

**“Cerca la vita”**

**Un’analisi qualitativa dell’efficacia**

**Ciclo gennaio-marzo 2012**

Ilaria Lesmo

**“Cerca la Vita”**  
**Un’analisi qualitativa dell’efficacia**  
**II ciclo**

1. Introduzione	3
2. Materiali e metodi	3
2.1 Materiali	3
2.2. Metodi	4
3. Risultati	4
3.1 Analisi specifiche	5
- I soggetto	5
- II soggetto	8
- III soggetto	12
- IV soggetto	15
- V soggetto	18
- VI soggetto	21
- VII soggetto	24
3.2 Rappresentazione schematica comparata	27
4. Discussione	28
5. Conclusioni	29
6. Bibliografia	29

## 1. Introduzione

L'analisi qui proposta esplora i significati e le pratiche rilevanti per coloro che hanno preso parte a "Cerca la vita" tra gennaio e marzo 2012. Questo lavoro costituisce la seconda occasione per esaminare l'efficacia del corso mediante strumenti di ricerca qualitativi: infatti si è proceduto ad un'analoga elaborazione a conclusione del precedente ciclo, che ha avuto luogo tra settembre e novembre 2011. Gli esiti di quell'indagine avevano mostrato come "Cerca la vita" risultasse efficace sulla qualità di vita dei partecipanti: soprattutto gli esercizi di training autogeno e la socializzazione nel gruppo agivano positivamente sulle esperienze emotive ed intersoggettive dei partecipanti. Tuttavia, una certa fragilità aveva investito la capacità di radicare reti sociali stabili, in grado di contrapporsi alla violenza strutturale del contesto. Non solo si era rilevata la difficoltà di consolidare relazioni informali tra i partecipanti oltre la durata del corso; anche l'obiettivo di strutturare "un luogo-ponte, punto di riferimento continuativo e solidale tra gli ospedali e la casa dei malati, delle loro famiglie e dei *caregivers*" risultava scarsamente perseguito.

Questo secondo lavoro mira ad esaminare se tali difficoltà permangano ed eventualmente a comprendere a quali cause possano essere ascrivibili.

### 1. Materiali e metodi

Come in precedenza, l'efficacia di "Cerca la vita" è stata esaminata analizzando il **materiale narrativo** mediante un **approccio antropologico** di tipo **fenomenologico-interpretativo**.

#### 2.1 Materiali

Abbracciando un'interpretazione costruzionista del sapere, anche in questo caso il **materiale narrativo** viene considerato un prodotto socio-culturale elaborato dai soggetti, protagonisti attivi nel rappresentare e dar forma alla realtà. Esso pertanto viene esaminato sia nei suoi contenuti testuali (relazioni tra gli elementi rappresentati), sia nei suoi aspetti contestuali (relazioni tra gli elementi rappresentati e il contesto in cui ha luogo la rappresentazione). In futuro, un'indagine più specificamente etnografica potrà ausiliare questo secondo aspetto, mediante un'osservazione partecipante da parte del ricercatore stesso.

Il materiale esaminato si compone dei tre dispositivi narrativi già esaminati in passato:

- a) **osservazioni di rappresentazioni e pratiche attuate durante gli incontri**, redatte da un volontario sottoforma di verbale;
  - b) **interviste semi-strutturate**, proposte dai volontari ai partecipanti;
  - c) **elaborati scritti**, appositamente composti dai partecipanti.
- a) L'analisi delle rappresentazioni e delle pratiche osservate durante gli incontri prende in esame i verbali, riferendosi sia ai contenuti elaborati dai partecipanti e discussi verbalmente, sia alle attività svolte. Da notare che i verbali sono stati redatti da un volontario partecipante al corso, quindi propongono la costruzione della realtà che egli ci fornisce.
- b) L'analisi delle interviste prende in esame sia le modalità relazionali instaurate tra intervistato e intervistatore, sia le rappresentazioni elaborate.
- c) L'analisi degli elaborati scritti prende in esame sia gli aspetti formali dei testi, sia gli aspetti contenutistici. Per quanto concerne i primi, vengono esplorate le forme narrative prescelte e le modalità con le quali il narrante si pone in relazione ai ricevimenti. Dal punto di vista contenutistico si esaminano la struttura narrativa, i personaggi rappresentati, il costruito spazio-temporale ricreato, le dimensioni di significato più rilevanti.

I tre dispositivi narrativi sono analizzati singolarmente, per poi ricomporre un'interpretazione complessiva; infine si procederà ad una valutazione comparata del materiale.

## 2.2 Metodi

Dal punto di vista teorico, l'analisi si è avvalsa di un **approccio antropologico di tipo fenomenologico-interpretativo**, volto ad esplorare l'**efficacia esperita** dai partecipanti. Presupponendo l'ottica fenomenologica, secondo cui i soggetti costruiscono attivamente i propri oggetti, rendendo "esplicito ed articolato ciò che fino ad allora non era presentato che come un orizzonte indeterminato" (Merleau-Ponty, cit. in Csordas, 1993), il lavoro non ha mirato ad individuare dati "oggettivi", ma piuttosto ad indagare quali oggetti siano stati creati e quali significati siano stati elaborati dai partecipanti.

Adottando poi la prospettiva interpretativa secondo cui la rappresentazione è in grado di dare un senso alla realtà, agendo su di essa (Bruner, 2002; Charon, 2010; Jacob, 1983; Morin, 2007), si è presupposto che gli oggetti narrativi (in particolare quelli inerenti all'efficacia) abbiano una ricaduta su quest'ultima e sui percorsi successivamente performati dai soggetti. In quest'ottica, le narrazioni stesse sono dotate di potere trasformativo, poiché agiscono e retroagiscono su chi le elabora e su chi le riceve. Rappresentando "Cerca la vita" in un modo o in un altro, esse attribuiscono un senso specifico all'iniziativa e la pongono in essere in modi peculiari; la rappresentazione, tuttavia, non si limita ai discorsi, ma coinvolge anche le pratiche agite. L'obiettivo di questa disamina è dunque esplorare rappresentazioni e pratiche incorporate, non per valutare se corrispondano a fatti oggettivi e quantificabili, quanto per individuare quali realtà pongano in essere: quali **pratiche del corso valorizzino**; quali **ambiti di miglioramento sottolineino**; quali **criticità evidenzino**; quali **dimensioni di significato ritengano rilevanti** e quali **scenari futuri ipotizzino**.

## 3. Risultati

Come in occasione della precedente analisi, anche la disamina del materiale elaborato nel II ciclo ha condotto a:

- 1) analisi specifiche per ogni partecipante di cui si avevano tutti i tre dispositivi narrativi (osservazioni + elaborato scritto + intervista): in tutto si tratta di 7 soggetti. Ogni analisi specifica si compone di una disamina dei singoli dispositivi, di una conclusione generale e di una rappresentazione schematica degli elementi individuati: (a. Pratiche efficaci, b. Benefici raggiunti, c. Criticità riscontrate, d. Ambiti di significato rilevanti, e. Rappresentazioni future, f. Valutazione complessiva);
- 2) elaborazione di uno schema comparato (foglio excel);

Non si è proceduto all'analisi delle rappresentazioni e delle pratiche dei partecipanti per i quali si disponeva solo del primo dispositivo narrativo, poiché il loro numero era ridotto e la frequenza agli incontri estremamente limitata.

### 3.1 Analisi specifiche

#### I SOGGETTO

*Osservazioni da verbali (24/1-7/2-21/2-28/2-6/3-13/3-27/3)*

24/1

Il I soggetto si presenta immediatamente e struttura il discorso in relazione alla propria esperienza di malattia, che tuttavia non emergerà più come oggetto discorsivo durante gli incontri successivi. Cruciale nella costruzione della sua soggettività risulta poi il ruolo professionale: il pensionamento da poco avvenuto sembra essere più critico nella quotidianità dell'uomo rispetto allo stesso vissuto di malattia (a livello testuale, il “purtroppo” precede il riferimento alla pensione). Nel corso della presentazione, poi, il I soggetto esplicita le proprie aspettative rispetto a “Cerca la Vita”, immaginata come un “approfondimento” sul training.

Durante l'incontro il soggetto risulterà estremamente attivo, soprattutto in relazione alla precedente occupazione: agli occhi del redattore del verbale egli pare “essere molto 'legato' al lavoro [...]”, tanto che “spesso interrompe dei discorsi per portare consigli sanitari”. Le modalità relazionali che egli attiva sono quelle di chi riveste tale ruolo: egli fornisce suggerimenti e consigli su tematiche sanitarie, sino a porre un quesito specificamente clinico (“hai avuto qualcosa al bacino o alla colonna vertebrale?”). Nei suoi interventi, egli ribadisce spesso la rappresentazione biomedica del corpo e del disagio; il legame nei confronti della biomedicina viene ulteriormente sottolineato dalle affermazioni conclusive, evidentemente apologetiche - anche in termini emotivi (lo si evince dalla punteggiatura riproposta) - nei confronti di tale sapere.

7/2

In questo secondo verbale, la figura del I soggetto risulta molto meno strutturata: un suo solo intervento viene riportato durante i commenti ai Salmi. Qui egli elabora comunque un punto di vista personale forte, evidenziato anche dal redattore mediante dall'uso della punteggiatura.

Da notare che alla minor presenza narrativa del I soggetto seguirà un'assenza durante la riunione successiva.

21/2

Anche nel corso di questo verbale il soggetto emerge poco: viene riportato un suo unico intervento. Sia a livello contenutistico sia pragmatico egli assume toni positivi (l'uso della punteggiatura proposta, la conferma dell'efficacia del rilassamento, la risata). I suoi argomenti discorsivi, però, non divengono occasione di condivisione nel gruppo: ad esempio, non viene scandagliata la “gran quantità di immagini” che egli sostiene di aver visionato, né le sue esperienze sono confrontate con quelle di altri.

28/2

E' nel corso di questo incontro che il I soggetto torna ad essere maggiormente attivo, in particolare con l'introduzione delle visualizzazioni. Esse risultano per lui particolarmente efficaci, sia dal punto di vista relazionale sia soggettivo: non a caso, il redattore del verbale constata come si tratti della prima volta in cui egli proponga un'esperienza personale. Tali tecniche risultano già sperimentate in passato dal soggetto, che racconta di applicarle in alcune occasioni, per “astrarsi completamente” (ad esempio durante la TAC). Se dunque l'intervento risulta utile, esso assume principalmente una salienza relazionale, diventando l'opportunità di un confronto, più che l'acquisizione di una tecnica nuova.

6/3

Anche in questo caso la visualizzazione risulta uno strumento efficace dal punto di vista somatico e relazionale, poiché spinge il soggetto a condividere un'esperienza incorporata (la periartrite che gli ha dato “un po' di problemi”), tuttavia la narrazione non viene approfondita e non struttura scambi dialogici. Il soggetto non interverrà più nel corso della riunione.

13/3

E' in questa occasione che per la prima volta il I soggetto narra in modo esplicito le proprie visualizzazioni. Le immagini naturalistiche cui egli ricorre a casa vengono condivise con il gruppo ("la campagna, il prato verde", "il vento"). Anche dopo l'ascolto musicale il soggetto espone apertamente le proprie esperienze, che tuttavia appaiono ambigue: il "cielo plumbeo dopo il temporale" è "triste ma dolce"; il "malato che sta guarendo" è "un misto di tristezza, dolcezza e speranza per il futuro"; il secondo ascolto è come "una preghiera. All'inizio un po' più cupa", poi "più convinta e spontanea". Successivamente il I soggetto percepirà "respiro e battito cardiaco", con i propri corrispettivi nell'ascolto corporeo di "cuore e polmoni". L'incontro culmina nell'esperienza di una "danza", che ancora una volta sottolinea i buoni esiti del vissuto del soggetto durante la riunione. Colpisce tuttavia la mancanza di un confronto sui discorsi attivati dai vari soggetti.

