

LA DINAMICA SESSUALE

Margherita Sberna

Quando ho cominciato a condurre gruppi di formazione erano gli uomini ad essere considerati razionali, seri, precisi, attenti ai tempi, mentre le donne erano ritenute pasticciona, isteriche, emotive. Per confermare o confutare questa tendenza ho cercato di fare un parallelo fra alcune situazioni di fiaba, di racconto e la situazione maschile e femminile all'interno dei gruppi.

Come partecipante di un gruppo ero fra quelli più turbolenti, ma quando da allieva sono passata a "insegnante", le cose erano sostanzialmente cambiate. Così ero un po' spaesata perché le situazioni erano cambiate ed io non le avevo vissute durante il mio training. Trovavo la cosa interessante perché mi consentiva di scoprire nuove dinamiche. Voglio precisare che le osservazioni e le riflessioni che seguono non fanno riferimento alla psicoanalisi o ad altre teorie psicoterapeutiche di cui io conosco solo gli elementi che si studiano in università. Dunque tutte le considerazioni sulle favole non sono una interpretazione di questo genere. I titoli mi hanno suggerito delle suggestioni che ho trovato appropriate ad un gruppo di persone in formazione che affrontano un percorso di apprendimento che è connotato anche da una riflessione su di sé e sui propri comportamenti. Diverso dunque da un gruppo di amici, o di semplici conoscenti o di colleghi di lavoro.

Infine i temi di cui tratterò non sono in sequenza, non ce n'è uno che viene prima dell'altro o che è più importante, né si osservano tutti necessariamente in uno stesso gruppo: dipende dalle persone con le quali si ha a che fare, i componenti del gruppo, che sono la variabile costante di questo tipo di lavoro.

"Uno, nessuno, centomila" è un dramma di Pirandello. A me richiama la difficoltà di identificazione insieme alla negazione della diversità. Quando ero una partecipante nel gruppo c'era una componente maschile ed una femminile: l'uomo veniva considerato come maschio e la donna come femmina e questa situazione poteva produrre delle dinamiche particolari. I gruppi di adesso sono privi di una dimensione perché sono a prevalenza femminile, non solo perché sono composti soprattutto da donne, ma anche perché i membri uomini sono prevalentemente "femminili" di carattere.

Il voler fare del bene, l'occuparsi degli altri, essere attenti al benessere e all'aiuto anche nei confronti degli altri sono comportamenti tipicamente femminili. In realtà si tratta di caratteristiche che appartengono a tutti gli esseri umani, ma che anche F. Fornari citava come dimensione materna. Quando noi parliamo di Uomo e Donna ci basiamo su stereotipi che si sono strutturati nel corso del tempo stabilendo quali siano le caratteristiche tipiche maschili, quali quelle femminili e come si integrano fra loro. A livello intellettuale la situazione è molto più complessa, perché non si può parlare in astratto di carattere maschile e femminile. In più negli ultimi 20 anni, grazie al femminismo, le donne hanno assunto atteggiamenti e comportamenti una volta patrimonio tipicamente maschile: per esempio sono più volitive, più sicure nelle decisioni da prendere, meno emotive e con una maggiore capacità di controllare i loro sentimenti.

Dei giornalisti chiesero all'attore Jack Nicholson come avesse fatto a descrivere così bene una donna e lui rispose "Ho preso un uomo e gli ho tolto razionalità ed affidabilità". In realtà, invece, questi caratteri e soprattutto la razionalità, sono diventati abbastanza comuni anche nelle donne e sono osservabili nei loro comportamenti. Così non è facile notare la differenza fra uomo e donna se non perché fisicamente sono due entità diverse. Anche i comportamenti di tipo psicologico sono molto simili: ci sono donne che comandano ed uomini che obbediscono e viceversa. Capita spesso nei gruppi di 10 donne e 2 uomini che venga eletto "capo" un uomo: sono in realtà le donne a comandare, semplicemente utilizzano il loro potere diversamente da come facevano un tempo. Sia gli uomini che le donne assumono comportamenti che sconfermano le classificazioni stereotipiche di un tempo e questo rende difficile sia riconoscersi ed identificarsi, sia vedere ed

accettare la diversità dell'altro/a. E questo è un problema perché è proprio la diversità che costituisce una risorsa arricchente del gruppo.

