



Tedaldi, S. – *Lo Psicodramma Analitico e le Nuove Dipendenze*

Lo Psicodramma Analitico e le Nuove Dipendenze

di Stefania Tedaldi

Per gli inglesi il termine dipendenza si traduce in due modi. Nel primo: "**Dipendent**", il soggetto è fisiologicamente dipendente, come avviene per sostanze quali alcool, droga, tabacco; nel secondo: "**Addicted**", la dipendenza è psicologica.

Addicted viene dal latino *adicere* che vuol dire "schiavo per debito".

Ma quale debito devono pagare i nuovi dipendenti? O meglio: quale condizione di inferiorità li porta ad essere dipendenti?

I debiti, *va da sé*, hanno da sempre condizionato l'essere umano a vivere una condizione d'inferiorità rispetto al proprio debitore il quale può essere, di volta in volta, rappresentato da una persona, un oggetto, un ideale di comportamento.

Secondo E. Fromm il vero problema della società moderna è la mancanza di autonomia: l'uomo dipende patologicamente da un'entità considerata superiore che lo condiziona ad essere uno schiavo; è un essere mancante che, non potendo accettare la condizione di "assenza" e condividerla con gli altri, ricerca disperatamente qualcosa che possa compensare il suo vuoto.

Fromm è morto negli anni '80 quando le nuove dipendenze iniziavano ad essere visibili solo negli USA, ma in questi ultimi anni il fenomeno si è diffuso rapidamente in tutte le nazioni influenzando velocemente ogni strato sociale, dai giovani agli anziani, dai ricchi ai poveri.

Nel suo libro "Fuga dalla libertà", egli evidenziava come il fuggire da se stessi e dagli altri, sentirsi completamente isolati e solitari, porta alla disgregazione mentale.

La "questione del non essere", quindi, si cristallizza sull'evasione.



Tedaldi, S. – *Lo Psicodramma Analitico e le Nuove Dipendenze*

Pensiamo all'isolamento dei dipendenti da internet, agli acquisti solitari dei *compulsive buyer*, al giocatore d'azzardo che imprigiona lo sguardo solo sul risultato del suo gioco.

Questo è quello che appare, ma se approfondiamo il "dipendere da chi e da cosa" la realtà cambia.

Le *new addiction* portano le persone ad essere dipendenti da esperienze e situazioni che possono in qualche modo modificare l'umore e le sensazioni, sono costantemente stimolate dalla nostra società in quanto sottostanno alle leggi economiche del guadagno ma, rispetto alle dipendenze da sostanze, possiedono, paradossalmente, una caratteristica: rispondono illusoriamente al bisogno profondo di essere parte di... considerati da...

Nessun dipendente da sostanze ritiene che soddisfacendo le proprie necessità sarà più integrato nella società mentre il "nuovo dipendente", quando eccede nel comprare, nel lavorare, etc., pur con un senso di disagio e di colpa per il suo comportamento, spera che "l'altro" possa riconoscerlo proprio nel suo essere come "l'altro", anche se questo può avvenire attraverso azioni solitarie e compulsioni nascoste. Spera di essere visto diversamente da come lui stesso si vede, spera infine di essere considerato per quello che vorrebbe essere e non per quello che è.

La risposta può arrivare dal computer, dagli oggetti acquistati ed ammirati dal contesto sociale oppure dalla falsa certezza di vincere ed essere ammirati.

La differenza tra le vecchie e le nuove dipendenze, dunque, si esprime attraverso due poli: l'individuale ed il sociale. L'assunzione di sostanze deve arrecare benessere alla persona, meglio se nessuno vede; le *new addiction* sottendono alla realizzazione di quel sogno che ci accompagna fin dalla nascita e che Lacan chiamava: "essere il desiderio dell'altro".



Tedaldi, S. – Lo Psicodramma Analitico e le Nuove Dipendenze

Curarsi da chi, curarsi da cosa?

Freud scriveva: non siamo mai così privi di difese come nel momento in cui amiamo. Io aggiungerei: non siamo mai così forti come nel momento in cui accettiamo di vivere senza queste difese ed iniziamo ad elaborare le nostre vere mancanze.