27/3

In quest'ultimo incontro il soggetto apre con un commento sull'esperienza del III soggetto, il quale aveva interpellato apertamente gli altri partecipanti. Lo scambio coinvolge tre soggetti (I,III,V) e il conduttore del gruppo. A conclusione dell'incontro, nel momento in cui il I soggetto viene chiamato a tirare le fila dell'esperienza, egli sottolinea diverse criticità riscontrate, tra cui la scarsità di tempo. Sostiene poi di non "eseguire tutti gli esercizi" ("Cerca la vita" non sembra fornirgli l'occasione per ridefinire le tempistiche del quotidiano); egli spiega piuttosto di ricorrere a pratiche già conosciute e adottate in passato.

#### *Elaborato scritto*

Dal punto di vista formale, l'elaborato è estremamente stringato. Si tratta di un testo strutturato in tre parti distinte: nella prima si riassume l'esperienza vissuta durante il corso, nella seconda se ne evidenziano le criticità e nell'ultima si mettono in luce i possibili ambiti di miglioramento. Non c'è un riferimento ad interlocutori specifici, ma il ringraziamento conclusivo, la firma e la data lasciano presumere qualche analogia con un testo epistolare. Il registro resta principalmente formale, come mostrano anche la firma costituita da nome e cognome, nonché l'assenza di altri riferimenti affettivo-emotivi o di una punteggiatura maggiormente esclamativa.

Dal punto di vista contenutistico, non vi sono riferimenti puntuali ad esperienze soggettive precise, né a personaggi rilevanti di "Cerca la vita". Il testo resta piuttosto impersonale e l'unico riferimento ad altri personaggi è ad un "tutti" o ad un "gruppo": sostantivi parimenti impersonali e generali. Nel testo il corso viene rappresentato dal narrante come lo "stimolo ad una conoscenza più approfondita dell'essere": esperienza, dunque, sostanzialmente individualista e appena avviata ("stimolare"). La "relativa brevità" pare il primo limite di "Cerca la vita", che di fatto non riesce a supportare le difficoltà di attivare le tecniche "da soli e con costanza". In effetti la "continuazione" sembra l'unica modalità per rispondere a tale limitazione: da notare come nell'ultima parte del testo, proprio la "continuazione" rechi con sé i sostantivi "tutti", "comunicazione", "gruppo", mentre la "brevità" di cui si è detto accompagnava il sostantivo "soli".

#### *Intervista*

Dal punto di vista relazionale, l'intervista mostra una certa rigidità iniziale, poi risolta dopo le prime tre domande. A partire dalla quarta, il I soggetto inizia ad esprimere molto più liberamente impressioni e pareri personali, istituendo una narrazione di tipo dialogico con il proprio interlocutore.

A livello contenutistico, questa seconda parte dell'intervista corrisponde a profonde critiche circa l'efficacia del percorso, che sostanzialmente non viene riconosciuta dal soggetto.

La sua prima impressione riguarda la sensazione fisica di "freddezza", che ripropone anche la tipologia relazionale preminente nel gruppo: un gruppo che a parere del I soggetto "non si è voluto creare", né

“amalgamare”. Il I soggetto ravvisa inoltre una sorta di responsabilità da parte di coloro che hanno gestito il lavoro; ciò viene ribadito altre volte durante il colloquio e sottolineato in conclusione, ad evidenziare un contrasto sulle modalità organizzative, di conduzione, nonché sulle finalità del gruppo stesso.

Il nodo cruciale è comunque la mancanza di una dimensione relazionale adeguata, rispetto a cui il I soggetto ravvisa un'unica eccezione costituita dall'ascolto condiviso durante il “penultimo incontro”. Ad ostacolare la strutturazione del gruppo sarebbero stati:

- gli scarsi momenti di confronto dialogico
- l'assenza di momenti informali ove curare l'aspetto amicale delle relazioni
- l'assenza di comunicazione tra il conduttore ed il gruppo.

Contemporaneamente, anche dal punto di vista tecnico, gli argomenti risultano per il I soggetto trattati in modo superficiale (ricordiamo che la sua attesa era quella di un approfondimento rispetto a tecniche già conosciute).

In entrambi gli ambiti (tecnico e relazionale), egli non ritrova una significazione efficace del percorso (“che cosa te ne fai di un cumulo di informazioni slegate tra loro?”). Anche la mancanza di una riflessione su differenza e uguaglianza, che non favorisce la composizione di un senso comune all'interno del gruppo, risulta un elemento critico. In particolare, verrebbe meno la possibilità di definirsi in termini condivisi: resta la percezione di “vissuti diversi, culture diverse, modalità di apprendimento diverse”. Ciò è correlato principalmente alla mancata estrinsecazione delle esperienze che avrebbe invece potuto costituire un terreno unificante. Da qui anche la critica sull'attuazione di pratiche aspecifiche (“non sono specifiche per un ambito oncologico”), nonché il bisogno “di andare più a fondo nelle problematiche che vengono portate alla luce”.

Infine il I soggetto non rileva particolari benefici del training, come in effetti dimostrano la mancata riorganizzazione delle tempistiche nel suo quotidiano (“a casa non ce la faccio proprio, tra una cosa e l'altra sono troppo preso”) e la sua soggettività ancora codificata in termini professionali. Egli “parla a lungo sui metameri” e immagina di doversi “contenere” per non “scavalcare” il conduttore del gruppo. In generale l'intervento gli pare poco efficace, perché poco radicato sul territorio e forse legato a logiche di sponsorizzazione e pubblicizzazione.

### *Conclusioni*

Sin dal primo incontro, le aspettative proposte dal I soggetto riguardano un approfondimento di talune pratiche già conosciute, che viene a mancare. L'uomo, inoltre, si sarebbe atteso una maggiore specificità delle tecniche attivate, in particolare in relazione alla malattia oncologica. L'impressione che si ha dall'analisi testuale dei discorsi prodotti, è quella di un'eccessiva superficialità di “Cerca la Vita”, sia nella dimensione socializzante del percorso, sia in quella più specificamente tecnica (che peraltro dalla prima è inscindibile). In questo senso verrebbe anche meno l'efficacia dell'intervento sul territorio, ove l'esperienza non va a radicarsi. Come si evince dall'analisi dell'elaborato scritto, tuttavia, il I soggetto non esclude la possibilità di cogliere alcuni aspetti stimolanti suggeriti dal corso per attivarlo in modo positivo in futuro, favorendo incontri informali, il confronto e lo scambio tra i partecipanti e l'acquisizione di tecniche specificamente dedicate al tema. Tutto ciò, non solo per agire sul benessere psicofisico dei singoli, ma anche per strutturare un significato fondante il gruppo.

- a. Pratiche efficaci: mancanti
- b. Benefici raggiunti: mancanti
- c. Criticità riscontrate: mancato approfondimento delle pratiche proposte, mancata integrazione del gruppo, mancata co-costruzione di senso, mancato radicamento sul territorio
- d. Ambiti di significato rilevanti: approfondimento, specificità

- e. Rappresentazioni future: continuità futura, ma con pratiche maggiormente interattive, approfondite e specialistiche
- f. Valutazione complessiva: negativa, legata ad una condivisione inefficace che non consente la costruzione di un'esperienza condivisa e la ricomposizione di senso del proprio vissuto

## II SOGGETTO

*Osservazioni da verbali (24/1-7/2-14/2-21/2-28/2-6/3-13/3-27/3)*

24/1

Durante il primo incontro il II soggetto emerge piuttosto timidamente nella narrazione del redattore, sia a livello discorsivo sia in relazione a pratiche somatiche. In occasione della presentazione iniziale la donna non narra esperienze vissute, né fornisce dati biografici (eccetto l'età), tuttavia specifica alcuni suoi stati emotivi (ansia, paura, insicurezza) e le proprie aspettative rispetto a "Cerca la vita". Di interesse la socializzazione che ella si attende all'interno del gruppo ("l'idea di fare parte attiva di un gruppo mi attira molto"), elemento per lei determinante. Della donna si narra una seconda volta, quando illustra la propria difficoltà a "rilassare le spalle", che vengono rappresentate dal conduttore del corso come il luogo "ove si scaricano le tensioni" (tensioni a cui lei stessa si era definita particolarmente soggetta). Tale simbolica risulterà cruciale nel corso di tutti gli incontri successivi.

7/2

Se inizialmente il II soggetto risultava poco loquace, la discussione post-training la coinvolge al punto da spingerla ad esprimere impressioni positive e negative. A livello discorsivo, la donna si sofferma sulle difficoltà di spostarsi da una visualizzazione all'altra, in particolare dal "respiro" dell'onda del mare alla neve montana. E' interessante evidenziare la sua disponibilità a condividere stati emotivi, disponibilità peraltro evidenziata dalla punteggiatura utilizzata dal redattore ("!"). Questo aspetto permane anche successivamente, durante la discussione dei Salmi. Qui la donna esprime la propria rabbia; successivamente racconta invece della forte condivisione con il Salmo 37, dei cui contenuti si appropria al punto da percepirsi "di nuovo a casa" (come vedremo successivamente la simbolica della casa risulta per lei particolarmente rilevante). Lo slittamento tra la rabbia divina e la propria illustra non solo un'attenzione all'emotività personale, ma anche la disponibilità al confronto con altre prospettive.

14/2

Se nel corso degli incontri precedenti il II soggetto mostrava di primo acchito una certa difficoltà ad aprirsi, in questa riunione ella è tra i primi a narrare le esperienze vissute svolgendo gli esercizi in ambito domestico. Dai testi dei verbali emerge un'esperienza altalenante, che slitta tra la percezione di un rilassamento efficace e le difficoltà di effettuarlo (come evidenzia anche l'utilizzo delle numerose congiunzioni avversative). La direzionalità di tale slittamento non risulta però univoca: la donna narra più avanti dell'incorporazione delle pratiche apprese (in particolare, nella propria quotidianità ella si "scopre" a rilassare le spalle, già risultate un punto critico ove le tensioni venivano ad essere incorporate). Da notare che l'utilizzo del verbo "scoprirsi" (peraltro riflessivo) rappresenta per lei una ricongiunzione con una soggettività soggiacente.

Durante l'esercizio di rilassamento emergono a livello somatico gli stessi andamenti altalenanti prima descritti: la donna "toglie e mette più volte il cuscino", quindi muove più volte il braccio destro "spostandolo lateralmente al corpo", in una ricongiunzione mai completa. Il rilassamento si conclude comunque con il suo addormentamento.

21/2

Anche in questo incontro il II soggetto apre a livello discorsivo narrando le proprie difficoltà, specificamente legate alla fatica nel sentire il battito cardiaco e nel rilassare spalle e collo. A livello narrativo, tuttavia, entrambe le proposizioni (la prima relativa al battito, la seconda al rilassamento) si concludono positivamente, illustrando una risoluzione dell'ostacolo: il battito viene percepito trattenendo il respiro

e il rilassamento avviene “dopo una mezz'ora”. Dunque, rispetto all'incontro precedente, dove l'ambivalenza sembrava irrisolta è qui riscontrabile una rappresentazione maggiormente ottimistica. Anche durante l'esercizio sulla percezione di pesantezza, il movimento del braccio o della gamba non è più descritto dall'osservatore con l'avverbio “più volte” (come nel precedente verbale), ma con “ogni tanto”, il che lascerebbe presumere un miglioramento. Le difficoltà sono comunque avvertite e condivise apertamente dal soggetto durante la discussione post-training; è interessante constatare che il “tempo” risulti un elemento in grado di condurre ad un rilassamento efficace (“per me ci vuole molto tempo”; “a casa impiego non meno di mezz'ora a sciogliere le tensioni delle spalle”). Tutto ciò mostra però come ella effettui regolarmente gli esercizi ed abbia appreso bene le problematiche e le modalità di risoluzione di queste ultime.

