, i transfert verticali e i rapporti fra i terapeuti.

F. S. Perls nel suo libro *Gestalt Therapy verbatim* (1969) avvicina i sogni da un punto di vista esistenziale – fenomenologico e soprattutto individuale più che di gruppo, in cui il terapeuta utilizza in siffatte situazioni un comportamento non interpretativo, ma appoggiante e rinforzante il sognatore, simile al modo di operare di Mullen e in parte a quello di Chalfen. Chi sogna è aiutato dal terapeuta a immedesimarsi in ogni parte del sogno, anche e soprattutto in quelle parti da cui si difende e che più lo mettono in ansia. In *Dream Seminars* (1970) F. S. Perls sottolinea come ogni parte del sogno sia una proiezione del paziente, al fine di maneggiare i propri conflitti interni. L'avvicinare queste parti rifiutate permette all'individuo di integrarle in sé e di iniziare a considerare le differenze non più come contraddittorie, ma piuttosto come positive. Se la proiezione impoverisce il soggetto fino ad alienarlo, i processi di reidentificazione gli restituiscono la propria totalità. È questo, d'altra parte, lo scopo della terapia secondo F. S. Perls.

Similmente Noszlopi (1963) e Zinker (1971), citati da Gold (1973), usano il sogno all'interno di esperienze di psico e socio dramma non come materiale di interpretazione, bensì come possibilità di riaddestrare il paziente al sogno e alla creatività. I membri di tali gruppi vengono, in accordo alle teorie e alla tecnica di Moreno, invitati ad identificarsi e ad agire le varie parti e i vari ruoli del sogno. Dal 1970 ad oggi il dibattito internazionale sull'utilizzo dei sogni in psicoterapia di gruppo si è andato allargando in una direzione essenzialmente interdisciplinare. In linea generale si può dire che lo stesso sogno sia di per sé nuovamente centro di interesse e di attenzione. Nei numerosi congressi e dibattiti nazionali e internazionali sul tema in questione, ad esso dedicati in questi anni, molti sono i contributi sul suo uso nella terapia di gruppo, accanto a quelli della clinica individuale, a quelli della ricerca sperimentale e, soprattutto, alla psicofisiologia. È da questi anni che emerge l'esigenza parallela di fare il punto sulla stessa psicoterapia di gruppo, sullo stato attuale delle sue tecniche e delle sue teorie. In questo clima culturale gli studi sul sogno divengono così per certi versi più specialistici, per altri versi più completi.

Accanto alla casistica clinica compare un interesse squisitamente teorico: si passa da precedenti e talora ancora incerti tentativi di costruire ipotesi e teorie ad una più sicura e vasta formulazione di concetti e quadri di riferimento. I sogni individuali si alternano e <cedono il passo> ai cosiddetti sogni di gruppo. La maggior parte degli studiosi privilegia infatti questi ultimi, condividendo l'ipotesi dell'esistenza nel gruppo di matrici affettive comuni, il cui stesso ripetersi e delinearci si riconoscerebbe nei sogni e sarebbe da questi stessi confermato. Il livello di interpretazione resta però legato nelle sue peculiarità intrinseche alle differenti matrici teoriche dei singoli terapeuti.

Yalom, nel suo libro *Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo* (1974) si sofferma più volte sull'uso del sogno in psicoterapia di gruppo, sottolineando l'importanza che esso occupa all'interno del processo terapeutico. Scrive l'Autore "Il terapeuta non presta attenzione a tutti i sogni, né a tutte le parti di un sogno; tuttavia un tema onirico che chiarisca un problema al quale il paziente sta attualmente lavorando viene tenacemente inseguito" (*Testo: Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo; Edizioni Boringhieri, 1974*). Come già Locke e altri Autori, Yalom sottolinea innanzitutto il ruolo selezionatore e di rinforzo del terapeuta, come cioè il numero e la qualità dei sogni vengano influenzati dalla condotta dell'analista, dalla sua formazione e personalità e dal suo stile analitico. La scelta che egli fa nell'interpretazione non deve comunque essere soltanto in funzione del singolo paziente, ma di tutto il gruppo e della sua evoluzione. I partecipanti ad un gruppo devono infatti avere un ruolo attivo e non un ruolo passivo di spettatori. In quest'ottica l'utilizzo del sogno nel setting grupale viene a differire sensibilmente dal suo parallelo uso in analisi individuale,

soprattutto in riferimento al suo diverso approfondimento dovuto sia al minor uso di sedute e sia al maggior numero di partecipanti. Generalmente il sogno viene usato o per chiarire il tema attuale della seduta o per approfondire i problemi concreti del paziente. Vi sono sogni di gruppo che contengono nel contenuto il gruppo come entità, e sogni che riflettono invece i sentimenti del sognatore verso gli altri membri. Entrambi sono utili in quanto portano alla coscienza desideri, paure, atteggiamenti individuali, di gruppo, di più pazienti, fino ad allora inconsci o coscienti ma evitati. L'obiettivo è sempre quello però di esplorare i rapporti interpersonali come si danno nell' hic et nunc del processo terapeutico.

Se Yalom evidenzia la stretta compenetrazione nel sogno fra i problemi e le preoccupazioni del singolo con quelli del gruppo, Max Day ed Elvin Semrad (1971) notano come i sogni nel gruppo vengano modellati dalla situazione gruppale e dal reciproco e continuo contatto dei pazienti fra loro. Nel gruppo si crea una cultura e quindi un insieme di pressioni sociali che inevitabilmente plasmano il contenuto e la forma del sogno. Il significato del sogno, l'uso che il paziente ne fa è, così, strettamente legato ad un determinato gruppo e alle sue norme.

