

La Psicoterapia Multimediale, uno strumento, un processo, per l'elaborazione del lutto.

Elisabetta Corona

“Senza una madre non si può amare”¹

Nel 2009 Nesci pubblica il suo primo lavoro sulla psicoterapia psicodinamica multimediale su una rivista scientifica americana di psichiatria. Il lavoro tratta di un nuovo metodo psicoterapico teso a sbloccare quei familiari che hanno difficoltà ad elaborare il lutto oncologico o addirittura a non elaborarlo per niente (sindrome dal lutto prolungato). Tale metodo mi ha incuriosito a tal punto da mettere a disposizione la mia esperienza sulla perdita di mia madre, con tre scopi: sperimentare personalmente l'efficacia del metodo, imparare come praticarlo, contribuire a renderlo fruibile per un numero crescente di pazienti.

La sperimentazione del metodo ha avuto luogo nell'ambito del Master in Psico-Oncologia dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Roma. Essa si è sviluppata attraverso una serie di incontri in cui è stata data la possibilità ad alcuni allievi di riunirsi col Dr. Nesci in un *Training Group* per comprendere in che modo elaborare un lutto oncologico applicando su noi stessi il metodo della psicoterapia multimediale nelle sue varie fasi. Si è trattato in pratica di un processo simile a quello dell'analisi didattica, in cui per apprendere una tecnica di psicoterapia è necessario sottoporsi ad essa come pazienti, e cioè come persone che provano un

¹ 1.Hesse H. “*Narciso e Boccadoro*” (1957) Oscar Mondadori, 1989.

pathos, un'emozione intensa, difficilmente contenibile. Avendo vissuto nel 2002 il lutto della morte di mia madre per una malattia oncologica ed avendo letto il lavoro scientifico del Dr. Nesci in cui viene descritto il primo caso da lui trattato in psicoterapia multimediale (2009), ho chiesto di poter essere sottoposta io stessa come paziente alla terapia, all'interno del *Training Group*.

Più specificamente, le fasi del metodo di psicoterapia multimediale sono finalizzate alla ricostruzione della storia della vita del paziente morto di cancro attraverso le sue foto, proposte dalla persona cara, ed una musica, scelta tra quelle che siano significative nel rapporto di questa con il defunto. Le foto e la musica vengono quindi elaborate da un artista in un video (un *remix*) nel quale armoniosamente viene ripercorsa tutta la vita della persona defunta. L'obiettivo di questa psicoterapia breve (5-8 sedute) è quello di aiutare il paziente a sbloccarsi "rimettendo in moto l'orologio della vita" (Nesci 2009).

Ho cominciato così a portare nel *Training Group*, nel setting didattico esperienziale del gruppo di lavoro costituitosi all'interno del Master, in qualità di paziente, i materiali audiovisivi che consentissero la costruzione di un "oggetto della memoria" (*memory object*) che ricordasse mia madre, la sua vita, la sua essenza, nel mio vissuto, in modo da aiutarmi ad elaborarne la perdita. Le riunioni avevano un ritmo tripartito, come ogni rituale (Van Gennep, 1909): un preliminare, che era la colazione di lavoro offerta dall'Ente Promotore del Master (IIPRTHP) e che creava un clima propizio alla coesione del gruppo e di riparazione nei confronti di vissuti di perdita (mangiare insieme è del resto elemento classico di molti rituali di lutto, come a significare il bisogno di colmare un vuoto e stringersi insieme per compensare la perdita di un membro del proprio gruppo familiare), una breve

passaggiata per raggiungere l'aula (il rito di margine, in cui avvenivano comunicazioni apparentemente inutili ma sicuramente significative del transito al lavoro vero e proprio) e poi la riunione del gruppo di elaborazione dove si entrava propriamente nel procedimento psicoterapico. Oltre ad affrontare il mio lutto attraverso il materiale raccolto su mia madre, c'era la possibilità per ognuno di parlare o riflettere sui propri lutti, oncologici e non.