A livello intersoggettivo il buon inserimento all'interno del gruppo è illustrato dagli interventi frequenti: durante la discussione dei brani biblici è proprio il II soggetto ad aprire le riflessioni e a chiuderle, ancora una volta con un andamento positivo: la donna dapprima razionalizza tre domande cruciali relative alla propria ricerca di senso, quindi tira le somme dopo lo scambio di gruppo, significando positivamente l'esperienza di crisi come di “ciò che stimola il cambiamento”.

28/2

Durante la visualizzazione dei colori, ritornano a livello somatico gli ambiti già critici per il II soggetto: il dolore alle spalle (tensione), il cuore difficilmente percepibile, il fastidio avvertito durante la visualizzazione del verde (equilibrio). A tali difficoltà si aggiunge il “fastidio” nei confronti del giallo, che è associato alla comunicazione. Ad ogni modo, ancora una volta la narrazione dimostra la disponibilità della donna a condividere difficoltà e tensioni, tant'è ch'ella aggiunge una proposizione in grado di controbilanciare le criticità prima rappresentate (“gli altri colori invece li avrei mantenuti più a lungo”). Il continuo slittamento tra un percepito positivo ed uno negativo viene ancora rappresentato a livello discorsivo durante le riflessioni sui brani biblici, ove i quesiti sulla fede restano un mistero per il soggetto (“Ma perché la fede va a singhiozzo? Un po' c'è un po' non c'è. E' una cosa piuttosto misteriosa”). Sottoponendo tali dilemmi al gruppo, la donna mostra però la disponibilità ad aprirsi portando significati originali, specificamente legati ad un'appropriazione personale e creativa del senso (l'utilizzo del verbo “immagino” in prima persona sottolinea tale aspetto).

6/3

Durante questo incontro il percepito del II soggetto risulta sbilanciato in termini positivi: la donna afferma di “essersi lasciata condurre”, di essere stata “attirata” dalla visualizzazione proposta, di essersi infine “rilassata completamente”, avendo avuto “alla fine l'idea di aver finalmente fatto pace con me stessa”. Da notare il doppio utilizzo del lessema “fine” correlabile all'idea di una risoluzione conclusiva. Questa rappresentazione discorsiva permane anche durante la discussione dei brani, ove il soggetto ribadisce infine di “stare davvero molto bene!”; l'affermazione sembra essere incorporata dalle pratiche somatiche: il redattore del verbale le sottolinea ad esempio ricorrendo al punto esclamativo ed evidenziando l'atto del “ridere”.

13/3

Durante questo incontro lo slittamento tra positivo e negativo torna ad essere irrisolto: ricompare l'utilizzo di frequenti congiunzioni avversative, che alle rappresentazioni positive (“immagine della sorgente e del fiume”; “vita, forza che da la vita”), associano immagini critiche (“ma non mi riusciva di visualizzare la casa”).

L'ascolto musicale, invece, diviene occasione, per il soggetto, di condividere il proprio “bisogno di tenerezza e di compagnia”, quel “desiderio far parte di un gruppo” già espresso durante il primo incontro. Nei successivi ascolti musicali la donna ripropone l'esperienza di armonia e di una maggior percezione di sé (“ho avvertito il brano più di prima con il corpo”).

E' nell'ultimo incontro, svoltosi a due settimane di tempo rispetto al penultimo, che le criticità del II soggetto tornano a farsi sentire con più forza, mostrando ancora una volta come non sia stata perseguita una definitiva ricomposizione di senso. La donna spiega di non aver “fatto molto gli esercizi” e sottolinea l'impossibilità di “starsene lì tranquilla”, la mancata “pazienza di fare tutto questo”. Questa volta le sue proposizioni sono sintetiche, introdotte da avverbi di negazione (“non ho fatto”, “non ho avuto”), che non lasciano spazio ad esiti positivi. Anche il riferimento lessicale all'“impossibilità” non apre a interpretazioni maggiormente ottimistiche.

L'altro, unico, intervento del soggetto, si apre con una negazione (per quanto l'avverbio “ancora” la renda meno *tranchant*, aprendo margini di miglioramento). A livello somatico le spalle, che erano in origine *locus* problematico per la donna, restano “tese e dolenti”. La visualizzazione della casa, rimane inefficace e la rappresentazione di quel luogo come “vuoto” sembra descrivere la mancata risposta al desiderio di compagnia più volte espresso.

### *Elaborato scritto*

Dal punto di vista formale, l'elaborato del II soggetto risulta una sorta di recensione sul corso, escludendo qualsiasi modalità interattiva (non è rivolto ad alcun interlocutore in nessuna fase).

Esaminando i contenuti, non emergono particolari riferimenti ad esperienze del quotidiano, né del passato; scarse sono anche le rappresentazioni di vissuti emotivi. Il testo è strutturato in una serie di periodi che propongono impressioni altalenanti circa l'efficacia e gli esiti di “Cerca la vita”. Si può innanzi tutto constatare come i protagonisti siano dapprincipio la narratrice e il suo corpo, a tratti scissi e a tratti ricomposti in un'unità (“mi ha condotto a riprendere contatto con il corpo e le sue tensioni e mettermi con loro in relazione di accoglienza”; “a riprendere coscienza del respiro e del cuore, ad ascoltarli [...]”). Solo un cenno si fa, in conclusione, ad “altre persone con le quali mi posso confrontare”; tuttavia questo elemento risulterebbe cruciale per la narratrice.

Veniamo ora all'ambivalenza. I primi due periodi, introdotti da un'anafora (“mi ha condotto, mi ha condotto”), rappresentano il percorso in termini positivi: esso avrebbe effettivamente favorito la ricomposizione della soggettività della narratrice, ricongiungendo al “sé” alcuni aspetti somatici. D'altra parte, anche in queste considerazioni prevalentemente positive, permangono le contraddizioni già presenti dalle osservazioni effettuate: se il predicato ripetuto mediante l'anafora sembrerebbe indicare un risultato ormai perseguito, il tempo presente utilizzato nella parentesi (“perdo spesso la connessione”), ne limita la portata. Allo stesso modo, il secondo periodo è seguito da un presente verbale che evidenzia come i buoni esiti non siano risolutivi (“mi dimentico spesso”).

Inoltre, questi due periodi sono ulteriormente controbilanciati dai due successivi che rappresentano alcune difficoltà irrisolte. A loro volta, i secondi sono compensati dal periodo ancora seguente, introdotto non a caso dall'avversativo “ma”.

La continua alternanza permane anche nella seconda parte del testo, ove ci si riferisce all'efficacia delle visualizzazioni, sempre parziale e incompleta: non a caso, il concetto “sono efficaci” si contrappone al “mi creano confusione” in chiusura. Se questa continua alternanza non è mai correlata ad una causa specifica, nelle considerazioni conclusive emerge almeno un elemento che sarebbe determinante per addivenire ad un risultato positivo, ossia il “fare tutto questo con altre persone”. La dimensione condivisa nel gruppo si conferma così un elemento imprescindibile per l'efficacia delle pratiche, infatti “a casa [...] non riesco a fare gli esercizi”, afferma il soggetto (come rievocando quella “casa vuota” visualizzata durante gli esercizi che ostacolava una buona ricomposizione del sé).

E' anche per questo motivo, probabilmente, che il corso viene infine definito un “assaggio”, lo stimolo per un ulteriore approfondimento, un'iniziativa “utile”, ma ben lontana dall'essere in sé stessa efficace.

### *Intervista*

Per quanto il II soggetto risponda approfonditamente alle domande, facendo riferimento alla propria vita psichica ed emotiva, sono limitati i riferimenti ad esperienze vissute, passate o presenti (comprese situazioni di disagio o malattia). Questo esprime contemporaneamente la difficoltà e il desiderio (peraltro espressamente rivelati) di aprirsi del II soggetto. Tuttavia, poiché il testo non è riproposto in termini dialogici ma per tematiche, è difficile esaminare approfonditamente le dinamiche intersoggettive attivate durante l'intervista.

Dal punto di vista contenutistico, anche questo dispositivo narrativo mantiene l'ambivalenza più volte rappresentata nelle precedenti narrazioni. Se si considerano gli obiettivi apertamente illustrati qui, questi non risultano perseguiti. Infatti, sia il desiderio di eliminare lo stato d'ansia e di depressione, sia il desiderio di sentirsi parte di un gruppo restano per lo più insoddisfatti. I due elementi risultano tra l'altro correlati tra loro, infatti la condivisione "aiuta molto" il soggetto, ma per quanto questo aspetto sembri soddisfatto inizialmente, l'intervistata ravvisa poi un momento di rottura ingenerato dall'allontanamento di alcuni partecipanti dal gruppo. Ciò avrebbe suscitato in lei "un senso di perdita, distacco come se non ci fosse più stata l'energia iniziale", annullando la piena efficacia del percorso. Il senso di rottura si percepisce anche nelle modalità di interazione del soggetto con gli altri partecipanti: "a un certo punto mi è sembrato di dire delle cose insensate, delle cavolate... così non sono andata avanti" (laddove i punti di sospensione rappresentano graficamente la stessa frattura, il blocco).

Per quanto concerne l'effettiva socializzazione all'interno del gruppo, questa è rappresentata in termini negativi ("non è che sono riuscita molto a legare"; "non è che riesca a comunicare molto").

Anche l'inefficacia delle tecniche di rilassamento è correlata alla socializzazione insoddisfacente: il gruppo risulta fondamentale per l'esecuzione della pratica ("da sola non le fai"), anche solo a livello simbolico ("sapendo che c'è il gruppo [...] ti spinge a continuare").

L'alternanza già emersa negli altri dispositivi narrativi, infine, viene qui esplicitata in relazione al conseguimento di un benessere psicofisico ("il rilassamento è stato però a fasi alterne"). Tornano avverbi di frequenza che esprimono contrasto ("a volte [...] a volte no"), congiunzioni avversative ("invece"; "poi però"), sino alla conclusione, ribadita due volte, di "non aver capito cosa è successo", che trova un ulteriore corrispettivo nell'affermazione che "qualcosa che non quadra tanto", a rappresentare la mancata ricomposizione del senso.

La conclusione, che segna definitivamente l'inefficacia, si ha nell'affermazione concisa che "l'ansia ce l'ho come prima" (ancora nessuna modificazione nella percezione di sé e del mondo). Come in tutti i testi del soggetto, però, anche tale affermazione viene poi controbilanciata dal riconoscimento di una maggiore percezione di sé e del proprio corpo. La contrapposizione di preposizioni contrastanti permane infine nell'ultima risposta, dove l'intervistata sottolinea di essersi "alla fine [...] sentita abbastanza libera nel gruppo", ma più avanti sostiene invece che "alla fine poi mi sono un po' bloccata". Notare che poco prima il II soggetto contraddiceva una precedente affermazione, utilizzando perfino i medesimi lessemi ("non mi importa se ciò che dico è una cavolata").