"Il Gatto con gli stivali" è la seconda favola che mi ha ispirato. Il protagonista è il gatto che con le sue azioni "trasforma" il figlio del mugnaio -suo padrone- nel Marchese di Carabà.

Se esiste difficoltà di identificazione e se c'è negazione della diversità, ogni cosa può diventare tutto e il suo contrario: io come persona di un certo sesso posso assumere le caratteristiche che sono funzionali a quello che sta succedendo nel gruppo e a ciò che io voglio ottenere.

I gruppi di tipo autocentrato hanno come oggetto lo sviluppo del gruppo stesso verso l'espressione, la consapevolezza dei partecipanti e l'emersione delle loro caratteristiche perché alla fine diventi un gruppo effettivo, quindi un insieme diverso. Essi si fondano sul fatto che le persone esprimano quello che sentono e la presunzione di tutti i membri – conduttore compreso – è che tutti lo facciano in modo veritiero. Questo accade raramente: i partecipanti si esprimono in funzione delle loro aspettative nei confronti della situazione. Se io dico che mi sento debole, insicura, fragile, piena di problemi e di insicurezze gli altri partecipanti avranno una percezione di me peggiore di quella che vorrei dargli. Così chi si trova in questa situazione e ha questo timore si "traveste". E' un fenomeno simile al corteggiamento, quando l'immagine che noi presentiamo è quella che riteniamo migliore, più affascinante, più significativa e che può sedurre. Può accadere anche il contrario: io mi sento forte, ma esplicitandomi temo di essere aggredita.

Questo fenomeno del travestimento è frequentissimo al punto che lo stesso conduttore del gruppo non riuscirebbe a descriverne i membri. Dunque c'è una parte emotiva che diventa preminente e che è legata a quello che ciascun membro del gruppo pensa sia meglio mostrare agli altri. In base alle aspettative che presumo ci siano, razionalmente, costruisco un'immagine di me che poi sarà difficile demolire, ma che non corrisponde effettivamente al mio essere. E' un comportamento sia maschile che femminile che serve per mimetizzarsi ed essere maggiormente e più facilmente accettati dal gruppo.

"Cappuccetto rosso" o dell'aggressività. Questa favola rappresenta un'elaborazione del travestimento: il lupo cattivo travestito da nonna a letto. Il travestimento si spinge ad occultare i veri sentimenti perché la persona ne ha paura e questo timore è proporzionato a quanto l'emozione è atipica rispetto allo stereotipo di riferimento sessuale. Per esempio l'aggressività nelle donne è meno tollerata e loro stesse hanno più difficoltà ad esprimerla apertamente. Al contrario la dolcezza, può rappresentare un problema per un uomo. La mancanza di coerenza fra "interno ed esterno" è un travestimento. Se non riesco a far corrispondere quello che esprimo con quello che provo, penso, sento, significa che mi reprimo, che filtro la mia personalità per adeguarmi a ciò che "la società" si aspetta da me.

All'ARIPS la formazione utilizza anche i laboratori che sono situazioni che applicano la tecnica del T-group a più gruppi in contemporanea. In queste occasioni, per facilitare i partecipanti a concentrarsi anche sulla comunità complessiva, abbiamo inventato "un'ambientazione fantastica" che sia da stimolo, ma che eviti contraffazioni e recite. Per esempio in un laboratorio che aveva come focus proprio la questione maschile e femminile, l'ambientazione fantastica parlava degli ultimi giorni del pianeta Terra e dell'umanità. Unica possibilità di sopravvivenza consisteva in 5 persone che con una navetta spaziale si sarebbero trasferite su un altro accogliente pianeta. I partecipanti dovevano individuare fra di loro le 5 persone da salvare come rappresentanza dell'umanità.

La decisione finale fu che 4 donne e solo un uomo facevano parte del gruppo sopravvissuti: le donne in questo caso erano riuscite ad esprimere la loro aggressività ritenendola giustificata in un momento così difficile. Le donne sono più complete, anche per la riproduzione l'uomo sta diventando sostituibile!!! Potere, seduzione, dominio... inconfessabili ma necessari in questo frangente.