D. Anzieu e i suoi collaboratori del C. E. F. F. R. A. P. (1974 E 1975) e soprattutto B. J. Pontalis (1975), che dedica al sogno un articolo specifico, si rifanno invece come Zimmerman agli assunti kleiniani di Bion. Anche per essi il gruppo è una struttura dinamica, o meglio un'oggetto interno, capace di influenzare e determinare i comportamenti e le fantasie degli individui. Ne deriva che il sogno è da vedersi come un prodotto della dinamica di gruppo e come un segnale dei suoi effetti. È, in sintesi, una riserva di immagini con cui il gruppo verbalizza ed elabora la propria posizione; un punto di riferimento rispetto al transfert, indicandone e promuovendone esso stesso l'evoluzione. Il sogno può dunque essere inteso quale interpretazione che l'Io del gruppo fa della situazione e del rapporto con l'analista. Esso infatti viene di solito raccontato dalla persona che per struttura e funzioni psichiche rappresenta meglio questo ruolo di Io mediatore ed unificante. Quanto recepito, il sogno, nel suo privilegiamento dei processi primari, fa poi evolvere il gruppo, slegandone le energie libidiche e aggressive legate. Nelle parole di Pontalis "esso modifica l'equilibrio economico del gruppo, il meccanismo degli investimenti e dei controinvestimenti nel gruppo come nelle persone, scongelando una situazione o una posizione personale rigida" (*Testo: Sogni in un gruppo; Armando Editore; 1975*). Per quanto riguarda l'interpretazione dei sogni in gruppo, non si tratta secondo questi Autori di privilegiarla, in quanto essi stessi, in specie a gruppo inoltrato, sono già di per sé un'auto interpretazione del gruppo sulla sua situazione attuale, un modo di esprimere il proprio desiderio senza passarlo all'atto effettivamente.

In un simposio sui sogni di gruppo, S. R. Kaplam (1973) confrontando i sogni in gruppo con i sogni in laboratorio ne rileva la stretta somiglianza, in quanto in entrambe le situazioni viene incorporata nel contenuto manifesto la vita vissuta nei giorni e nelle sedute precedenti il sogno. In tali circostanze, secondo S. R. Kaplam, diventa evidente come il sogno sia una risposta agli accadimenti e ai processi di gruppo o al rapporto con lo sperimentatore e la situazione di laboratorio, e questo accade tanto più frequentemente quanto più intenso è il coinvolgimento affettivo del soggetto e quindi la sua regressione emotiva. In particolare nei sogni di gruppo, il contenuto manifesto del sogno delinea e rappresenta l'evoluzione della terapia e i problemi attuali del gruppo, specie quelli riguardanti l'essere nutriti, il bisogno di affetto e la sicurezza. Sogni di gruppo veri e propri sono dunque quelli che i pazienti sognano in terapia di gruppo, in quanto essi incorporano nella propria edizione manifesta i temi connessi a tutti i partecipanti. Tali temi e processi comuni influenzano e caratterizzano la vita di gruppo, che è simile ad un rapporto duale tra quell'aggregato di individui che costituisce il gruppo e la situazione gruppale vissuta comunemente, in rapporto a sé, al terapeuta o a un altro gruppo. L'Autore non limita comunque il concetto di gruppo a quelle situazioni che comunemente si denominano gruppali: a suo parere una simile situazione di stretto legame emotivo e suggestivo è presente anche in quelle relazioni che Sigmund Freud nel suo testo intitolato *Psicologia delle masse e analisi dell'Io* denominò <gruppo a due>, vale a dire la relazione fra i seguaci e il leader, e quella fra ipnotizzatore e il suo paziente.

Nello stesso simposio sui sogni di gruppo a cui partecipò S. R. Kaplam, Gold (1973) passa in rassegna la letteratura sul sogno ed enuncia le seguenti considerazioni: 1) molti sono gli approcci al sogno nell'ambito dei gruppi terapeutici. Il loro fine comune è quello di aumentare la consapevolezza del soggetto e/o quello di integrare gli aspetti inconsci del Sé; 2) il rilievo condiviso da più autori è che vi siano dei sogni caratterizzabili come veri e propri sogni di gruppo, in quanto possiedono caratteristiche diverse dai sogni classici. I sogni suddetti sono particolarmente utili all'evoluzione della cura, in quanto permettono la comprensione degli aspetti affettivi profondi del gruppo e non solo quelli inerenti alle dinamiche individuali del singolo; 3) le sedute di gruppo possono essere considerate come eventi pre – sogno; sovente sono presenti in forma più o meno manifesta nel contenuto onirico. In relazione a questo fatto il sogno in gruppo diventa una possibilità fondamentale nello studio dei rapporti fra il sogno e la veglia; 4) l'analisi dei sogni dei membri di gruppo in rapporto ai problemi e ai vissuti del gruppo stesso è al contempo un'opportunità per meglio comprendere sia i processi di gruppo, sia il rapporto che l'individuo ha rispetto al gruppo in quanto unità. Come gli Autori precedenti, anche Whitman (1973) evidenzia come il sogno permetta una comprensione pratica dei rapporti interpersonali nel gruppo. L'ottica da cui parte questo Autore non è quella però di analizzare dei sogni portati in psicoterapia di gruppo, bensì quella di mostrare come il gruppo e le sue differenti situazioni ritornino ugualmente nei sogni di pazienti in trattamento individuale. A questo proposito Whitman differenzia tre classi di sogni: 1) quelli in cui compare la rappresentazione della situazione di gruppo come un'unità, i cui elementi sono tutti uguali e non distinguibili l'uno dall'altro; 2) quelli caratterizzati dalla presenza di distinte relazioni oggettuali nel gruppo; 3) quelli in cui compaiono essenzialmente le componenti narcisistiche all'interno della vita di gruppo. Secondo l'Autore, nell'analisi dei sogni individuali bisogna comprendere non solo ciò che è totalmente coinvolto nel sogno, ma anche il conflitto del paziente in quella determinata situazione. I sogni di gruppo offrono perciò un'opportunità per vedere i vari livelli di schema mnestico che la situazione di gruppo attiva. Questi ultimi possono riferirsi al rapporto primario con la madre (sogni narcisistici), alla situazione edipica nelle sue varie differenziazioni (sogni caratterizzati da differenti relazioni oggettuali); all'interazione di gruppo vera e propria che, se si collega all'esperienza precedente con la madre e in un secondo tempo con la famiglia, possiede connotazioni proprie e singolari (sogni di gruppo).