### *Conclusione*

Ciò che caratterizza tutte le narrazioni attivate dal II soggetto è l'ambivalenza. Se a tratti le pratiche sono rappresentate positivamente, come efficaci e in grado di radicare una trasformazione nel vissuto quotidiano, in altri momenti prevale un punto di vista critico e pessimista, per cui gli esiti paiono scarsi o insoddisfacenti. Lo stesso atteggiamento sembra riguardare la socializzazione, elemento determinante per il soggetto, che in certi momenti pare essersi integrato efficacemente nel gruppo, ma in altri percepisce piuttosto un senso di perdita, una rottura, l'esaurirsi dell'"energia". Da notare anche che per la donna l'efficacia delle pratiche non sembra poter prescindere dal bisogno di socializzazione: la perdita d'"energia", appunto, segue la frattura tra i partecipanti e influenza l'attuabilità delle pratiche. Analiz-

zando più nello specifico queste ultime, esse a tratti paiono svolte con successo; in altri momenti, però, risultano insoddisfacenti (anche nei verbali le immagini critiche non vengono rielaborate in modo condiviso, né vanno a modificarsi). Da questa analisi parrebbe che il percorso abbia costituito uno stimolo importante per un cambiamento, che non riesce però a radicarsi nella quotidianità. Una continuità di "Cerca la vita" sarebbe dunque indispensabile non solo per stabilizzare gli aspetti positivi stimolati, ma anche per risolvere il senso di perdita ravvisato ad un tratto negli incontri.

- a. Pratiche efficaci: training autogeno
- b. Benefici raggiunti: parziale ricomposizione del sé
- c. Criticità riscontrate: mancato approfondimento delle pratiche proposte, mancata stabilizzazione del gruppo
- d. Ambiti di significato rilevanti: corporeità, solitudine
- e. Rappresentazioni future: continuità futura
- f. Valutazione complessiva: ambivalenza, il corso è stimolante ma incompleto

### **III SOGGETTO**

*Osservazioni (24/1-7/2-14/2-21/2-6/3-13/3-27/3)*

*24/1*

Il III soggetto è tra i primi a prendere la parola durante l'incontro, risultando assai estroverso; racconta parecchio di sé, sia relativamente all'ambito familiare e professionale, sia relativamente agli aspetti fisici, psicologici ed emotivi esperiti. La donna esplicita anche gli obiettivi che l'hanno indotta ad interessarsi a "Cerca la vita", in particolare il desiderio di "ritagliare un po' di tempo" per sé (nonostante ciò sembri contrapporsi all'autoaccusa di egoismo che si era rivolta poco prima). Nel corso della riunione il soggetto pende la parola una seconda volta nella discussione post-training, per riferire la propria visualizzazione e le difficoltà riscontrate ("una visione non ampia ma limitata"). Non interviene tuttavia a commento dei testi biblici, né in più dirette interazioni con gli altri membri del gruppo.

*7/2*

Anche nel corso di questo incontro il III soggetto è tra i primi a prendere parola, riferendosi agli aspetti positivi e a quelli negativi delle pratiche attivate autonomamente; in particolare rileva alcune difficoltà nell'avvertire la pesantezza agli arti inferiori, come emerge anche durante la riunione: in questo caso ella domanda esplicitamente spiegazioni al conduttore del gruppo, che suggerisce un possibile "trauma fisico o psichico" associato alla parte del corpo interessata. La conversazione, tuttavia, si conclude a questo punto, costituendo lo spunto per una riflessione personale, più che un vero e proprio scambio dialogico.

*14/2*

Ancora una volta è il III soggetto ad aprire l'incontro, raccontando di esercitarsi autonomamente negli esercizi; rileva alcune difficoltà legate specificamente al tempo scarso da dedicare a sé stessa. Ella ribadisce in questo modo il problema già narrato in fase iniziale, che l'aveva indotta ad iscriversi a "Cerca la vita" e che non parrebbe essersi modificato. La criticità del tempo torna ad essere espressa anche in termini somatici, quando il redattore rileva che la donna "impiega più tempo rispetto agli altri nel distendere nuovamente la mano"; inoltre, come già in passato, si notano alcune difficoltà nell'effettuare le contrazioni degli arti inferiori. Nessun problema invece riguarda la percezione del battito cardiaco, che la donna avverte portandosi la mano al torace: in effetti, nelle mani e nel torace la donna riuscirà successivamente a sentire il calore, "ma non in altri posti".

*21/2*

Come sempre, il III soggetto introduce l'incontro riferendosi al training effettuato autonomamente: questa volta, la percezione di una "forte nausea" illustra una trasformazione rispetto alle reazioni esperite

in passato. Il segnale somatico, tuttavia, resta inindagato all'interno del gruppo, né viene offerto lo stimolo per una riflessione in merito. Invariate – se non peggiorate - parrebbero poi le difficoltà correlate al tempo eccessivamente breve per lo svolgimento degli esercizi (“ho impiegato parecchio tempo nell'avvertirlo e quando ho iniziato a riuscirci è finito l'esercizio”): tale difficoltà sembra ribadire ancora alcuni problemi originariamente evocati dal III soggetto, simbolicamente correlati all'idea di “ritagliare un po' di tempo per me”.

6/3

Per la prima volta, il III soggetto non interviene spontaneamente in apertura; il primo riferimento narrativo alla donna da parte del redattore del verbale si ha in merito all'esercizio di rilassamento: qui, come già in passato, il III soggetto “porta la mano al torace” per percepire il proprio battito cardiaco. Il suo unico intervento a livello discorsivo, si ha quando descrive la propria visualizzazione: questa è caratterizzata da alcuni elementi positivi, come sempre legati alla parte superiore del corpo (“l'aria fresca”; “la percezione bilaterale”; la “carezza piacevole sulle mani e sulla fronte”), ma anche da alcune difficoltà.

13/3

Anche in questo caso permangono e vengono esplicitate alcune difficoltà nelle visualizzazioni sperimentate autonomamente dal III soggetto. Tuttavia, per la prima volta la donna sembra rappresentare discorsivamente una trasformazione nella quotidianità, relativa alla percezione dello stress. Ella narra di una “grande tranquillità interiore”, della capacità di non reagire “alle provocazioni”, della “sensazione [...] che le cose [...] scivolassero addosso”. Da notare che tali percezioni vengono rappresentate nei termini di una trasformazione epocale nella propria vita (“per la prima volta nella mia vita”). Durante l'ascolto musicale, il soggetto narra di aspetti positivi e aspetti negativi: nelle proprie percezioni ella alterna sensazioni di “tristezza” e di scoordinamento” a sensazioni “positive di rilassamento”.

27/3

Durante l'ultimo incontro il III soggetto apre ancora una volta la discussione, riferendosi alla propria difficoltà di superare un torto. Lo spunto è interessante, poiché sembra stimolare un breve confronto tra gli altri membri del gruppo.

#### *Elaborato scritto*

Dal punto di vista formale, lo scritto del III soggetto si mostra assai più interattivo rispetto ai testi analizzati precedentemente: non solo si rivolge a tre responsabili del gruppo, ma racconta, seppur in modo assai succinto, il ruolo che il corso avrebbe avuto nell'esperienza personale, collocando così “Cerca la Vita” nel vissuto quotidiano e attribuendovi un significato specifico.

Per quanto concerne i contenuti, il narrante struttura cronologicamente il proprio percorso: dall'incontro casuale con “Cerca la vita”, alla “nascita di un'esperienza di vita”. Il riferimento costante alla “vita” (ben ravvisabile nelle scelte terminologiche: il verbo “nascere”, la duplice ripetizione del sostantivo “vita”) attribuisce all'esperienza un posizionamento significativo nel quotidiano della partecipante, che addirittura vi ravvisa un momento trasformativo (l’“inversione di tendenza” a cui ci si riferisce nel terzo capoverso). Se, come si è accennato, alcuni soggetti sono rappresentati a livello narrativo, non vi sono tuttavia riferimenti agli altri membri del gruppo. In effetti, il ruolo della socializzazione sembra secondario nell'esperienza del III soggetto, che invece sottolinea l'apporto dalla “tecnica di mediazione corporea”, nonché dalle “riflessioni Religiose”. I sostantivi utilizzati (“Affetto e riconoscenza”; “un ringraziamento”; “un Grazie di cuore”, “con affetto”, “Grande Erica”), così come l'uso delle maiuscole (“Affetto”; “Grazie”, “Grande”), ricompongono però una dimensione affettivo-emotiva assente nei testi precedentemente esaminati.

### *Intervista*

Poiché la narrazione non è riportata in termini dialogici, risulta complicato esaminare le forme intersoggettive attivate; tuttavia il soggetto si esprime in toni entusiastici.

Sicuramente la percezione è quella di un'esperienza positiva per il benessere psicofisico, nonché per le dinamiche quotidiane in cui il soggetto è coinvolto. A livello contenutistico, la donna rileva l'efficacia del corso a più battute, riproponendo anche un esempio specifico (la ridotta tensione con una collega). Tuttavia, non vi sono riferimenti all'efficacia sull'esperienza di caregivers, né sull'esperienza di malata (seppure ella non abbia una malattia oncologica). Il benessere viene piuttosto correlato ad una condizione di "rilassamento" generale, nonché allo sviluppo delle proprie capacità di autocontrollo (peraltro ciò risponde del tutto alle aspettative del soggetto). Il rilassamento, in particolare, viene associato alla risoluzione di quell'assenza di tempo (il "non aver mai un momento"), che era parsa cruciale sin da primo incontro. Anche per questo motivo la donna proporrebbe di prolungare il corso, eventualmente con incontri settimanali anziché mensili. L'intento sarebbe quello di approfondire alcuni aspetti ancora insoddisfatti (ad esempio la visualizzazione ancora non riuscita). Anche per lei, dunque, "Cerca la vita" mantiene dei margini di intervento futuri assai rilevanti.

Da notare che, nonostante le scarse interazioni con il gruppo ravvisate dai verbali e dall'elaborato scritto, il III soggetto ribadisce continuamente l'importanza ("quelle due ore che uno trascorre insieme, l'atmosfera...") e l'unità ("ho sentito che le problematiche che bene o male abbiamo tutti"; "sento che queste persone fanno parte di me"; "sento l'affetto che ci unisce") del gruppo stesso, addirittura inteso come "ben amalgamato". Ciò, di fatto, stona con quanto ravvisa la maggior parte dei partecipanti. Vale la pena osservare che nell'individuare un soggetto per lei particolarmente significativo, l'intervistata si riferisce ad un'altra caregiver del gruppo. Va poi aggiunto che la grande importanza attribuita da sempre al "tempo per sé", rende forse secondario il rapporto con il gruppo; da notare infine che il III soggetto non mostra di avere particolari inibizioni da questo punto di vista, il che le renderebbe forse meno urgente l'effettiva iscrizione in una rete di relazioni informali.

### *Conclusione*

Per il III soggetto "Cerca la vita" risponde bene alle attese: la donna ricercava la possibilità di recuperare uno spazio per sé stessa, obiettivo che le tecniche attivate e la frequenza al corso sembrano aver raggiunto. Ambiva poi ad un maggior rilassamento da praticare anche nella quotidianità, ben radicata in reti relazionali complesse (specialmente professionali), e anche ciò sembra soddisfatto. In questo modo il percorso si è radicato nel vissuto, andando al di là dell'esperienza dei singoli incontri. Da qui i toni entusiastici, anche nel sottolineare l'unione di un gruppo che, nel complesso, offre una rappresentazione di sé ben diversa. In qualche modo la rappresentazione fornita dal III soggetto in termini estremamente positivi è motivata anche dal minor bisogno, rispetto ad altri partecipanti, di radicarsi, identificarsi e confrontarsi in una rete di relazioni intersoggettive. Come si è già accennato, la donna tende ad instaurare relazioni significative con un unico soggetto col quale condivide esperienze e vissuti simili; resta in ombra l'interesse per una conoscenza più approfondita degli altri partecipanti. Non a caso, anche quando il III soggetto propone una continuità del percorso (peraltro ipotizzandola a cadenza settimanale), non ambisce tanto ad un approfondimento del confronto reciproco, quanto ad una migliore attuazione delle tecniche apprese e poi applicate autonomamente.

