

Psiche e migrazione: quando il gruppo cura (parte I)

Alfredo Ancora

Bisognerebbe avvicinarsi ai migranti non solamente come "problema", ma anche come occasione di conoscenza del loro mondo, dei loro saperi, tradizioni, religioni che meriterebbero un maggiore approfondimento. Un approccio diverso potrebbe arricchire la nostra cultura, talvolta chiusa e direzionata verso un pensiero unico. In particolare, chiediamoci che accade quando le problematiche migratorie diventano causa di disagi psichici ai quali si risponde con interventi non sempre adeguati alla richiesta. Talvolta è difficile riuscire ad analizzare la domanda e comprendere come dietro la presentazione di un dolore fisico spesso ci sia una modalità culturale di esprimere un disagio psichico. Infatti, noi siamo abituati ad una concezione del corpo diviso dalla psiche. La nostra cultura è basata sulla separazione: inizio o fine, vita o morte, mente o corpo... È abbastanza difficile, infatti, passare dal "o/o" (di tipo lineare) al "e/e" (di tipo circolare) come ci insegna Cuiano⁴ nel suo testo sui "dualismi occidentali" e cogliere le relazioni, il "fra", l'unità, non la divisione. Quest'ultima crea difficoltà nel passare da una dimensione individuale a quella di gruppo nell'ambito terapeutico.

Qui viene descritta succintamente l'esperienza comune a utenti italiani e stranieri nel 'ambito di un servizio pubblico di Salute Mentale. L'idea di un gruppo che cura è nata per offrire un luogo dove poter finalmente raccontare la propria sofferenza, ricomporre "pezzi" di storia "vissuti in maniera drammatica, senza il tempo di poterli ricomporre.

Perché il gruppo transculturale? Primo perché "la dimensione gruppo" è molto frequente in diverse culture in cui l'individuo non è considerato se non per sua appartenenza al gruppo, tanto che si parla addirittura di io grupppale per connotarne la sua identità. Inoltre, rappresenta una possibilità di essere ascoltati – finalmente – dopo esperienze di violenza e fuga che hanno consentito solo "tempi traumatici": il luogo di incontro diventa un modo per condividere il proprio vissuto con tempi diversi in cui "gli altri" sono un'occasione di confronto per scoprire somiglianze e differenze con la propria sofferenza psichica. In tal senso si crea un gruppo con storia composto all'inizio da persone sconosciute e per certi versi non riconosciute fino ad allora, e che in seguito possono riprendere i fili del loro percorso contribuendo col proprio racconto "alla storia di gruppo". Abbiamo definito questo gruppo trascurale² per delinearne il suo divenire, la sua processualista, il suo attraversamento fra culture di pari dignità, come un fiume – anzi meglio – come il corso di un fiume che procedendo nel suo percorso si arricchisce sempre di più con l'acqua dei vari affluenti.

L'incontro di gruppo diventa luogo di ascolto, di cambiamento, di apprendimento, di deuterioapprendimento (apprendere ad apprendere, G.Bateson ,1972)³, per tutti i partecipanti, operatori compresi. Gli incontri fra rappresentanti di differenti culture provenienti da varie parti del mondo e dal Sud d'Italia che sono migrati a Roma, hanno permesso la costruzione di realtà di cambiamento e nuove modalità relazionali, mediante un viaggio geografico-emotivo in cui tutti sono stati coinvolti (il gruppo è composto da utenti e operatori). Durante gli anni della sua esistenza tale lavoro ha suscitato alcune riflessioni, fra le quali la più frequente era questa: in che modo si conosce ciò che si crede di conoscere? Si è abituati a pensare che la realtà può essere "scoperta". Al contrario, la realtà è un'interpretazione personale, un modo particolare di osservare e spiegare il mondo che viene costruito attraverso la comunicazione e l'esperienza. Applicando tale osservazione al gruppo si è potuto vedere che ogni partecipante credeva di dover scoprire l'altro per poi accorgersi che era frutto del modo con cui ci si era rapportati e di quale relazione si volesse instaurare secondo le proprie modalità culturali. Certamente la civiltà occidentale sembrerebbe più propensa in questo momento a chiudersi e difendersi più che a conoscere "l'altro"! La rappresentazione fisica di tale visione era riconoscibile nel comportamento degli utenti italiani più restii agli "avvicinamenti" ed alla "comunicazione non verbale". Infine, il viaggio insieme diventa per il gruppo un momento di confronto vero e non "inventato", un momento trasformativo, un'occasione per superare rispettive diffidenze e stereotipi. Una possibilità modo di esporre davanti a tutti il modo di come ognuno pensa di conoscere l'altro e allo stesso di conoscersi.

Note

¹ Cfr Cuiano J. P. *I miti dei dualismi occidentali* Jaka Book Milano 2018

² Cfr Ancora A. *Il viaggio transculturale* introduzione a F. Ortiz *Contrappunto cubano del tabacco e dello zucchero, le origini del pensiero transculturale* Borla editore Roma, 2025

³ Cfr Bateson G. *Verso una ecologia della mente* Adelphi Milano, 1972

Comune, 18 gennaio 2026

Psiche e migrazione: quando il gruppo cura (parte II)

Alfredo Ancora

Nella prima parte dell'articolo abbiamo sottolineato come la dimensione gruppo rappresenti un punto importante in molte culture, tanto da parlare di un io-gruppo contrapposto alla concezione solo individuale euro-centrica. Alla luce di tali osservazioni, si richiede ai terapeuti in un'ottica di servizio una maggiore disponibilità all'ascolto e alla conoscenza più che all'interpretazione, ricordando l'etimo greco di terapia nel suo significato anche di servizio). Conoscere, ben oltre il comprendere, è "prendere posizione" dice Foucault.