Quando il dipendente accetta di curarsi accetta anche di riconoscere l'impossibilità di essere ciò che prima abbiamo specificato come "desiderio dell'altro", accetta l'angoscia della sua condizione infantile e subordinata, sperimenta il buio, privo di false certezze, di chi non riceve l'approvazione necessaria per sentirsi "necessario".

Formula, allora, la domanda di cura. Ma come curarsi da se stesso, come curarsi da qualcosa che si riferisce al guardare e l'essere guardati nella parte più nascosta ed inconscia di sé?

Lo Psicodramma Analitico, che trova spazio nel settore Psicoterapia della **Rete Nuove Dipendenze Patologiche**, offre una risposta a questo interrogativo.

Il fondatore della psicoterapia di gruppo fu Joseph Pratt, un medico di Boston che nel 1905 organizzò per i pazienti affetti da tubercolosi delle sedute settimanali durante le quali gli stessi discutevano e annotavano l'andamento della loro malattia. Ogni miglioramento conseguito era segnato sulla lavagna in modo che ciascun componente del gruppo potesse osservare e valutare il proprio miglioramento.

Pratt formulò questa idea oltre che per il desiderio di curare un essere umano sofferente, anche per osservare quanto fosse importante per i pazienti avere il sostegno e l'incoraggiamento del gruppo.

Questa prima tecnica prototerapeutica produsse ottimi risultati: i pazienti miglioravano gradualmente e partecipavano agli incontri con molto interesse. Pratt,



Tedaldi, S. – *Lo Psicodramma Analitico e le Nuove Dipendenze*

visti i risultati, applicò questa tecnica anche con i malati psichiatrici. Egli e i suoi collaboratori notarono che anche i soggetti psichiatrici più apatici e abulici partecipavano agli incontri con interesse e coinvolgimento, ottenendo migliori risultati che nella terapia individuale.

Il miglioramento di questi pazienti era dovuto alla socializzazione, alla condivisione e all'empatia che circolava nel gruppo.

Più tardi la tecnica dell'incontro di gruppo si affinò. Nel 1930 lo psichiatra Marsh introdusse altre tecniche che la semplice espressione del disagio o delle fantasie dei pazienti: il racconto dei sogni, dei ricordi, del complesso di inferiorità; a tutto ciò seguiva una discussione alla quale tutti partecipavano attivamente.

Una svolta decisiva nelle terapie di gruppo la apportò T. Burrow nel suo testo "The Group Method of Analysis", il quale dedusse che i disturbi comportamentali individuali derivavano dai rapporti sociali che si instauravano all'interno dei nuclei familiari, amicali e di lavoro.

Il gruppo diventa così il contesto nel quale è possibile analizzare le relazioni e le sue implicazioni, le dinamiche e le conseguenti reazioni.

L'obiettivo di Borrow era quello di far prendere coscienza ai membri del gruppo dei loro rapporti attuali del "qui ed ora" e far emergere le vere intrinseche istanze di ciascun partecipante nel momento stesso in cui sorgevano.

A questo punto il gruppo non è più la somma degli individui che lo compongono, ma si trasforma una unità organica dinamica e indipendente.

Questo concetto rivoluzionario verrà ripreso e ampliato nel corso della storia della psicoterapia di gruppo.



Tedaldi, S. – *Lo Psicodramma Analitico e le Nuove Dipendenze*

Più tardi in Francia, Kaes e Anzieu, riprendendo alcuni concetti espressi da K. Lewin e sviluppando le teorie espresse precedentemente dagli altri studiosi che si servirono loro come supporto pedagogico e utilizzando un accurato lavoro analitico, proseguirono il cambiamento della psicoterapia di gruppo. Essi si concentrarono sugli atteggiamenti interni più profondi, sulle istanze inconsce.

Quanto sopra descritto consente di comprendere meglio la funzione che lo psicodramma analitico esercita sui partecipanti. Lo psicodramma contiene in sé due funzioni : una sociopedagogica e l'altra analitica.