Situando Locke all'interno dell'evoluzione della teoria e della tecnica di gruppo, Ferdinando Vanni (1974) rileva come l'uso del sogno si sia venuto modificando nelle esperienze degli ultimi decenni. Si è assistito ad un passaggio dal sottolineare l'essenzialità del contenuto latente ad una ripresa in considerazione del contenuto manifesto. L'importanza del rappresentante simbolico onirico si unisce, così, in queste modificazioni di tecnica all'importanza del significato emotivo generale del sogno. Diversamente da Sigmund Freud, per cui il residuo diurno dice a quali cose si riferisce il sogno ma non che cosa dice, Locke, Yalom, Kaplam e Whitman ritengono che il contenuto manifesto del sogno riveli entrambe le cose: sia gli elementi diurni scatenanti il sogno e sia il tema emotivo preconscious dominante. Come ricorda Vanni, il residuo diurno compare nel contenuto manifesto sia perché uno stimolo affettivo intenso ha colpito l'inconscio del paziente e sia perché lo ha colpito in un momento di coscienza alterata, quale quella che caratterizza il gruppo. Il residuo diurno sarebbe poi, secondo tutti questi Autori, utilizzato da parte dell'individuo nel tentativo di strutturare una risposta cognitiva di adattamento. Nell'ambito di queste modificazioni di tecnica, se Locke parla di sintesi emotiva, di privilegiamento dell'interazione anziché di simboli, egli si riferisce ancora ai retaggi personali di ogni paziente. E' solo con Kaplam, Zimmerman e Yalom che tali concetti e tali tecniche vengono riferiti alla parte associativa comune e ai temi affettivi condivisi da tutto il gruppo.

Nel secondo Congresso europeo sul sonno e sul sogno, tenutosi a Roma nel mese di aprile del 1974, numerosi sono stati i contributi interdisciplinari inerenti il tema del sogno nei gruppi. Tra questi contributi si può ricordare le osservazioni di L. Ancona sui sogni di gruppo e quelle di Gunter Ammon sul sogno quale funzione dell'Io e del gruppo, e sulle fantasie e impressioni prenatali nel processo analitico di gruppo. Secondo Ancona la terapia di gruppo consente innanzitutto di

riconoscere e interpretare i sogni, che più che riferirsi alla dinamica personale / individuale, si riferiscono alla dinamica sociale; in secondo luogo consente alcuni cambiamenti e precisazioni di tecnica. Dal momento che il sogno, nell'ambito dei gruppi, viene innescato dalla stessa esperienza emotiva di gruppo, la quale favorisce a sua volta l'affiorare di desideri profondi riguardanti primariamente le relazioni sociali, ciò che si esso va interpretato sono le tematiche affettive attuali comuni a tutto il gruppo e non l'inconscio personale del singolo soggetto. L'interpretazione personale è anzi, secondo Ancona, indice di mancanza di preparazione o di controtransfert, se fatta dall'analista, di resistenza se fatta dal gruppo. La prospettiva tecnica in cui ci si deve porre di fronte ai sogni in gruppo è pertanto orizzontale e sincronica, anziché verticale e diacronica. Molto spesso, comunque, nel gruppo non è il terapeuta ad interpretare il sogno, bensì i membri del gruppo stesso, i quali vi associano altri sogni chiarificatori del precedente. Il sogno di un paziente, continua Ancona, è in qualche modo una manifestazione delegata dei problemi del gruppo nel suo insieme. I meccanismi di elaborazione che lo caratterizzano sono più frequentemente la < rappresentazione per opposto >, piuttosto che lo < spostamento >, la < drammatizzazione >, la < condensazione >, lo < scambio fra realtà psichica e realtà psichica > e la < simbolizzazione >.