Questo tipo di lavoro si potrebbe definire come un “processo” (Bollas, 2009) dato che “la madre è più significativa ed identificabile con un processo, piuttosto che con un oggetto. Infatti, un ‘processo’ consiste in trasformazioni cumulative interne ed esterne”. Tale percorso si dispiega attraverso un processo in divenire (*work-in-progress*) che permette un insieme di trasformazioni che curano il paziente dalle ferite che l'evento luttuoso produce (Freud S., 1917). Il “montaggio psicodinamico” (*psychodynamic montage*) rappresenta e condensa il significato di tutta la vita della persona cara che è uscita dalla scena della vita. Il sentimento della perdita, rivissuta dal paziente/familiare, attraverso lo scorrere delle immagini, riporta nel presente nuovi significati. Il solo ricordo (senza le immagini ed il suono), riporta nel presente l'evento luttuoso come sofferenza, mentre ripercorrerlo con la psicoterapia multimediale (insieme al terapeuta e con l'aiuto esterno dell'artista) dà modo al ricordo di essere rielaborato e trasformato, aprendo a nuovi significati della vita presente e di quella passata. La psicoterapia multimediale tende a riunificare dei significati che si erano smarriti, dimenticati.

Particolarmente emozionante è stata quindi per me la video-intervista girata a Pasadena dalla *troupe* della Janus Communications & Movies, diretta da Filippo A. Nesci, ed in cui il Dr. Nesci ha rievocato quelle sequenze del processo della

psicoterapia multimediale che per me sono state più significative, nell'esperienza del *Training Group*. Ad esempio, la foto dove io piangevo in braccio a mia madre sorridente, foto che non era stata visualizzata nel suo contenuto, apparentemente non felice, né da me né dal gruppo. Solo l'aiuto del terapeuta e del metodo applicato ha messo in luce quanto era stato rimosso o disconosciuto: al mio capriccio di bambina vivace, che non voleva essere fotografata, corrispondeva la capacità di mia madre, consapevole del significato del mio pianto, di sdrammatizzare la mia inquietudine. Riemerge così da questa elaborazione che mia madre aveva una visione ottimistica della vita, in grado di aiutare sin da allora la figlia (me) nelle diverse circostanze in cui mi sentivo in difficoltà.

“Il piacere perturbante di essere abbracciati da una poesia, una composizione, un quadro o da qualsiasi oggetto, si basa sui momenti in cui il mondo interiore del bambino riceve forma dalla madre, dato che egli non è in grado di dargli forma o di collegarlo senza la copertura materna”²

Associando questa teorizzazione di Bollas al “montaggio psicodinamico” della psicoterapia multimediale si può definire essa stessa un abbraccio materno che dà forma alla cura, ridefinisce i confini e ricuce la ferita provocata dal lutto.

La rottura dei sentimenti e dell'affetto verso la persona cara, imposta dalla sua morte, crea nella persona che rimane in vita, un vuoto d'amore, una ribellione, sentimenti di rifiuto alla vita e di chiusura... attraverso la psicoterapia multimediale questo stato si supera grazie anche al clima di condivisione e di affetto che si crea nella relazione che si stabilisce tra i membri del gruppo, che attiva nuovi sentimenti sinceri e consolatori. L'assenza del defunto si rianima attraverso le immagini ed il

² Bollas C. (1989) *L'ombra dell'oggetto-psicoanalisi del conosciuto non pensato*. Ed. Borla, Roma

suono, lo strumento artistico aiuta il paziente a ricollegare i contenuti ed i vissuti dolorosi dovuti alla perdita (Nesci 2013).

L'immagine fotografica ci aiuta a capire meglio un vissuto che apparentemente poteva sembrare, ad uno sguardo superficiale, privo di significato, o peggio da scartare e censurare come segno di noncuranza ed insensibilità materna. Recuperato, restituisce una nuova ed accettabile risignificazione di una dinamica del rapporto madre-figlia, dove io ero la bambina vivace che non voleva essere costretta a stare ferma per "posare".

Rivedere, accompagnato dal commento illustrativo della lezione magistrale audiovisiva del Dr. Nesci, il "mio video" è stato per me anche commovente.