- a. Pratiche efficaci: training autogeno, parziale socializzazione nel gruppo
- b. Benefici raggiunti: controllo, rilassamento, acquisizione tempo per sé
- c. Criticità riscontrate: conclusione gruppo
- d. Ambiti di significato rilevanti: vita, tempo
- e. Rappresentazioni future: continuazione del corso con la stessa intensità

- f. Valutazione complessiva: positiva, seppure l'apprendimento di alcune tecniche risulta incompleto

#### **IV SOGGETTO**

*Osservazioni (24/1-7/2-14/2-21/2-28/2-13/3)*

*24/1*

Come il soggetto precedente, il IV soggetto si descrive apertamente durante il primo incontro, accennando sia alla propria esperienza lavorativa, sia ad alcune difficoltà psico-emotive. La donna poi, propone un'interpretazione personale del proprio stato di disagio, correlandolo alla professione infermieristica di cui il malessere diviene espressione incorporata: tale situazione l'avrebbe indotta ad accedere a "Cerca la Vita". Durante la discussione post-training il IV soggetto narra le proprie difficoltà agli arti inferiori, da anni vissuti in termini problematici (da notare che la stessa parte del corpo veniva vissuta con disagio dal III soggetto).

*7/2*

Nel corso di questo incontro il IV soggetto viene rappresentato una sola volta a livello discorsivo, quando riferisce di un netto miglioramento negli arti inferiori. Da notare ch'ella ribadisce anche questa volta la propria interpretazione del disagio quale incorporazione delle difficoltà professionali. Tali riflessioni, tuttavia, non culminano scambi dialogici in merito.

*14/2*

Come nel caso precedente, anche qui il redattore del verbale cita il movimento dei piedi effettuato dal IV soggetto prima di praticare la contrazione delle gambe; ricordiamo che a livello somatico era già emersa una difficoltà relativa alla percezione degli arti inferiori. L'esercizio successivo, tuttavia, illustra un netto miglioramento, soprattutto se si considera che il IV soggetto arriva ad addormentarsi e racconta poi di "essersi rilassata moltissimo", ad indicare, tra l'altro, il perseguimento del fine precipuo che si era proposto.

*21/2*

Anche in questo caso il soggetto riferisce una nuova sensazione avvertita nel corso del training: "l'essersi sentita 'svuotata'". Per quanto di primo acchito non sia esplicitata la dimensione positiva o negativa di tale vissuto, esso viene poi rappresentato come la sensazione incorporata come il far "posto al mio cuore". In questo modo, in misura ancora maggiore rispetto al passato, il soggetto sembra recuperare quello spazio per sé ritenuto limitato. In effetti anche la percezione del calore è descritta in termini positivi, sino all'avvertire "mani e piedi [...] bollenti".

*28/2*

Nel corso di questo incontro, il IV soggetto interviene solo una volta; in tale occasione si sofferma approfonditamente sulle sensazioni avvertite durante il training. In questo caso la percezione di "essere 'concava'" perde le valenze positive che aveva assunto in passato; l'esperienza diviene occasione per esplicitare paure e timori, sino alla "sensazione di fastidio alla visualizzazione del colore arancione". Tale estrinsecazione viene interpretata in termini positivi dal conduttore del gruppo, che sottolinea l'importanza di questo procedimento; tuttavia anche in questo caso non scaturisce uno scambio dialogico in merito.

*13/3*

E' questo l'ultimo incontro a cui il IV soggetto partecipa, proponendo per lo più rappresentazioni positive: la percezione di leggerezza durante l'ascolto musicale è ribadita in due interventi; inoltre al terzo ascolto, le braccia che "si allargavano" non sembrano più rappresentate in termini negativi come nel precedente incontro (ove la ninfea era associata alla sensazione "che le mie braccia fossero le radici e le sentivo in un certo senso distanziarsi dal mio corpo"). L'ultimo riferimento narrativo al IV soggetto ri-

mane tuttavia la percezione di un'inibizione durante la rappresentazione del brano musicale mediante le braccia.

### *Elaborato scritto*

Il testo del IV soggetto ha un preciso sviluppo temporale: dall'incipit, ove si descrive la motivazione che ha indotto la donna a frequentare "Cerca la vita", ci si muove verso uno svolgimento ove vengono descritti gli apporti conseguiti. Dal punto di vista formale la narratrice mantiene toni di distacco e non si riferisce a interlocutori specifici; il commiato informale ("a presto, NOME"), però, rappresenta in termini positivi il rapporto con i responsabili del corso. Inoltre il saluto ("a presto"), evidenzia l'aspettativa, nonché il desiderio di un futuro contatto.

Per quanto concerne i contenuti, torna anche qui il frequente riferimento all'ambito professionale vissuto in modo problematico ed invasivo degli spazi destinati al sé, spazi che il IV soggetto ambisce a recuperare. Da notare poi che la donna si riferisce frequentemente ad altre "persone" nell'intero scritto: se prima erano i malati oncologici in grado di "oltrepassare la barriera della empatia", nella seconda parte del discorso le "persone" sono il "gruppo di persone che nonostante la malattia riescono a ricavarli momenti di 'felicità'". In questo slittamento discorsivo, la rappresentazione della malattia sembra muoversi da quella di un disagio a quella di una risorsa: in effetti il soggetto conclude sottolineando il buon esito del corso. "Cerca la vita" l'avrebbe aiutata ad acquisire "più consapevolezza nella gestione delle situazioni mantenendo relazioni significative". Nel testo dunque, la possibilità di socializzazione emergerebbe come elemento fondamentale del percorso, quasi preminente rispetto alle "terapie psicologiche e tecniche di mediazione corporea": narrativamente l'avverbio "soprattutto" lascia presagire una priorità dell'incontro con l'altro, rispetto alle pratiche apprese. Forse anche per questo motivo l'aspirazione è di "approfondire terapie e tecniche per migliorarmi ulteriormente".

### *Intervista*

Nel corso dell'intervista, si rileva inizialmente una certa difficoltà ad instaurare il dialogo: l'intervistatrice sottolinea infatti che il IV soggetto "esita molto a parlare", ed in effetti la lunghezza delle risposte non sopravanza quella delle domande. Nella seconda parte del testo si riscontra una maggiore apertura, accompagnata anche da un maggior carico emotivo (lo dimostrano le tematiche affrontate, la terminologia utilizzata, la punteggiatura adottata per rendere conto degli stati d'animo). Anche la confusione, ove l'intervistatrice ravvisa la difficoltà di individuare un "senso compiuto e logico", potrebbe essere interpretata come il tentativo di affrontare un ambito più personale e critico. E' infatti nella seconda parte dell'intervista che emerge un aspetto fino a quel momento mai affrontato, ossia il contesto familiare: se nel corso dei dispositivi narrativi precedenti il soggetto non aveva riportato difficoltà nel descrivere il proprio vissuto professionale, mai era emerso nulla della sua vita domestica, che qui trova modo di affastellarsi faticosamente. Parrebbe così che un rapporto più approfondito sia stato strutturato in questo scambio duale.

Per quanto concerne la rappresentazione proposta, a livello contenutistico essa si riferisce dapprima ai fini che avevano indotto il IV soggetto a partecipare a "Cerca la vita": in particolare al desiderio di "calma" (sostantivo ripetuto due volte in una singola proposizione) e di rilassamento (ancora, termine ripetuto due volte in una singola proposizione). Tale fine sembra essere stato parzialmente raggiunto e viene attribuito alla relazione con gli altri membri del gruppo. Nell'intera intervista torna poi ripetutamente il tema del confronto con il diverso, specialmente con i "malati": sia nei termini di un confronto generalizzato con le "persone oncologiche" (siano essi i malati incontrati nel quotidiano, siano i membri del gruppo di "Cerca la vita"); sia comparando le proprie esperienze a quelle specifiche di alcuni partecipanti al gruppo. In tale comparazione il IV soggetto si rappresenta più volte come "ignorante" e "bisognosa di ricevere". La percezione del proprio sé si modifica in termini positivi: la maggior umiltà im-

plica una sorta di rilassamento rispetto a responsabilità eccessivamente onerose. Così, quando il IV soggetto afferma di aver avuto paura di essere considerato un “padre eterno” dagli altri partecipanti, il non essere percepito in tal modo risulta per lei un'esperienza profondamente positiva (“sono stata accolta bene, non come fossi un padre eterno perché lavoro in ospedale”).

C'è tuttavia da soffermarsi sullo scambio intersoggettivo: se è vero che la donna racconta ripetutamente del suo confronto con gli altri, questo non risulta caratterizzato da reciprocità, né da un'effettiva conoscenza. Non è un caso che, come osservato in precedenza, il IV soggetto non avesse mai narrato nulla della propria vita familiare; di più, la continua confusione circa i nomi dei partecipanti, resa bene dall'intervistatrice, rivelano che la rappresentazione di quel gruppo "in grado di oltrepassare la barriera dell'empatia", non riguarda tanto uno scambio conoscitivo. Il confronto descrittoci dal IV soggetto sembra piuttosto riferirsi ad una pratica interiore, più che dialogica. In tal senso, la diversità difficile da ricomporre (a cui si accenna all'inizio dell'intervista: “tante persone che arrivavano da situazioni diverse, non capivo bene le figure... [...] c'erano persone con esperienze e vissuti diversi, quindi ho pensato al mio approccio con persone oncologiche”), risulta irrisolta. Da notare che, nella frase prima riportata, la soluzione della diversità culmina nell'introspezione (rappresentata dalla prima persona singolare “ho pensato”).

Rispetto alle pratiche proposte, comunque, l'intervistata ravvisa in diversi punti del testo la loro efficacia: “le gambe le alzavo con dolore e mi calavo nel momento e passava”; “E durante il rilassamento invece io non riuscivo ad alzare le gambe, e poi entrando dentro il problema ho annullato il problema della colonna vertebrale”, “entrando nell'esercizio sono scomparsi i dolori”; “e poi andando avanti nell'esercizio mi sono rilassata e il problema era scomparso”; “quando ascoltavo la musica è scomparso di nuovo”. Ella ambisce alla continuazione degli incontri, per perseguire un maggiore approfondimento.

### *Conclusione*

Come nel caso del III soggetto, anche il IV sottolinea gli aspetti positivi del corso, che avrebbe inciso efficacemente su alcune difficoltà del quotidiano. Le tecniche di mediazione corporea avrebbero consentito il perseguimento di un benessere psicofisico maggiore, nonché il recupero di tempi e spazi per sé, al di là dei ruoli sociali spesso vissuti come opprimenti. La donna parla in termini positivi anche del confronto attivato all'interno del gruppo, tuttavia questo sembra essere esperito in termini autoreferenziali, piuttosto che fondato su uno scambio dialogico o su un approfondimento conoscitivo degli interlocutori, i quali restano spesso figure vaghe, indistinte e generalizzate, al punto da essere difficilmente distinguibili le une dalle altre (la confusione sui nomi rende conto di questo aspetto). A livello personale, tuttavia, la comparazione che la donna struttura le consente di ripensarsi e risignificare le proprie esperienze in termini nuovi. Da sottolineare che la dimensione intersoggettiva non era uno degli elementi ricercati dal IV soggetto in "Cerca la vita": per lei il corso, come si è detto, voleva piuttosto costituire l'occasione per il recupero di uno spazio per sé.