Il contributo di Gunter Ammon si occupa invece della partecipazione creativa dell'Io all'interno del processo onirico. Rifacendosi a Federn e al suo concetto di < confini dell'Io >, l'Autore vuole indicare la stretta connessione che intercorre fra lo sviluppo dell'Io e dell'identità nel gruppo, e la struttura o la dinamica del comportamento onirico. Ammon si serve dei sogni in gruppo di alcuni suoi pazienti, che presentavano diverse sindromi patologiche e quindi diversi disturbi dell'Io e dell'adattamento sociale. Secondo Ammon, attraverso l'evoluzione dei sogni si può vedere il costituirsi dell'Io e dell'identità dei partecipanti. Nelle sue parole: "Il gruppo stesso, nei suoi aspetti sovrapposti come gruppo primario, gruppo della vita attuale e gruppo terapeutico (ivi compreso il gruppo a due della terapia individuale) serve da sfondo onirico, che possiamo paragonare alla superficie, dapprima non ancora sviluppata, monocolora, di una pellicola in movimento, sulla quale, nel corso del processo terapeutico, compaiono a mano a mano le figure e le situazioni di gruppo relative allo sviluppo dell'Io e dell'identità, fino a che, distinguendosi con crescente chiarezza e differenziazione e acquistando un'identità plastica, si distaccheranno dallo sfondo comune" (*Testo: La dinamica del sogno nel processo analitico; Cappelli Editore; Bologna, 1975*). Come la madre nei primi mesi di vita si fa confine dell'Io del figlio, così fa il gruppo nei confronti dei suoi membri. Vissuto in quanto madre, per la regressione emotiva che genera nei suoi membri, in un secondo momento il gruppo viene a costituirsi come vera e propria matrice culturale comune di esperienze e di fantasie. Alla luce di queste considerazioni se il sogno iniziale nella terapia indica che il processo di delimitazione dell'Io e quello di struttura dei confini del gruppo hanno già raggiunto un minimo di sincronicità, il sogno che è in grado di esprimere tale simultaneità deve essere inteso come funzione sia dell'Io e sia del gruppo. In relazione a questa differenziazione l'interpretazione dei sogni servirà a scoprire e a dilatare l'identità dell'Io nel paziente e nel gruppo. Vale a dire che, se da una parte il sogno permette di vedere lo sviluppo dell'Io e dell'identità nel sognatore, parallelamente favorisce la comprensione dei confini e delle resistenze comuni al gruppo. Il paziente che porta il sogno è così in quella occasione il portavoce della situazione di gruppo, in altre parole colui che porta alla coscienza l'inconscio interesse del gruppo in quel momento. Il sogno in gruppo, oltre ad illustrare la dinamica inconscia del singolo, è dunque sempre un sogno di gruppo, in quanto indica, come scrive Ammon, che "Il gruppo ammette e permette dei sogni" (*Testo: La dinamica del sogno nel processo analitico; Cappelli Editore; Bologna, 1975*). L'interpretazione del sogno dal punto di vista della dinamica di gruppo non trascura, secondo l'autore, la specifica problematica dell'Io e dell'identità dei singoli sognatori, bensì è la premessa perché in conflitto di identità, rappresentato nel sogno, venga inteso come il conflitto di gruppo in cui si sovrappongono e si compenetrano reciprocamente le dinamiche del gruppo primario, quelle dell'attuale gruppo di vita e quello della situazione terapeutica. In un altro articolo intitolato *Fantasie e sogni prenatali nel processo analitico di gruppo*, Ammon segnala la massiccia regressione che il gruppo induce nei suoi membri, sì che i vissuti comuni spesso si rifanno ai livelli arcaici del rapporto neonato – seno

materno, e a quelli ancora più precedenti legati alla vita prenatale. La fantasia e i sogni di gruppo sono perciò sovente caratterizzati da un mondo profondo di emozioni legato al rapporto con il gruppo. La fantasia e i sogni di gruppo sono perciò sovente caratterizzati da un mondo profondo di emozioni legato al rapporto con il gruppo come <cavità primordiale>. Tali fantasie e sogni di gruppo primitivi si presentano in concomitanza a particolari momenti di resistenza al transfert, e cioè nelle situazioni in cui il gruppo e gli individui si oppongono a qualsiasi cambiamento. In base al materiale psicoterapeutico, essi connotano, secondo Ammon, essenzialmente gli inizi di un gruppo e soprattutto processi di separazione, ossia quei momenti in cui alcuni pazienti stanno per essere partoriti dal gruppo.

Tra gli approcci non tradizionali ai sogni in gruppo, si può ricordare il lavoro di J. S. Simkin (1972) sull'uso del sogno della Gestalttherapy (1972) sull'uso del sogno della Gestalttherapy. Tale Autore vede il valore del gruppo in riferimento ai sogni nel senso che la presentazione di un sogno da parte di un paziente stimola anche gli altri membri a ricordarsi i propri sogni e a lavorarci su, e favorisce i legami di vicinanza e di empatia.

Goodall (1972) riferisce di una tecnica sui generis sul sogno in gruppo. L'Autore si rifà nella sua esperienza a un modello samoano, descritto da Stewart (*Testo: Dream theory in Malaya; Edition Wiley, New York, 1969*). A Samoa, fin dall'infanzia, vi è l'abitudine di raccontare i propri sogni e di dividerli con altri al fine di aumentare l'interazione sociale. Da una parte si invita il singolo a raccontare semplicemente il sogno, e dall'altra si usa l'interpretazione, il cui scopo è promuovere soluzioni creative ai problemi sociali. Ad esempio, chi aggredisce e chi è aggredito nei sogni deve responsabilizzarsene, se l'individuo aggredisce deve fare un dono alla persona aggredita, se invece nel sogno è vittima di un'aggressione, a lui spetta un dono da parte di chi lo ha aggredito. Questa modalità creativa di volgere in modo positivo gli impulsi aggressivi è vista da Stewart come l'origine della pacifica indole dei samoani e delle buone interrelazioni a Samoa, da Goodall come possibilità di integrare anche la vita di sogno nella coscienza e nelle responsabilità dei gruppi e dell'individuo.

Secondo Glover (1971) il terapeuta nei confronti del sogno dovrebbe tendere ad essere non <un intenditore di analisi>, bensì uno <stratega analitico>, il che significa che l'assunto ideale è quello di avvicinare i sogni non indiscriminatamente, ma situandoli innanzitutto nel contesto terapeutico del momento, considerandone le singole incidenze e connessioni. Un buon terapeuta dovrebbe quindi essere sufficientemente flessibile di fronte al materiale onirico portato dai pazienti e non stereotiparlo secondo regole ben precise, che sono sempre in qualche modo una difesa e una rassicurazione da parte dell'analista, ma aggiustando la propria mira a seconda delle situazioni e dei momenti.

Un ulteriore accenno va, infine, al manuale di H. I. Kaplan e di B. J. Sadock (1971), i quali, fra l'altro, dedicarono un parte del loro lavoro al sogno, vedendola in una prospettiva storico – emotiva, da Moreno alla psicoanalisi, dalle scuole esperienziali alla Gestalttherapy.

Il Social Dreaming.