Le prime foto scelte rappresentano mia madre in abiti tradizionali. A mano a mano si evidenzia il lavoro di passaggio da un'immagine di mia madre legata alla terra ed al duro lavoro fatto nei campi, a quella più moderna in abiti "borghesi". Il cambio d'abito rappresenta la svolta verso un percorso d'emancipazione. L'abito tradizionale assume simbolicamente un significato antropologico, riassume in sé la condizione della donna soffocata da una dimensione arcaica che si libera silenziosamente, senza far troppo rumore, cambiandosi d'abito. Essa mostra con il tempo la liberalizzazione nel ruolo di donna. L'abito sardo oramai dismesso da mia madre ma conservato per essere tramandato, acquista un senso se utilizzato come "travestimento". Ad esempio, la foto di carnevale dove mia madre ed io indossiamo gli abiti tradizionali sardi, evidenzia il passaggio dal tempo in cui il vestito della festa era considerato con sacralità, così denso di significato simbolico, alla transizione nell'area del gioco, della maschera, del divertimento. Questa foto quindi fa emergere quanto già era avvenuto nella vita di mia madre, cioè la sua

emancipazione di donna, che dà importanza ai sentimenti più che alla rigida tradizione.

Un altro elemento fondamentale per la costruzione dell'oggetto della memoria è la colonna sonora che viene scelta per il video in cui le foto della striscia della vita si succedono una all'altra. Tutta la vita scorre condensata nel tempo di una canzone. Ricordo bene che io stessa sono stata sollecitata dal gruppo ad associare alle foto di mia madre una melodia. Ho avvertito una sorta di spaesamento e non sono riuscita subito ad individuarla. L'idea di trovare una musica adatta alla storia di mia madre, mi ha condotto ad associare il suono al ballo sardo, dove donne e uomini disposti in cerchio danzano dapprima lentamente per aumentare in un crescendo il ritmo, articolato da figure che muovendosi prendono forma di modo che il ballo si trasforma in figure a stella e cerchi concentrici. La danza rituale è guidata da un uomo che ne assume il ruolo di conduttore, decide l'inizio del ballo il cambio dei passi e la sua conclusione. Mentre si balla chiunque lo voglia può entrare nel cerchio senza che la danza s'interrompa. L'entrata nel ballo è accettata ed aperta a tutti, è necessario comunque entrare seguendo i passi giusti ai quali si deve associare il ritmo giusto.

Questa prima associazione mi ha fatto ritornare in mente una melodia antica che mia madre cantava, facendomi affiorare una filastrocca "*spizza, spizza, pilor de oro*" (pettina, pettina, i capelli d'oro) una melodia che si cantava ai bambini per farli addormentare, mentre gli si accarezzavano i capelli. Tale melodia mi ha riportato in seguito ad un'altra canzone "*no poto reposare*" (non posso riposare) di Salvatore Sini musicata dal maestro Rachel, una canzone d'amore molto moderna nei contenuti. La canzone nasce da due poesie scritte da Salvatore Sini "A Diosu" e

“A Diosa” dove i due innamorati si dichiarano il loro amore. Ho scelto inconsapevolmente, quindi, aiutata dal gruppo, dove c’era una Collega sarda, questa canzone come colonna sonora, perché è una canzone tradizionale ma anche molto “moderna” (Nesci, 2013). Essa nasce dall’unione delle doti di un musicista sardo e di uno emiliano, una canzone d’amore sempre attuale, un inno all’amore. Tuttavia, nell’elaborazione del gruppo è emerso che nella canzone scelta è trattato il “dolore” derivante dalla separazione di due innamorati sardi che vivono separati, forse l’uno nel continente e l’altro nell’isola, così come praticamente è avvenuto tra mia madre, rimasta nell’isola, e me, trasferita ormai da anni nel continente. Comunque, la separazione è necessaria per il miglioramento della condizione dell’altro a cui si vuole bene.