- a. Pratiche efficaci: training autogeno, confronto nel gruppo seppure in termini autoreferenziali
- b. Benefici raggiunti: controllo, rilassamento, acquisizione tempo per sé, riconfigurazione della propria soggettività
- c. Criticità riscontrate: mancata conoscenza del gruppo
- d. Ambiti di significato rilevanti: calma, rilassamento, controllo
- e. Rappresentazioni future: continuazione corso per mantenere i propri spazi
- f. Valutazione complessiva: positiva

## V SOGGETTO

Osservazioni (24/1-7/2-14/2-21/2-28/2-6/3-13/3-27/3)

24/1

Nel primo incontro il V soggetto si presenta narrando caratteristiche anagrafiche, esperienze professionali e di salute, aspetti caratteriali ed emotivi. L'emotività emerge anche dalle pratiche somatiche: riferendosi ai propri timori e alle inabilità recate dalla malattia la donna si commuove (secondo quanto il redattore del verbale rileva tra parentesi). Nel corso della riunione il V soggetto interverrà solo più una volta, in conclusione, per riferire la propria percezione positiva: il costruito semplice e diretto della proposizione dà effettivamente l'impressione di una maggiore serenità rispetto alla fase di presentazione.

7/2

In occasione del secondo incontro, la presenza narrativa del V soggetto è inversa rispetto all'osservazione precedente. Questa volta, infatti, la donna sembra intervenire meno attivamente nella prima parte della riunione (accenna semplicemente all'assenza di difficoltà nel praticare autonomamente gli esercizi), mentre la sua partecipazione risulta via via sempre più coinvolta. Nella discussione post-training ella sottolinea di aver ottenuto un beneficio "decisamente maggiore [...] rispetto alla volta precedente"; interviene poi in modo accalorato durante i commenti ai Salmi, secondo quanto si rileva sia dall'utilizzo di domande retoriche ("dov'è quel Dio lento all'ira?"), sia dall'appropriazione personale dei concetti espressi ("ho letto più volte"; "ho difficoltà"; "Non lo sento mio"; "Trovo difficile"; "Lo trovo particolarmente difficile").

14/2

Anche in questa occasione, il V soggetto interviene con modalità meno partecipate all'inizio, per poi attivarsi nella parte finale dell'incontro, in particolare durante le riflessioni sui testi biblici. Dapprima, infatti, rileva semplicemente di non avere "particolari difficoltà" durante l'autonomo svolgimento degli esercizi. E' pur vero che a livello somatico il redattore del verbale sottolinea come lei abbassi "molto lentamente le braccia" durante la contrazione e rileva alcune problematiche nel percepire il calore. Nel suo secondo intervento, la donna avvia anche una ricerca di senso ("non capisco il perché") che viene colta quale elemento di discussione. Gli interventi più interessanti del V soggetto, tuttavia, sono quelli che ella propone in modo critico - e a tratti quasi provocatorio - durante la discussione dei Salmi. Ancora una volta, la donna descrive un suo diretto confronto con le letture proposte ("avevo sentito lontano dal mio modo di essere") e chiama al dialogo altri partecipanti, in particolar modo fr. Guido ("vorrei sapere cosa ne pensa lei"). Per quanto i suoi toni risultino a tratti polemici, si ravvisa il tentativo di uno scambio di opinioni personali circa i temi affrontati, non riscontrabile in precedenza, né in altri partecipanti. Il dialogo diretto si ripropone in seguito in forma ancora più coinvolta quando il V soggetto commenta le considerazioni di uno dei partecipanti. Per quanto le modalità di approccio suonino problematiche, risulta interessante osservare come sia questa una delle prime occasioni in cui un partecipante si rivolge ad un altro membro in toni emotivi e personalizzati ("lei mi commuove"), esplicitando i sentimenti avvertiti, le esperienze comunemente vissute ("quando la vedo ai vespri"), i propri preconcetti ("deve avere una gran forza"), così come quel tentativo di paragone ("così giovane, col saio bianco [...] io invece mi tingo i capelli e mi do lo smalto sulle unghie...") che diversi soggetti avevano svolto invece come esercizio interiore.

21/2

Nel corso di questa riunione il V soggetto è estremamente presente e coinvolto. Si riporta un suo primo intervento in occasione della discussione post-training, ove la donna esplicita le proprie sensazioni (rilassamento, timore, spavento). La descrizione accurata, per quanto difficoltosa ("cerco di spiegarmi ma è difficile rendere a parole queste sensazioni"), spinge ancora una volta ad uno scambio con il conduttore del gruppo. Si evince qui lo stimolo per una riflessione più personalizzata suggerita dal conduttore stesso ("secondo lei cosa significa"), che induce il V soggetto a parlare in toni personali di sé e delle

proprie esperienze emotive. Cruciale in proposito è il concetto, due volte ribadito nello stesso periodo, di un “assorbimento” eccessivo, che risulta problematico: in questo caso il lasciarsi andare/assorbire viene infatti associato all’idea di una “scomparsa”. Da notare che la malattia stessa, secondo quanto era stato rilevato nel primo verbale, aveva stimolato nel V soggetto il desiderio di “pensare un po’ meno agli altri e un po’ più a me stessa”, come a scongiurare il timore di un eccessivo “assorbimento” da parte di altri. Anche questa seconda riflessione stimola una risposta nel conduttore del gruppo, che coglie l’occasione per specificare le logiche sottese ad alcuni meccanismi psichici che possono sopraggiungere durante il training.

Nella seconda parte dell’incontro gli interventi del V soggetto si fanno ancor più interessanti ed inferorati. La donna assume toni provocatori, se non di accusa nei confronti dei conduttori del gruppo. Il registro acceso, a tratti quasi aggressivo, attiva diverse reazioni, avviando uno scambio anche emotivo (per quanto in termini principalmente negativi). Inoltre l’anafora “voi” e la ripetizione del comparativo “più” (“più ferrati”; “più fede”, “più forza”) mettono in chiaro posizionamenti, preconcetti e critiche reciproche. Il V soggetto esplicita il desiderio di avere punti di riferimento e, più intimamente, il proprio bisogno di “certezze” che in precedenza non era emerso tra le sue aspettative e che ora pare fondamentale.

28/2

In occasione di questo incontro il V soggetto risulta molto più sereno rispetto alla settimana precedente. Come già in passato, tiene a ribadire i benefici a lei apportati dal training. Nonostante la descrizione di alcune difficoltà (“non sono in grado di analizzare in maniera analitica i miei vissuti”; “a volte fatico un po’ a sentirlo”), emerge comunque un netto miglioramento: anche la sensazione di “perdita di me stessa”, riconducibile sia al timore di svanire, sia alla necessità di punti di riferimento, sembra assai attenuata (“mi ha sfiorato”). In fase di discussione, poi, la donna rielabora e interiorizza quanto emerso a seguito della discussione del 21/2: ella infatti annulla la netta demarcazione tra laici e religiosi che aveva presupposto in passato, dimostrando una revisione dei propri preconcetti, e la capacità di ripensarsi a seguito del confronto dialogico. Anche l’astio e l’ostilità sembrano essersi ridotti.

6/3

Anche durante questo incontro il soggetto è attivo e partecipa, sia durante il training, sia nelle discussioni dei testi biblici. Rispetto alla visualizzazione, prevalgono toni positivi (“ho avuto una bellissima visualizzazione”), poiché questa consentirebbe anche un riavvicinamento con i tempi dell’infanzia (la donna forse è l’unica a citarli esplicitamente). Ricordiamo peraltro che in passato il conduttore del gruppo aveva ipotizzato una possibile associazione tra le difficoltà del V soggetto a lasciarsi andare ed “esperienze antiche legate all’infanzia”: il recupero positivo mostra dunque una certa efficacia delle pratiche. Meno acceso che in passato l’intervento in merito ai brani biblici: come abbiamo visto, le inquietudini del V soggetto in merito risultavano in parte risolte già in conclusione dell’incontro precedente.

13/3

In questo incontro vengono narrate dal V soggetto immagini già problematiche, che ora trovano modo di essere esplicitate. Soprattutto l’acqua viene analizzata nella sua contemporanea oscurità e “purezza”. D’altro canto, proprio l’espressione di tale ambiguità apre alla descrizione del luogo dell’infanzia, già citato in precedenza, ove la donna si è “rifugiata più volte”. L’impressione di “aprire una valvola”, che la donna associa a tale visualizzazione, è correlata discorsivamente all’idea di una liberazione. Meno positive le impressioni di tristezza descritte dopo l’ascolto musicale; da notare che questa volta il soggetto sembra addirittura far fatica a nominare le proprie impressioni (la prima volta ella vi si riferisce parlando delle “stesse sensazioni del III soggetto”, successivamente della “stessa sensazione di prima”).

Anche in quest'ultimo incontro il V soggetto è estremamente presente. La donna partecipa attivamente alla prima discussione stimolata dal III soggetto. Quest'ultimo aveva narrato al gruppo la propria difficoltà a superare un torto subito; il V soggetto tenta di riportare questa esperienza all'interno di un quadro di senso più ampio e positivo. La sua rappresentazione sembra volta ad un consiglio edificante e assume a tratti toni moralistici, che vengono compensati dall'invito del conduttore ad essere "misericordiosi con sé stessi". Come già accaduto in precedenza, questa risignificazione è ben accolta dal V soggetto, che subito dopo esprime pubblicamente il desiderio di "andare via in un posto dove parlare solo con me stessa". Da notare ch'ella ammette qui anche il peso delle "incombenze" familiari: la congiunzione "ma" esprime i sentimenti contrastanti in merito, che vengono ora esplicitati. Tale ambiguità torna ancora in seguito, quando il V soggetto si riferisce apertamente alle opposte sensazioni che la malattia suscita in ambito domestico ("quando si presenta i famigliari ti aiutano ma dopo [...] ritorno in quell'angolino azzurro che è solo mio"). La visualizzazione della casa d'infanzia, tuttavia, suggerisce un risvolto positivo di questo aspetto, che viene in parte ricompreso in una rappresentazione felice dell'ambito domestico.

#### *Elaborato scritto*

Il testo, sotto forma di breve racconto, ha un impianto temporale ben strutturato che lascia intendere un'evoluzione positiva del percorso affrontato dal V soggetto. Peraltro, nonostante non emergano riferimenti diretti ai propri interlocutori (neanche nella fase conclusiva del testo) l'elaborato è costellato da personaggi (la figlia, fr, Jean, Erica, il medico) con i quali si descrivono alcune interazioni influenti sul vissuto della protagonista. Quest'ultima resta centrale nell'intero testo: le forme verbali in prima persona singolare che introducono la maggior parte dei periodi ("ho parlato"; "ho vissuto"; "ho iniziato"; "ho raggiunto"; "ho sentito"; "ho acquisito") fanno presumere il forte coinvolgimento della narratrice, nonché gli effetti che il corso ha avuto sul suo essere, sino a divenire parte integrante del suo vissuto. La donna racconta dell'intervento della figlia che le ha indicato la presenza del corso, delle proprie ritrosie iniziali, del sostegno di uno dei volontari, del quale il V soggetto rileva la dimensione affettivo-emotiva ("con pazienza, dolcezza, sensibilità"). In questo senso, una prima azione di "Cerca la vita" riguarderebbe già le pratiche attivate prima dell'inizio del corso: per il V soggetto anche la dimensione informale avrebbe avuto una salienza importante nel definire l'esperienza.