Il social dreaming è un metodo / una tecnica che utilizza il contributo che i sogni possono dare alla comprensione della realtà sociale (gruppo, organizzazione, società) in cui i soggetti vivono. È stato ideato alla fine degli anni '70 da W. Gordon Lawrence (Tavistock Institute of Human Relations di Londra), che ipotizzò che fosse possibile considerare il sogno come manifestazione del contesto in cui viviamo e che i sogni potessero illuminare il mondo sociale condiviso. Il social dreaming non vuole sfidare il grande valore dell'approccio ai sogni della psicoanalisi classica, ma mette in rilievo la loro dimensione sociale. Il primo campo di applicazione fu quello aziendale, dove Lawrence operava come consulente del lavoro. Da allora il social dreaming è diventato terreno di ricerca e sperimentazione in diverse realtà sociali e in numerosi paesi.

Un presupposto del social dreaming è che i gruppi strutturati che condividono uno scopo posseggano, accanto a un livello razionale (pratico, lineare, finito) anche un livello visionario (immaginario, ricorsivo, infinito) in cui l'organizzazione di appartenenza è costantemente sognata.

Il social dreaming consente di accedere a questo livello, diminuendo la separazione tra i due piani. Consente ai membri del gruppo di interagire dal punto di vista del loro stile di pensiero e di immaginazione piuttosto che del loro ruolo, con l'effetto positivo di spingere sullo sfondo (almeno temporaneamente) le questioni di potere, per portare l'attenzione sul pensiero di gruppo, valorizzare i modi di pensare divergenti, facilitare il sentimento di condivisione e intimità tra i membri. Distoglie energie dalla ricerca di soluzioni a situazioni conflittuali per dislocarle verso lo sviluppo delle domande che circolano nell'organizzazione. Aiuta a comprendere il clima e la cultura del gruppo e rivela con chiarezza quali sono le sue preoccupazioni. Favorisce un'interazione fluida e non gerarchica fra i partecipanti, la capacità di tollerare la sospensione e l'attesa, lo sviluppo di pensieri nuovi in una cultura di non dipendenza.

L'evento principale del social dreaming è la <Matrice>. Durante una matrice di social dreaming il racconto di un sogno suscita il racconto di un altro sogno, di una fantasia, di un pensiero. Le associazioni non si riferiscono soltanto al primo sogno che è stato raccontato, ma anche ad aspetti della realtà sociale e lavorativa che hanno lasciato un segno nell'animo dei sognatori. Nei successivi incontri vengono presentati altri sogni, che sono un'elaborazione di quelli raccontati in precedenza. A poco a poco prende forma una rappresentazione della realtà sociale e lavorativa che è molto particolare e diversa da quella che potrebbe essere composta utilizzando i dati forniti da persone sveglie: una rappresentazione contemporaneamente ricca e mutevole, pluridimensionale, dettagliata e un po' <flou>.

Le matrici durano un'ora e mezza. Solitamente ciascuna di esse fa parte di un ciclo compatto di 4-5 incontri, riuniti in 2-3 giorni. Il conduttore e i partecipanti (25-30) sono seduti sparsi nella stanza o seguendo una linea a spirale o a <fiocco di neve>. Il lavoro inizia con una breve introduzione alla metodologia e con l'invito a raccontare i propri sogni e ad associare a quelli degli altri nel modo più libero possibile, così da trovare legami e da creare connessioni fino a quel momento impensate. Il conduttore non interpreta i sogni, in quanto l'interesse è per il sogno piuttosto che per il sognatore. Aiuta il fluire delle associazioni, l'emergere del <conosciuto non pensato>; collega tra loro immagini, fantasie e sogni e aiuta a riconoscere il loro significato sociale; facilita la generazione di un sogno collettivo che il gruppo potrà condividere e utilizzare in modo creativo.

Alcune ipotesi fondamentali.

L'ipotesi centrale del social dreaming è che i sogni contengano informazioni importanti sulla realtà sociale in cui le persone vivono nel momento in cui sognano. Questa affermazione è straordinariamente simile all'osservazione di E. Hobsbawm sulla capacità che hanno avuto i movimenti artistici di avanguardia di cogliere i segni premonitori della fine del vecchio mondo ottocentesco, che sarebbe crollato con la Prima Guerra Mondiale. Hobsbawm (1994) scrive: "È generalmente riconosciuto che le arti anticiparono di parecchi anni l'effettivo crollo della società borghese liberale.

Nel 1914 quasi tutto (la destrutturazione di un modo di vedere e sentire) si era già manifestato, attraverso l'emergere di forme e movimenti, quali il cubismo, il futurismo, l'astrazione pura in pittura; il funzionalismo e la fuga dall'ornamento in architettura; l'abbandono della tonalità nella musica; la rottura con la tradizione in letteratura". È come se le persone che sognano e gli artisti fossero capaci di cogliere evidenze che chi è sveglio non può o non vuole vedere. Gli occhi di chi sogna, probabilmente, sono sottratti alle costrizioni del gruppo sociale e possono quindi vedere fatti, forze e tensioni, che gli occhi di chi è sveglio non possono riconoscere.

Un'altra ipotesi centrale del social dreaming è che sia utile accogliere e fare sviluppare ciò che vi è di impensato, imprevisto, inatteso nella vita di una istituzione, di un gruppo ed anche nella semplice vita quotidiana. Questa ipotesi si può prestare a fraintendimenti ed è quindi importante specificare che non corrisponde ad un generico <spontaneismo> e non fa riferimento a movimenti culturali e di costume del tipo dei <figli dei fiori> (Lawrence 2003). Il social dreaming, al contrario, nasce e rimane fortemente radicato nella tradizione di studi del Tavistock Institute sulla realtà lavorativa,

sulle organizzazioni e sulle istituzioni. Il pensiero di W.R. Bion ed i suoi sviluppi costituiscono un altro punto cardine sia a livello teorico che tecnico.

Il setting del social dreaming.