L’intreccio tra antico e moderno si ripresenta, forse un elemento che ritorna a chiarire la forte appartenenza e la forte tensione all’emancipazione, l’antico che conduce al moderno, anzi, che si compenetrano, che ballano insieme, una danza rituale dove tutti possono “entrarvi”, come per la psicoterapia multimediale che coinvolge anche i familiari del paziente nella ricerca dei materiali con cui costruire gli oggetti della memoria (Nesci, 2009) o che si può svolgere in un setting grupppale (come questa esperienza didattica farebbe pensare) e che intreccia il passato alla vicenda odierna, in un movimento circolare d’immagini suoni e parole. La psicoterapia multimediale utilizzata come strumento di formazione si fa accessibile a tutti e tutti se vogliono possono prenderne parte (in questo momento è in programma il terzo *Training Group* dove un’allieva della Scuola svolgerà il ruolo di paziente).

Le libere associazioni ci portano a parlare della lingua sarda ed io dico:
“Un'altra cosa che mi veniva in mente mentre parlavamo è la lingua sarda. C’è stata

una diversità di educazione tra mia sorella e me. Lei... ha imparato come prima lingua il sardo e poi a scuola ha dovuto re-imparare una nuova lingua, l'italiano... io venivo sgridata ogni volta che parlavo in sardo. Quindi, ecco, torna questo movimento in avanti, di emancipazione... E' stata proprio una lotta che ha fatto mia madre, educativa, nei miei confronti, proprio perché non voleva che io entrassi a scuola e avessi difficoltà... Mia madre ci tenne molto che io non imparassi il sardo”.

La scelta dell'idioma assume anch'essa, come quella dell'abito, il significato di un cambiamento: si lascia la lingua antica per adottarne una più moderna e comprensibile anche al di fuori della propria terra, che possa permettere un più ampio confronto.

In conclusione, questo *training* eseguito nell'ambito del Master del 2009 mi ha fatto rendere conto non solo dell'efficacia dell'approccio della psicoterapia multimediale, ma mi ha fatto capire come la ricostruzione della vita di mia madre, attraverso il “montaggio psicodinamico” delle foto e della musica, artisticamente eseguito da Filippo A. Nesci, sia stato capace di dare significato alla mia stessa vita e quindi di rimetterla in moto dopo la sua morte di cancro. Infatti, ho capito, sciogliendo il blocco del lutto, che così come lei si era emancipata gradualmente nel suo essere donna in Sardegna, allo stesso tempo, sia pure con il suo dolore, nascosto e custodito, aveva aiutato me, per l'amore profondo di madre, ad allontanarmi da quei legami originari. Grazie a questo lavoro ho potuto inoltre elaborare una nuova separazione, quella dalle mie figlie che giovanissime andavano a studiare al nord d'Italia, avviandosi verso una nuova emancipazione diventando ballerine professioniste.

BIBLIOGRAFIA

BOLLAS C. (1989) *L'ombra dell'oggetto-psicoanalisi del conosciuto non pensato*.

Ed. Borla, Roma

BRIA P., NESCI D.A., PASNAU R.O. (2009) *La psichiatria di consultazione e collegamento: teoria, clinica, ricerca e formazione*. Ed ALPES, Roma.

FREUD S. (1900) *L'interpretazione dei sogni*. OSF, 3, Bollati Boringhieri, Torino.

FREUD S. (1917) *Lutto e Melanconia*. OSF, 8, Bollati Boringhieri, Torino.

NESCI D.A. (1991) *La notte bianca*. Ed Armando, Roma

NESCI D.A. (2009) *Multimedia Psychodynamic Psychotherapy: A Preliminary Report*. The Journal of Psychiatric Practice, Vol. 15, n. 2, May 2009, pp. 211-215, (Copyright Clearance Center, Walter Kluwer Health). Tradotto e pubblicato in italiano su *Strumenti in Psico-Oncologia* Rivista Semestrale N.4 Settembre 2009.

NESCI D.A. (2013) *Multimedia Psychotherapy – A Psychodynamic Approach to Mourning in the Technological Age*. Jason Aronson, Latham.

NESCI D.A., NESCI F.A. (2008) *Halo: psicoanalisi di un videogioco*. Doppio Sogno, 1, 1-14. www.doppio-sogno.it

NESCI D.A., POLISENO T.A. (1992) *Metamorfosi Chirurgiche*. Ed. OPEN Roma

VAN GENNEP A. (1909) *I Riti di passaggio*. Torino, Boringhieri, 1981.