La seconda parte del testo illustra la portata trasformativa esperita: il soggetto afferma di aver acquisito dapprincipio "maggior sicurezza", in seguito evidenzia l'opportunità di "riflettere sui rapporti interpersonali". Il verbo "ho raggiunto", dà inoltre un senso di compiutezza. Importante poi la riconciliazione che il soggetto ravvede tra il "mondo laico e quello religioso", i cui ruoli erano stati per lei oggetto di crisi, nonché di contrasto con i membri del gruppo. Il superamento di una dicotomia eccessivamente netta si ravvisa peraltro nella frase successiva dove ci si riferisce ad una "religiosità concreta ed accessibile a tutti" (laddove quel "tutti" suggerisce anche il recupero del senso di totalità del gruppo).

L'ausilio delle tecniche, ritenuto positivo, riveste a questo punto una salienza secondaria, poiché prioritari sono i contatti interpersonali.

#### *Intervista*

Anche in questo caso l'intervista non viene riportata in forma dialogica, pertanto risulta difficile indagare le modalità d'interazione tra il V soggetto e il volontario.

Per quanto riguarda i contenuti, tra gli effetti perseguiti tramite "Cerca la vita" prevale la maggior capacità di autocontrollo, la "maggior calma rispetto alle sollecitazioni esterne", il "lasciarsi scivolare le cose addosso". Questo aspetto era già stato evidenziato da altri, ed è uno degli argomenti più dibattuti nel corso delle riunioni. Per quanto riguarda la socializzazione all'interno del gruppo, il V soggetto ne

parla in toni quasi entusiastici (“le persone del gruppo sono deliziose”; “ci siamo parlati tutti”; “ognuno di noi ha detto qualcosa”) e in conclusione descrive le modifiche percepite nel relazionarsi agli altri partecipanti (“Prima ero ritrosa con il gruppo, ora sono contenta di vedere quelle persone”). Il lavoro in équipe sembra essere stato per lei terapeutico, avendo modificato gli stati d’ansia iniziali nella possibilità di esprimersi liberamente; tale atteggiamento viene riportato anche nel quotidiano. Va però notato che la donna parla sempre del gruppo in termini generali (“il gruppo”; “tutti”; “quelle persone”), senza riferirsi a soggetti specifici: il “gruppo” sembra esserle stato utile quale entità in sé, non in quanto origine di scambi amicali o di relazioni interpersonali specifiche.

Diversi riferimenti, al limite, vengono fatti ai conduttori ed alle loro caratteristiche: la “gentilezza” e la “pazienza” di Erica, ad esempio, o il desiderio d’incontro con “Padre Guido”. In questo caso emerge il bisogno del V soggetto di trovare un punto di riferimento stabile da cui farsi guidare.

### *Conclusione*

Sia dall’analisi dei verbali, sia da quella dell’elaborato scritto, emerge il tentativo del V soggetto di cambiare prospettiva su alcuni temi ritenuti cruciali, attivando nuove significazioni del vissuto e nuove interpretazioni del mondo esterno e delle relazioni tra i soggetti. Se è vero che per la donna instaurare reti di relazioni non pare essere un bisogno primario, e lo spazio per se stessi risulta ricercato più che fuggito, va notato che è proprio dallo scambio dialogico, a tratti critico e acceso, che ella avvia una trasformazione positiva delle proprie prospettive, esplicitando le difficoltà e le paure del quotidiano ed invitando spesso ad un confronto in merito. Un aspetto insoddisfatto in tale ricerca risulta il suo desiderio di un riferimento cui affidarsi, ch’ella continua a ricercare. Vista questa situazione, le pratiche di training risultano secondarie rispetto agli scambi intersoggettivi avvenuti soprattutto durante le letture dei Salmi, che hanno stimolato al confronto e alla risignificazione di alcuni punti di vista sul contesto circostante e sull’esperienza vissuta.

- a. Pratiche efficaci: socializzazione nel gruppo, letture scritte
- b. Benefici raggiunti: controllo, rilassamento, apertura
- c. Criticità riscontrate: rapporto poco personalizzato con i conduttori
- d. Ambiti di significato rilevanti: ansia, pausa, solitudine, relazione, fine vita
- e. Rappresentazioni future: continuazione quindicinale del corso
- f. Valutazione complessiva: positiva

## **VI SOGGETTO**

*Osservazioni (7/2- 21/2-28/2)*

7/2

Il VI soggetto ha frequentato assai poco il corso per motivi legati alla propria malattia. Perciò, le osservazioni da verbale offrono pochi elementi conoscitivi, nonché poche occasioni per valutare gli effetti delle pratiche attivate. Ciò che a livello somatico emerge dal primo incontro sono il dolore e la fatica della donna nel svolgere gli esercizi di rilassamento. In effetti, l’attività si mostra immediatamente arduamentosa (si consideri banalmente che il VI soggetto è stato l’unico a doversi recare in bagno per togliere il busto prima degli esercizi. Al di là del dolore fisico, comunque, le difficoltà correlate agli esercizi riguardano anche la percezione di una perdita di controllo, finanche in grado di indurre un senso di nausea nel VI soggetto. Come anche in altri casi, la percezione di nausea e di fastidio fornisce al conduttore l’occasione per invitare i partecipanti ad agire in modo graduale su ansie e tensioni: interpretando tali sensazioni nei termini di “meccanismi di difesa”, egli ne consente una maggiore accettazione. Durante la fase di commento alla lettura dei testi biblici, va comunque sottolineato l’atteggiamento positivo e aperto del VI soggetto. Non solo i punti interrogativi mostrano il desiderio di interrogarsi, ma interpel-

lano gli altri partecipanti, attuando in pratica quell'apertura che è contemporaneamente oggetto del suo discorso. La rappresentazione è quella di una malattia che può divenire foriera di incontro verso gli altri, piuttosto che un disagio che “rende sterile”.

21/2

Anche in questo caso gli aspetti somatici illustrano con evidenza le difficoltà del VI soggetto nel svolgere gli esercizi: dapprima la donna “porta più volte le mani sul viso” durante il rilassamento; successivamente non riesce a sollevare le gambe e contemporaneamente manifesta dolore alla schiena. Ancora una volta alle percezioni incorporate si associa a livello discorsivo la rappresentazione di una dimensione emotiva negativa (la “gran voglia di piangere”), che non viene approfondita da discussioni di gruppo; il VI soggetto non interverrà più durante questo incontro.

28/2

Se in una prima fase sembra percepibile un leggero miglioramento nell'attuazione degli esercizi da parte del VI soggetto, che “inizialmente, alza le gambe”, tornano poi le difficoltà già esperite le volte precedenti. D'altro canto si rileva anche il tentativo del soggetto di effettuare comunque gli esercizi entro i limiti consentiti dal proprio corpo (“opta per contrarle anziché sollevarle”). Durante la discussione sulle visualizzazioni la donna per la prima volta riferisce di aver avuto un'impressione “davvero piacevole”, equiparabile all'idea di un galleggiamento. Alcune difficoltà sono invece associate all'idea di scendere la scala, che la donna avrebbe desiderato piuttosto salire. A ciò si aggiunge anche una più generale difficoltà nel visualizzare. E' poi interessante osservare che la donna stessa interpelli direttamente il conduttore del gruppo circa le conclusioni cui pervenire con tali esercizi; questi le fornisce la chiave di lettura stimolando ad un'interpretazione personale delle singole esperienze vissute, piuttosto che proponendo un'interpretazione specifica. Il VI soggetto interviene infine durante i commenti ai brani biblici, tematizzando la necessità di “chiedere, formulare richieste”. In effetti, lei stessa nel primo incontro e nel presente domanda e chiede.

### *Elaborato scritto*

L'invito ad aprirsi agli altri è elemento cruciale del testo scritto, che dal punto di vista formale si presenta come una riflessione mai destinata ad un interlocutore preciso. Né emergono riferimenti ad altri personaggi specifici se si esclude fr. Jean, il cui ruolo è evidenziato dalla parentesi, e che viene citato con grande stima. Al gruppo nel suo insieme ci si riferisce in termini generali, senza nominare singoli soggetti; tuttavia l'esperienza socializzante sembrerebbe per il VI soggetto una dimensione fondamentale di “Cerca la vita”, anche perché sopravanza di molto le aspettative in merito. La narratrice aveva immaginato “qualcosa di più asettico”, laddove non solo l'aggettivo, ma anche il sostantivo rappresentano un luogo altamente impersonale. Inoltre la dimensione socializzante, com'era già emerso a livello discorsivo durante le osservazioni, risulta importante nello strutturare in termini positivi l'esperienza di malattia. Alcune critiche sono state mosse dal VI soggetto in relazione ai commenti dei testi biblici, che avrebbero richiesto un maggior approfondimento, sia in senso confidenziale, sia in senso temporale (“lo ritengo molto intimo e assai lungo”). Da notare che la donna interpreta questo tipo di lavoro come il “tentativo di dare una lettura cristiana della malattia”, tema che meriterebbe forse una specifica riflessione da parte di “Cerca la vita”.

### *Intervista*

Dal punto di vista intersoggettivo, l'intervista è ricca ed approfondita: essa fornisce l'occasione conoscitiva che gli incontri di gruppo non avevano dato al VI soggetto. Quest'ultimo parla di sé, narra le proprie impressioni e suggerisce giudizi e pareri critici che non erano venuti strutturandosi nell'elaborato scritto (piuttosto impersonale e generalizzato). Dal punto di vista contenutistico, molti aspetti narrativi dell'intervista contraddicono quanto precedentemente affermato nel testo; inoltre, alcuni elementi

evidenziati durante gli incontri, assumono maggior salienza iscrivendosi nell'esperienza vissuta del soggetto. La donna racconta apertamente della propria malattia, dai primi episodi sino all'acuirsi in tempi recenti. La possibilità di socializzare la malattia stessa resta cruciale nel testo ("non pensavo di riuscire a parlare così facilmente della mia malattia"; "della mia malattia non ne parlo praticamente mai"; "anche in ambito strettamente familiare [...] non ne parliamo molto, decisamente no"; "non ne parlo mai"). Tuttavia, se nell'elaborato scritto questa dimensione risultava soddisfatta, la seconda parte dell'intervista rivela profonde critiche: in particolare il gruppo viene percepito come decisamente "disunito". Esso viene caratterizzato innanzi tutto da una limitata conoscenza reciproca, che non sembra ridursi col procedere delle sedute. Anche nel corso del testo l'impressione narrativa di una scarsa conoscenza non va modificandosi: la "gente che non conoscevo" resta "gente che non avevo mai visto e che forse non condivideva la mia esperienza". Viene dunque percepita un'eterogeneità che non trova un terreno comune su cui radicarsi e fondare un intersoggettività efficace. Per il VI soggetto tale terreno potrebbe essere la malattia stessa; tuttavia verso quest'ultima l'atteggiamento è ambiguo. Se è vero che il dialogo si origina da tale esperienza, dopo poco l'intervistata affermerà: "mica sono malata". Più avanti, poi, ella ipotizzerà una futura condivisione tra persone "solo malate": questo aspetto è a tal punto saliente che XXX, un partecipante citato due volte dall'intervistata, viene rappresentato come colui che "era nella mia situazione", mentre altri "la malattia neanche non sapevano cosa fosse". Sarebbe pertanto necessaria una riflessione su come la malattia (e quale malattia) garantisca un'uguale esperienza. Per questi motivi, nonostante le attese, l'aspetto di "Cerca la vita" che sembra avere avuto un'utilità nel vissuto del VI soggetto è il training: esso viene definito "una cosa che mi è rimasta". Da notare che l'efficacia si limita però all'utilizzo di tali pratiche in situazioni ben precise (si cita ad esempio l'esecuzione di una RMN), ma non culmina in una più generale trasformazione di senso ("Non sopporto quelli che si chiedono - che senso ha? - Ma che senso vuoi che abbia! E' la vita! Vivila al meglio che puoi"): a permanere è un certo, severo, fatalismo, così come l'intransigenza verso coloro che recano altri punti di vista ("Non sopporto"). In relazione a ciò, anche la critica verso la lettura dei testi biblici: il soggetto avrebbe ambito ad un'esegesi più trascinante ("uno scritto del Cardinal Tettamanzi [...] quelle sì che erano parole di conforto, di non solitudine"), piuttosto che l'apertura interpretativa offerta dal corso.