Le <matrici> di social dreaming (Lawrence preferisce il termine <matrice> a quello più consueto di seduta) durano solitamente un'ora e mezzo. Ciascuna fa parte di un ciclo che può essere breve oppure più lungo. È consigliabile evitare un'unica seduta <rischiatutto>, poiché lo sviluppo di un processo è un aspetto importante del metodo. Tale sviluppo riguarda sia la capacità dei partecipanti di funzionare come gruppo, sia i sogni stessi. I sogni infatti si collegano tra loro, rispondendo ai sogni raccontati nelle precedenti <matrici> (Armstrong, 1998; Lawrence, 1998; Szekacs 2003). Il piano di lavoro che viene adottato solitamente è compatto: da tre a cinque <matrici>, divise in due o tre giorni e dunque intervallate da una o due notti. In queste notti, compaiono nuovi sogni, che hanno regolarmente riferimento con la situazione che i partecipanti stanno vivendo. Sono stati impiegati anche altri schemi di lavoro: ad esempio è stato utilizzato uno schema che prevede lo svolgimento di una <matrice> settimanale per un periodo di quattro o sei mesi, oppure uno schema con incontri settimanali e quindicinali, senza una conclusione stabilita a priori (ongoing).

Le <matrici> possono essere condotte da un unico conduttore o da un piccolo staff. La decisione dipende da preferenze personali del conduttore. Un fattore che è spesso preso in considerazione è quello del numero di persone che compongono il gruppo. Con gruppi particolarmente numerosi è comune che vi sia uno staff di due/tre conduttori.

Il conduttore ed i partecipanti sono seduti sparsi nella stanza, oppure secondo una linea a spirale oppure ancora secondo una disposizione <a fiocco di neve>. Lo spazio tra le persone è lasciato vuoto. Nella disposizione <a fiocco di neve>, le sedie sono disposte lungo linee che guardano verso il centro; questa sistemazione tende a creare una configurazione che si ripete dal centro fino alla periferia della stanza, in analogia con un fiocco di neve o con un oggetto frattale. In ogni caso, si cerca di evitare la disposizione in cerchio per eliminare il contatto visivo diretto tra i partecipanti (come avviene invece nei gruppi di psicoterapia). Quando, però, per questioni logistiche non sia possibile adottare altra disposizione se non quella delle sedie disposte in cerchio, ciò non risulta un grave ostacolo allo svolgimento dell'esperienza. Lo scopo del tipo particolare di setting (sedie disposte a spirale o a fiocco di neve) è facilitare lo stabilirsi di un processo di associazione quanto più possibile libera e non condizionata.

Il lavoro nelle <matrici> può cominciare in qualsiasi modo: direttamente con la narrazione di un sogno, con un intervento da parte di un partecipante oppure con una domanda diretta al conduttore. Ci può essere, come è anche possibile che non ci sia, un breve discorso introduttivo in cui vengono comunicate alcune informazioni di base. Le indicazioni fornite all'inizio della prima <matrice> devono essere sintetiche. È anche possibile fare pervenire preventivamente ai partecipanti un testo scritto, con le informazioni essenziali, da leggere nella settimana precedente al social dreaming. Un'altra possibilità ancora è fare precedere una breve conferenza, all'inizio del lavoro vero e proprio, che seguirà dopo una breve interruzione, in modo da mettere in evidenza la diversità dei due assetti di lavoro. Se il conduttore inizia con una sintetica comunicazione introduttiva, spiegherà che i partecipanti sono invitati a condividere i loro sogni, a fare associazioni ai sogni che sono stati raccontati ed esplorare il loro possibile significato sociale. Gordon Lawrence (2001) inizia ognuna delle <matrici> con una precisa formula d'apertura: "Il compito principale è associare il più liberamente possibile ai propri sogni e a quelli degli altri, quando questi emergono nella matrice, così da creare legami e trovare connessioni. Chi ha il primo sogno?".

Le associazioni possono essere fornite non soltanto ai propri sogni, ma anche ai sogni degli altri partecipanti. I sogni non sono considerati una proprietà privata del sognatore, ma piuttosto qualcosa che è condiviso e comune (Hahn, 1998).

Altre poche regole possono far sì che le <matrici> procedano bene: evitare di rispondere a domande che sono poste direttamente e tenersi lontano dall'ingaggiarsi in una discussione con un'unica

persona. Queste indicazioni hanno lo scopo di aprire a tutti l'opportunità di parlare, piuttosto che andare verso un discorso ristretto tra due o pochi.

Il lavoro durante le "matrici".

Il lavoro che viene compiuto durante le <matrici> è principalmente sui sogni. I sogni, prima di tutto, vengono sviluppati attraverso le libere associazioni ed anche impiegando la <amplificazione> emotiva e tematica dei contenuti. Eugenio Gaburri (1992 e 2002) - riferendosi al setting della psicoterapia di gruppo - ha messo in evidenza come le associazioni siano stimulate anche dall'atmosfera emotiva presente in seduta; questa osservazione è vera anche nel social dreaming.

Immagini, sogni e fantasie vengono poi collegati tra loro attraverso il contributo di tutti i partecipanti. Si mette in luce come sogni differenti possano avere punti in comune. Talora viene evidenziata la sequenza dei sogni che sono stati raccontati. Accade, a volte, che un partecipante, ascoltando il sogno raccontato da una tra le persone presenti, pensi che avrebbe potuto sognarlo lui stesso e trovi inedite possibilità di identificazione.

Un aspetto del lavoro, che caratterizza fortemente il social dreaming, è la ricerca degli elementi sociali che emergono nei sogni. Nelle <matrici> di social dreaming, infatti, si produce un'atmosfera onirica. La stessa idea può essere espressa in modo più preciso dicendo che durante le <matrici> di social dreaming i sogni sono sognati una seconda volta.

La Matrice.