L'incontro di gruppo diventa un luogo di ascolto, di cambiamento, di apprendimento anzi deuterioapprendimento (apprendere ad apprendere (G. Bateson *Verso una ecologia della mente*, 1973) nel cui processo sono coinvolti tutti i componenti (utenti e operatori) e le loro interazioni. Esso diventa uno spazio libero dove finalmente è possibile raccontare le loro sofferenze, i loro traumi, le loro emozioni e avere il tempo per nuove narrazioni. Il percorso insieme diventa un viaggio transculturale – nel senso di un gruppo attraversante diverse culture – formato inizialmente solo da migranti e richiedenti asilo per poi nel corso del tempo arricchirsi anche di pazienti italiani in un processo di cura comune.

Il passaggio dal gruppo omogeneo (da cui si era partiti) composto solo da pazienti stranieri al gruppo eterogeneo aperto anche a utenti italiani ha rappresentato un passo evolutivo nella scrittura di una nuova storia: quella di un gruppo transculturale, nato sul campo, con operatori disponibili a salire su "un tale naviglio" lasciando a terra vecchie categorie e vetusti tecnicismi. Come ben ci ricorrono Deleuze:

"non si tratta più di tradurre, né di interpretare: tradurre in fantasmi, interpretare in significati e in significanti, no, non è questo. C'è un momento in cui bisogna pure condividere, in cui ci si deve mettere nella condizione del malato. Bisogna andarci, condividere il suo stato. Si tratta di una specie di simpatia o di empatia o di identificazione? È sicuramente qualcosa di più complesso. Ciò che sentiamo è piuttosto la necessità di una relazione che non sarà né legale, né contrattuale, né istituzionale (...). Il solo equivalente concepibile sarebbe imbarcato con" (G. Deleuze *Divenire molteplice*, 1996).

Sorge una domanda: noi operatori della salute mentale siamo capaci di farlo, di metterci in gioco? Il livello si sposta quindi sulla nostra disponibilità a partecipare alla costruzione di un luogo esperienziale in cui si intrecciano vissuti e sofferenze nostre e altrui. In un tale contesto si sviluppano modi e mondi di esprimere il disagio psichico secondo la propria cultura utilizzando una "comunicazione in carne e ossa" espressa dalle persone non solo dai loro sintomi. In realtà, l'obiettivo (un po' pretenzioso!) era riuscire a mettere in comune più realtà di diversa natura, paese, cultura e scoprire quanto il mondo della sofferenza psichica sia vario ma allo stesso tempo presenti molte analogie se pur sotto nomi diversi. L'importanza di tali incontri è stato (ed è) creare le possibilità per far venir fuori – come da un vaso di pandora – gli elementi riferibili al "trauma migratorio", invisibile, rimosso, rimandato, taciuto, pur presente sotto diverse forme di sofferenza usata per esprimerla. In tale veste si sono materializzati i racconti commoventi di un'infanzia strappata di un ragazzo di Bucarest, la paura di chi ha attraversato la Libia scoprendo un mare fino ad allora mai visto, i tentativi di autolesionismo di chi non riusciva a sopportare pesi divenuti troppo

gravosi, il senso di religiosità vissuta in maniera molto intensa e talvolta estrema, le esperienze di droga e illegalità vissute nelle periferie romane. Uno spaccato di vite e di sofferenze che ha prodotto nel percorso del gruppo vicinanza e condivisioni fino a potersi permettere anche piccole pause “s drammatizzanti” come in un momento in cui un ragazzo ghanese parlando della sua terra, ricca di miniere d’oro ai tempi dell’impero Ashanti si sentì dire da un ragazzo napoletano una tale battuta: “Io ti do l’oro di Napoli e tu mi dai l’oro di Ashanti”.

La possibilità di parlare senza censure ha permesso a ciascuno di loro di poter esternare agli altri “qualcosa di suo” come i legami forzatamente interrotti piene di in tristezza e malinconia, stati depressivi che hanno prodotto chiusure e silenzi anche all’interno del gruppo. Il clima emotivo che si è costituito ha in realtà permesso di liberarsi di un po’ di pesi reso grazie alla fiducia nel potersi affidare l’un l’altro, riconoscendo a tutti i partecipanti un percorso comune e solidale anche se non sono mancati momenti di divergenza.

L’appartenenza al gruppo ha inoltre contribuito a offrire una identità che rendeva ognuno più forte e consapevole. Infatti il bisogno di farne parte e di essere essi stessi riconosciuti dagli altri, permeava gli incontri di un’aria familiare, demedicalizzata. Stava iniziando in realtà una nuova storia comune e finalmente condivisa.

Per finire riporto quanto accadeva nella sala d’aspetto del Servizio di Salute Mentale. I partecipanti rispondevano così a chi chiedeva il motivo della loro presenza al servizio: “Siamo in attesa non per una visita: siamo qui per partecipare al gruppo”.

Comune, 10 marzo 2026