In un altro laboratorio che richiedeva di individuare gli alieni che si erano infiltrati fra gli umani, il problema dell'identità di difficile identificazione per molti partecipanti gli aveva consentito – anche agli uomini e ai partecipanti più attempati - di commuoversi fino alle lacrime. Domandarsi “Sono un uomo o un extraterrestre” era come chiedersi “Chi sono io?” consentendo così che affiorassero sentimenti e paure represses e nascoste anche a sé stessi. Anche in questo caso potere, seduzione, dominio.

I comportamenti di uomo e donna sono diversi e di solito si adattano alla situazione per ottenere il massimo risultato desiderato.

E' il rapporto sessuale trasferito ed utilizzato per il potere senza assolutamente tener conto né degli stereotipi né del vero desiderio delle persone. Perché più si va a fondo, più si cerca di rendere consapevoli i membri del gruppo del reale obiettivo perseguito, più diventa evidente che ciascuno vuole essere quello che è, e ciascuno vuole utilizzare il suo eventuale fascino, le sue caratteristiche effettive, per arrivare ad un rapporto sessuale paritario, nel quale la diversità è accettata. Spesso queste situazioni sono aidate dalla presenza di persone “ambivalenti” che ritengono cioè che la loro sessualità non sia per forza solo maschile o solo femminile. E che non dipenda dal loro aspetto fisico sessuale. Non sto parlando in particolare degli omosessuali, ma di chi è attirato e riconosce in se stesso la parte femminile e quella maschile: non è una novità la convinzione che ogni essere umano abbia in sé entrambe le componenti, anche se poi ne sviluppa in particolare una. Quelli che sono più aperti e disponibili ad accettare in loro stessi questa dicotomia e ad utilizzarla come elemento di crescita, di evoluzione e di potenzialità, in genere sono quelli che sviluppano più facilmente con gli altri un rapporto adulto e paritario che mette in luce a seconda delle situazioni una parte o l'altra e quindi consente al gruppo di evolvere più facilmente. In queste occasioni ho visto esprimersi la seduzione. A volte forse alcune persone potevano essere definite omosessuali secondo gli stereotipi correnti, ma in ogni caso emergeva il loro desiderio di esternare queste due valenze. Eros e seduzione sono due elementi che facilitano l'evoluzione del gruppo verso la coesione.

In passato questa situazione rendeva il gruppo più vivace e vitale; oggi c'è più immobilismo, più timore ad esporsi e dunque la dinamica della sessualità fatica ad emergere.

Il riferimento al dr. Jekyll e a mr. Hyde esprime le due variabili in termini estremi. Ciascuno decide se queste due componenti si mescolano fino a diventare una cosa sola, o se rimangono separate. In mezzo ci sono molte sfaccettature. Dalle scelte di ciascun membro del gruppo dipenderà se l'entità finale sarà differenziata o uniforme fino alla simbiosi. Questa ultima possibilità costituisce spesso la maggior preoccupazione per i partecipanti che temono di diventare indistinguibili andando ben oltre l'omologazione dei comportamenti. Io non credo che ci sia una soluzione negativa contrapposta ad una positiva né a livello individuale, né di gruppo. Penso che il risultato finale sarà quello più funzionale al gruppo in quel momento, purché ciascuno giochi “a carte scoperte”. Diversamente il gruppo non riuscirà ad essere “adulto”, cosa che attualmente capita spesso.

La sessualità è un elemento cardine per permettere al gruppo di evolversi fino a diventare un'entità collettiva.

L'ultimo riferimento riguarda le avventure di Gulliver e si riferisce per analogia alle dinamiche del potere che si esprimono come dominio da una parte (Gulliver nel paese dei Lillipuziani, che sono dei nani rispetto a lui) e sottomissione dall'altra (Gulliver a Brobdingnag, dove è lui un nano). Dopo il femminismo il dominio non sempre si identifica nel potere dell'uomo, così come non sempre le donne sono sottomesse. Spesso accade il contrario e va detto che le donne quando esercitano questa modalità di potere non sono più benevole. D'altra parte per tradizione, sono le donne che educano i figli, maschi o femmine che siano, e dunque è anche loro responsabilità il perdurare di questo stato di cose. A me pare che si dovrebbe superare questa dicotomia che produce una perdita di risorse e un impoverimento.

L'obiettivo dovrebbe essere la valorizzazione di entrambe le caratteristiche e l'accettazione della diversità come ricchezza ed accrescimento delle potenzialità