Gordon Lawrence (2001) utilizza la parola <matrice> per indicare sia <una seduta nella quale i partecipanti forniscono sogni ed associazioni>, sia, più generale, <un posto dal quale nasce qualcosa>. Lawrence impiega il termine <matrice> in molte circostanze nelle quali altri conduttori impiegherebbero invece le parole <seduta> e <gruppo>. La parola <gruppo> - a suo avviso - richiama troppo alla mente l'idea di un certo numero di persone riunite in una stanza. Egli vuole invece portare l'interesse verso ciò che sta tra le persone, è alimentato dalla loro presenza ed a sua volta stimola fantasie, pensieri, sogni. Il termine <gruppo>, inoltre, fa pensare alle <dinamiche di gruppo>, e Lawrence, invece, propone di trascurarle, per concentrarsi sul fatto che essere parte di una <matrice> promuove la capacità di sognare e mettersi in relazione. Lawrence trae la nozione di <matrice> da Foulkes (1964). Foulkes parte dall'idea che il gruppo è un organismo vivente, che ha propri umori e reazioni, che possiede uno spirito caratteristico e genera specifiche atmosfere e climi affettivi. Facendo riferimento a questa idea di gruppo, Foulkes descrive la <matrice> come "qualcosa che è comune a tutti i membri e riguarda non solo la dimensione dei rapporti interpersonali, ma anche e soprattutto le dimensioni trans - personale e sovra - personale".

Altri possibili impieghi del social dreaming.

Il social dreaming può venire anche impiegato utilmente anche con gruppi formati da persone che non si conoscono o si conoscono poco. In questo caso, l'ambiente comune è costituito dalla realtà sociale, pur con l'ampiezza e la diversificazione che ciò comporta (Beradt, 1966). In alcune situazioni le persone, pur non facendo parte di una stessa organizzazione o istituzione, si trovano tuttavia ad avere qualcosa di molto importante in comune. Un esempio è dato dagli abitanti di New York che sono stati sottoposti ad un trauma, a causa dell'attacco ed del crollo delle Torri gemelle del World Trade Centre. Un altro esempio è dato da persone che hanno subito molestie sul posto di lavoro (mobbing). In questi casi, la tecnica del social dreaming può risultare utile per la sua caratteristica di essere una pratica al confine tra il <terapeutico> e il <non completamente terapeutico> e perché offre la possibilità di riferire e condividere gli accadimenti non come <fatti della realtà>, ma come <sogni che parlano della realtà>.

Una persona, che racconta un sogno durante una <matrice> di social dreaming, quando un altro partecipante lo raccoglie, proponendo proprie associazioni o anche semplicemente dando un segno di risonanza attraverso un'espressione mimica o un movimento del corpo, ne trae una sensazione di

condivisione. Le persone, durante le <matrici>, si mettono in contatto le une con le altre ad un livello intimo e toccante.

Social dreaming e psicoanalisi: punti di incontro .

E' interessante rintracciare nell'evoluzione della teoria psicoanalitica alcuni elementi di continuità, che aiutino a contestualizzare la proposta del social dreaming. Sigmund Freud ha posto i sogni al centro del progetto scientifico della psicoanalisi. I sogni sono considerati specialmente nei termini delle interpretazioni che rendono possibile capire il loro significato. Nozioni come <censura> e <spostamento> vengono sviluppate da Freud per spiegare i processi implicati nel sognare, nel ricordare e nel dimenticare i sogni. È stato uno sforzo straordinario grazie al quale la narrazione e l'interpretazione dei sogni sono diventati aspetti rilevanti del lavoro psicoanalitico e più in generale della nostra cultura.

La definizione di Sigmund Freud del sogno come via regia all'inconscio, cioè come accesso privilegiato ad esso, è ripresa dal social dreaming che prevede che il racconto del sogno sia sottoposto nel corso della <matrice> ad un lavoro di trasformazione attraverso le associazioni e l'amplificazione.

Lo scopo certamente centrale nel social dreaming non è quello di interpretare il contenuto del sogno, ma di creare spazi di comunicazione. Questo approccio peraltro trova riscontro anche in alcuni punti di vista che sono stati avanzati in ambito psicoanalitico. Bollas (2003), ad esempio, propone che l'attenzione dell'analista possa privilegiare i transiti <inconscio - preconcio - coscienza>, cioè la relazione e l'interscambio tra i livelli di esperienza. In questo caso, la questione principale per l'analista non è più quella di come/quando interpretare, ma quella di come creare e mantenere attivo un processo circolare fra associazione e interpretazione (Neri e Girelli, 2003).

Un'ulteriore considerazione riguarda il fatto che nell'ottica psicoanalitica la conoscenza delle fantasie inconscie del sognatore non è l'unico impiego possibile del sogno, che può rappresentare anche un mezzo per mettersi in relazione con se stessi e con gli altri, una forma di pensiero, un modo di metabolizzare le esperienze emotive del giorno. L'idea che il sogno possa svolgere una funzione problem solving è già presente nell'interpretazione dei sogni. In una nota aggiunta nel 1925 Freud scrive: "Il sogno in fondo non è altro, se non una forma particolare del nostro pensiero. Il fatto che il sogno tenti di risolvere i compiti che la nostra vita psichica ha di fronte, non è più sorprendente del fatto che tenti di risolverli la nostra coscienza vigile e implica soltanto l'aggiunta che questo lavoro può svolgersi anche nel preconcio". Nonostante il primato assegnato al desiderio come fonte all'origine del sogno, il contributo dei <residui diurni> – ovvero pensieri e preoccupazioni della veglia che si protraggono nel sonno – è sempre stato riconosciuto da Sigmund Freud, che li considerava come un <imprenditore> in rapporto al desiderio capitalista (1901). Più tardi, in *L'Io e l'Es* (1922), distinguerà, sulla base dell'origine, <sogni dal basso> (provocati dal desiderio inconscio) e <sogni dall'alto>, che corrispondono invece a pensieri e propositi diurni e per i quali l'analisi può prescindere dal materiale rimosso.

Il social dreaming rilancia dunque il discorso sulla funzione conoscitiva del sogno ed in particolare sulla funzione conoscitiva del raccontare e condividere i sogni (Friedman, 2000; Bernabei, 2001).