Le ragioni che promuovono questa duplicità vengono evidenziate nella collocazione spaziale e nella azione che si svolge nel *setting*.

La tecnica utilizzata nello psicodramma è quella di Moreno, pertanto l'azione o gioco acquista un valore significativo all'interno della seduta analitica.

Il gioco "diretto", ossia immediato e guidato dal terapeuta, mette in luce le pulsioni individuali del "qui e ora" riferiti al un contesto e ad una situazione già vissuta del "là ed allora".

Nel gioco psicodrammatico la visione diventa l'elemento fondamentale: il soggetto parlante, cioè il partecipante che esprime se stesso, guarda e viene guardato in una dimensione di verità e di riconoscimento. Il nuovo dipendente, così desideroso di una conferma sociale, si rende conto del suo "non Sé", cioè del non poter diventare qualcosa per qualcuno attraverso comportamenti distruttivi ed alienanti.

Lo psicodramma diventa quindi il gioco dello svelamento dove ogni partecipante si riconosce come soggetto non più velato ed il gruppo, inteso come entità altra, rivela continuamente l'inganno di ognuno.



Tedaldi, S. – *Lo Psicodramma Analitico e le Nuove Dipendenze*

Sempre nello psicodramma avviene la messa in gioco di un accadimento che il soggetto evidenzia durante la seduta; per comprendere come avviene è indispensabile mettere in campo i seguenti personaggi tutti facente parte integrante del gruppo.

Il protagonista , la scena , l'ausiliario, l'osservatore, il doppio, lo specchio, il posto.

Il protagonista è l'attore principale che gioca un episodio della sua vita reale o un sogno che suscita un interrogativo o che richiede una messa a fuoco.

La scena è ricreata dall'attore: è lo spazio riservato al protagonista e agli ausiliari che condividono con lui la scena da rappresentare.

L'osservatore è il resto del gruppo che ha la funzione di sostegno e accoglienza delle emozioni che circolano nel momento della messa in scena.

L'ausiliario è l'assistente al gioco, ossia è colui che impersona il soggetto che il protagonista gli affida per poter allestire la scena e il gioco.

Il doppio è una tecnica che permette a qualunque elemento del gruppo e allo stesso io ausiliario a dar voce ai sentimenti e alle emozioni che il protagonista immagina o prova, alle quali però non riesce ad esprimere durante il gioco. Il doppio svolge la funzione di chiarificatore e di sostegno.

L'intervento del doppio, talvolta anche silente, permette al protagonista di appropriarsi di quel materiale che non riusciva a vedere o a sentire.

Lo specchio consiste invece nel far uscire il protagonista dalla scena e concentrarsi sul gioco riprodotto dall'io ausiliario. Lo scopo dell'utilizzo dello specchio è quello di suscitare nel soggetto in gioco un reazione nel momento stesso in cui si vede riflesso e di vedersi come gli altri lo vedono.



Tedaldi, S. – *Lo Psicodramma Analitico e le Nuove Dipendenze*

Infine c'è il posto. Il cambio di posto si applica quando il protagonista è profondamente implicato in un rapporto duale: Assumendo la funzione e il posto dell'altro il protagonista può calarsi in una nuova realtà, cogliendo le emozioni e i sentimenti " dell' oggetto" con cui è in conflitto.

A chi rivolgersi

Reti di professionisti sul territorio

<http://www.retenuovedipendenze.it>, Rete Nuove Dipendenze Patologiche, un progetto promosso da Mo.P.I. –Movimento Psicologi Indipendenti e Vertici s.r.l. Network di Psicologia e Scienze Affini. Direzione Scientifica: Dott.ssa Rosa Mininno.

Numeri utili

Vertici s.r.l. Network di Psicologia e Scienze Affini, via Leopardi n° 14, 50121 Firenze. Tel. 055 2342810 Fax 055 2477263 eMail info@vertici.com

Stefania Tedaldi, *Psicologa Psicoterapeuta, socia del Mo.P.I. –Movimento Psicologi Indipendenti, è un professionista aderente alla "Rete Nuove Dipendenze", referente per il Gruppo di lavoro " Shopping Compulsivo".*