Nel corso del tempo, altri psicoanalisti hanno sviluppato la teoria di Freud, portando in primo piano aspetti del sogno che egli aveva preso poco in considerazione. Numerosi psicoanalisti, ad esempio, hanno iniziato a guardare i sogni non come presentazioni distorte dei desideri del sognatore, ma piuttosto come autentiche e veritiere rappresentazioni dei suoi sentimenti, desideri, fantasie e pensieri. È stato segnalato, inoltre, che alcuni sogni forniscono un insight su un dato aspetto della personalità del sognatore e su ciò che egli sta vivendo in quel momento della vita, e che i sentimenti e i pensieri contenuti nei sogni possono avere una grande importanza per la sua vita affettiva. R. Tagliacozzo (1992) e J.L. Fosshage (1998 e 2001) hanno messo in evidenza come l'emergere di una nuova configurazione in un sogno possa indicare che il sognatore sta creando un passaggio evolutivo nell'analisi e nella sua vita.

Alcuni psicoanalisti, infine, ritengono che i sogni forniscano informazioni rilevanti sulle paure, speranze, ideali presenti nell'ambiente sociale in cui vive la persona che sogna. Ponendosi in questa prospettiva, un certo numero di psicoanalisti italiani – Riolo (1982), Corrao (1986), Vallino Macciò (1992), Ferro (1996), Correale (2001) – considerano il sogno come un'espressione di una data situazione sociale o di gruppo (di un dato <campo>). Essi ritengono, inoltre, che il sogno acquista significato se viene collocato in tale situazione (o <campo>). Questo modo di guardare al sogno non è molto distante da una prospettiva che lo consideri, come fa il social dreaming, non solo come un'espressione di desideri e fantasie, ma anche come una “speciale rappresentazione” del punto di vista di un individuo circa la comunità in cui vive e le organizzazioni a cui appartiene.

Conclusioni.

In conclusione, possiamo definire il social dreaming come una tecnica che permette alle persone di apprendere, attraverso un'esperienza diretta, ad entrare in contatto e a lasciar emergere elementi non organizzati, non conosciuti o non formulati (in altri termini, ciò che è inconscio o pre-conscio).

Un prezioso effetto della partecipazione ad una esperienza di social dreaming è l'evidenza del modo di rendersi presente e dell'enorme impatto emotivo e conoscitivo di ciò che è pre-conscio o inconscio. Questa diretta presa di contatto ha un effetto sorpresa specialmente tra persone che per la loro formazione di psicologi, psichiatri o psicoterapisti, dovrebbero conoscere bene questa dimensione, ma che a volte l'hanno dimenticata o lasciata cadere.

Bibliografia e siti internet consultati.

- “Social dreaming. La funzione sociale del sogno”; Gordon W. Lawrence; Edizioni Borla, 2006;
- “Introduzione al social dreaming. Trasformare il pensiero”; Gordon W. Lawrence; Edizioni Borla, 2008;
- “Fuga dalla libertà”, Milano, Edizioni di Comunità, 1963;
- “Il linguaggio dimenticato. Introduzione alla comprensione dei sogni, delle fiabe e dei miti”; Edizioni Bompiani, 1962;
- “Psicanalisi della società contemporanea”; Edizioni di Comunità, 1960;
- “L'interpretazione dei sogni”; Sigmund Freud;
- “Introduzione alla psicoanalisi”; Sigmund Freud;
- “Compendio di Psicoanalisi ”; Sigmund Freud;
- “Saggi di psicoterapia di gruppo”; Ferdinando Vanni; Edizioni Boringhieri, 1979;
- “Psicologia sociale”; A. Palmonari, N. Cavazza, M. Rubini; Edizioni Il Mulino, 2002.
- <http://www.webalice.it/livia.botta/scritti/SocialDreaming.pdf>
- <http://www.funzionegamma.it/introduzione-al-social-dreaming-e-resoconto-di-dueworkshop-tenuti-a-raissa-e-clarice-town/>
- <http://www.doppio-sogno.it/numero10/ita/15.pdf>
- <http://serviziosocialesocialdreaming.over-blog.it/> -
- <http://lnx.claudioneri.it/wp-content/uploads/2013/05/presentazione-del-metodo-edella-tecnica-del-social-dreaming.pdf>
- <http://www.psicosocioanalisi.it/area-riservata/master-3-anno/balocco-ariete-sdmaster-10.03.2012.pdf>
- <http://www.psicologiadellavoro.com/gestione-hr/142-la-riscoperta-del-sogno-comeevento-sociale-la-social-dreaming-matrix>
- http://en.wikipedia.org/wiki/Social_dreaming
- <https://am2013.ispso.org/symposium:foundation>
- <http://www.psiconline.it/forum/index.php?/topic/6463-lutilizzo-del-social-dreamingnellambito-dei-contesti-formativi/>
- <http://www.youtube.com/watch?v=9eyZSvfShKo>
- www.creagiuseppe.com/sociald.doc

-<http://www.psicosocioanalisi.it/08-novembre-dal-social-dreaming-all2019usosociale-del-sogno-esperienze-percorsi-di-ricerca-e-possibili-ricadute-formative>
-http://db.formez.it/ArchivioNews.nsf/81d6cc569d2aeafdc1256e220031d3e2/a5f868203681fe82c12572ec003313d9/Testo/M2/Articolo_Garofalo.pdf?OpenElement
-<http://quelcherestadelmondo.wordpress.com/tag/social-dreaming-matrix/>
-http://www.prevenzionetumori.it/archivio/archivio_text.php?cat_id=881&pos=255
-<http://rolandociofi.blogspot.it/2012/05/il-social-dreaming-cura-di-francesca.html>
-http://forum.alfemminile.com/forum/infidel/_f41058_infidel-Social-dreaming.html