### *Conclusioni*

L'analisi dell'efficacia a partire dalle narrazioni del VI soggetto risulta piuttosto complessa, vista la scarsa presenza di osservazioni e l'estrema discordanza delle rappresentazioni proposte nell'elaborato scritto e da quelle dell'intervista. Per quanto riguarda la socializzazione, è verosimile immaginare che essa non sia risultata rilevante nonostante le attese, se si considera che effettivamente l'intervistata ha partecipato a soli tre incontri. Argomento d'interesse dovrebbe comunque essere il desiderio di un'unità di gruppo maggiormente definita, in base alla quale riconoscersi e strutturarsi. Il suggerimento del VI soggetto individua nella malattia elemento fondante il gruppo, ma questo aspetto richiederebbe un maggiore approfondimento, così come ne abbisognerebbe la pratica di commento ai testi sacri. Per quanto concerne il training, esso si rivela certamente come l'elemento di maggior efficacia per il soggetto, che mostra un miglioramento durante gli incontri e riferisce di adottare le pratiche in alcune situazioni del quotidiano. Certo è che la ridotta frequenza non permette alla donna di appropriarsene con disinvoltura.

- a. Pratiche efficaci: training autogeno
- b. Benefici raggiunti: rilassamento in situazioni di stress
- c. Criticità riscontrate: disomogeneità del gruppo, scarsi punti di riferimento nella lettura delle scritture
- d. Ambiti di significato rilevanti: malattia, socializzazione
- e. Rappresentazioni future: nessuna
- f. Valutazione complessiva: ambigua, scarsamente positiva

## VII SOGGETTO

*Osservazioni (24/1-14/2-21/2-28/2-6/3-13/3-27/3)*

*24/1*

Il VII soggetto incentra la propria presentazione sul vissuto di malattia, dettagliando nello specifico gli interventi a cui si è recentemente sottoposto, il luogo di cura, le tempistiche terapeutiche. Alla lettura del testo spicca un atteggiamento positivo, che il “ride” tra parentesi evidenzia. A livello discorsivo è rilevante anche l’interpretazione del disagio che l’uomo propone all’interno del gruppo, fondata su una rappresentazione mentalistica della dimensione somatica (“sono consapevole che tutto parta dalla nostra testa”). Nel successivo intervento egli ravvisa l’efficacia della visualizzazione dell’onda che è in grado di ricollocarlo in altro contesto situazionale (“ero su una spiaggia”).

*14/2*

L’idea di un’efficacia si ritrova anche in questo incontro, dove il VII soggetto specifica di aver sperimentato autonomamente gli esercizi e di aver notato alcuni miglioramenti. Tuttavia egli interpella esplicitamente il conduttore per chiedere come applicare le tecniche in caso di malessere, mostrandosi dubbioso rispetto al fatto che possano essere efficaci in situazioni più complesse. Lo scambio con il conduttore induce poi ad una rilettura del tumore da parte del soggetto, che lo tramuta in “un coinquilino un po’ scomodo”, strutturando un’interpretazione positiva. A seguito del training il VII soggetto descrive alcune problematiche nell’attuazione degli esercizi, in particolare nella percezione del calore e del battito cardiaco. Di “difficoltà” egli parla anche quando si riferisce alla lettura dei Salmi, in particolare confrontandosi in modo problematico con l’interpretazione anticotestamentaria della malattia; egli tuttavia arriverà poi ad una rappresentazione del disagio in termini positivi.

*21/2*

Il VII soggetto narra qui sia gli aspetti positivi, sia le difficoltà nell’effettuare gli esercizi. Se il calore e il battito cardiaco continuano ad essere per lui problematici, non è così per la pesantezza. Va considerato tuttavia ch’egli riferisce di aver percepito il battito portando “la mano all’altezza della giugulare”; tale considerazione, per quanto rilevi alcune difficoltà, mette in luce un atteggiamento di ricerca. Il rilievo che la ricerca personale assume per lui è evidente anche nell’intervento proposto discutendo dei brani biblici, ove egli rappresenta la “crisi” quale strumento e motore della ricerca stessa (“una ricerca senza crisi e fallimenti non è una ricerca”), mostrando ancora una volta di poter risignificare in senso positivo l’accadimento infausto.

*28/2*

Le difficoltà del VII soggetto sono qui manifestate in forma incorporata nel momento della discussione post-training, che lo vede “sedersi da solo in un angolo portando le mani sul viso”. E’ in risposta allo scambio con la redattrice del verbale che egli si riscuote per poi unirsi al gruppo, manifestando come sempre un atteggiamento positivo: così il redattore del verbale osserva come egli “sorrída prontamente” per poi collocarsi nuovamente tra gli altri. Egli verbalizzerà le proprie difficoltà in seguito, quando spiegherà di essere reduce da una pratica terapeutica. Racconta del disagio avvertito a fine training, ma anche dell’efficacia positiva di tale pratica (“ho avuto la sensazione di sciogliermi completamente”; “mi hanno fatto stare molto bene”). Un solo elemento risulta “freddo e inaccessibile” durante la visualizzazione dei colori; tuttavia tale aspetto non viene commentato. Anche in relazione alla lettura dei Salmi il suo atteggiamento resta positivo; egli rappresenta la pratica di lettura come una “crescita che facciamo”, non sottolineandone solo l’efficacia, ma anche attribuendo un senso di completezza all’intero percorso: nella crisi egli ravvisa un elemento comune, associato alle sensazioni di “speranza” e “fiducia in un’entità superiore”.

6/3

E' il VII soggetto ad intervenire per primo in questo incontro e lo fa nuovamente in termini positivi, evidenziando una personale appropriazione delle tecniche: non solo egli afferma di perseguire ormai senza problemi "la pesantezza ed il calore", ma aggiunge di aver "sostituito le immagini che mi erano state fornite con immagini personali". La conclusione dell'intervento si condensa nel raggiungimento di "molta tranquillità, pace, serenità". L'ottimismo consueto è poi nuovamente evocato in occasione della discussione dei Salmi, ove egli cita due volte concetti legati all'ottimismo.

13/3

Nell'intervento iniziale, il VII soggetto mostra ancora una volta le modalità con cui padroneggia creativamente le pratiche apprese e costantemente attivate. Secondo quanto racconta, egli sa adattare alle proprie necessità, che ne risultano così modificate ("trasformare la solitudine"). L'appropriazione personale delle pratiche, adattate alle specifiche esigenze, è cruciale anche durante l'ascolto musicale, dove le percezioni sono di "leggerezza, di volo, di giravolte nello spazio", di un "ballo con la donna amata", fino al momento in cui l'utilizzo delle braccia ostacola la percezione positiva, proprio perché pone un "limite alla fantasia".

27/3

In questa occasione i toni del VII soggetto paiono meno ottimisti di quelli espressi precedentemente, a tratti quasi nostalgici: in particolare egli rileva il timore di "aver meno occasione per avere le emozioni e la sensibilità degli ultimi mesi". Tale constatazione tuttavia mostra quanto la rappresentazione positiva del disagio, foriero di scoperta e conoscenza di sé, sia stata interiorizzata. Alle domande poste risponde il conduttore del gruppo, strutturando questi stessi timori in modo gestibile (il soggetto risponderà: "mi auspico di mantenere e coltivare questa situazione"). Anche il problema dell'isolamento, che in passato era emerso una sola volta, viene citato, in particolare rispetto all'impossibilità di condividere il vissuto di malattia. Da notare che anche in questo caso il confronto con il conduttore del gruppo induce il VII soggetto a recuperare e ricomporre nella memoria momenti di condivisione positivi.

### *Elaborato scritto*

Il testo assume la forma di una recensione esaustiva dei diversi benefici che "Cerca la vita" ha portato al VII soggetto. Esso non si rivolge a specifici interlocutori, tuttavia la voce narrante esprime in conclusione un equo ringraziamento ai conduttori del gruppo, ai volontari e agli altri partecipanti, ponendoli sullo stesso piano e favorendone una personalizzazione: piuttosto che ricorrere a sostantivi generali o collettivi, egli rappresenta "persone del gruppo che ho avuto la fortuna di conoscere".

Va notato che, dal punto di vista contenutistico, il testo rimanda a toni intimi e fortemente introspettivi (come mostra anche il "titolo", ove l'accento è posto sul termine "riflessioni"). Gli accenni alla socializzazione sono minimi, mentre il lavoro - dai risultati positivi e decisamente consolidati - sembra tutto orientato alla risignificazione delle esperienze emotive e ad una ricomposizione dell'interiorità. Nei primi periodi, così come nell'ultimo, le immagini di un "mondo emotivo", un "mondo complesso", un "mondo spirituale" e di un "mondo interiore" risultano il fulcro attorno a cui l'intervento si articola. Il "mondo" a cui il narrante fa riferimento, dunque, rimanda senz'altro all'interiorità, dove però l'inter-scambio con altri pare ridotto al minimo; unico accenno è alla "voce calda e suadente di Fr. Jean". Non a caso, protagonisti della narrazione sono le "paure e difese", cui si accenna ripetutamente nel quinto capoverso e che in effetti risultano profondamente trasformate al culmine del discorso, divenendo "parte integrante del nostro modo di essere".

### *Intervista*

L'intervista consente al VII soggetto di narrare la propria esperienza di malattia in termini più approfonditi rispetto a quanto accaduto sino a quel momento: egli è loquace e propone riflessioni accurate

alla sua interlocutrice. Racconta la propria esperienza diagnostica, le difficoltà recate dalla duplice appartenenza alla categoria di “malato” e a quella di “volontario”, la rilevanza attribuita al vissuto psicologico. Come già rilevato dall’analisi dell’elaborato scritto, le pratiche ritenute più efficaci sono gli esercizi di training, che gli avrebbero consentito di acquisire maggior “controllo” nel corso delle esperienze quotidiane (come egli ribadisce almeno due volte nel testo), per quanto egli constati di non riuscire a ricorrervi nei momenti maggiore stress. Ciò che invece risulta critico è il rapporto con il gruppo, pressoché nullo. Rispetto all’interscambio, emerge immediatamente un mancato riconoscimento della reciprocità tra i partecipanti: il VII soggetto manca di percepirsi utile per gli altri, al punto da non volersi “soffermare su questo aspetto”. Successivamente, il suo errore in merito al numero di malati presenti al gruppo (rilevato dall’intervistatrice) illustra la radicale mancanza di conoscenza tra i componenti del gruppo stesso: evidentemente l’interscambio nullo impediva di mettere in comune e socializzare le singole esperienze. Ciò può anche motivare la percezione di “diversità” da parte del VII soggetto (“mi sono sentito un po’ diverso”), che sottolinea quella difficoltà di radicare un terreno comune a fondamento del gruppo, risignificando l’eterogeneità in esso presente. Tali considerazioni trovano il culmine nelle parole conclusive dell’intervistato, il quale afferma di non essere spinto “a far parte di questo gruppo attuale”, ove egli si sente “poco inserito”.

### *Conclusione*

Le pratiche di training, così come la lettura e i commenti ai testi biblici, risultano efficaci nell’esperienza quotidiana del VII soggetto, che afferma di farvi ricordo abitualmente e in diverse situazioni. Inoltre il corso ha costituito per lui - già estremamente positivo e propenso ad una lettura mentalistica del disagio - l’occasione di una maggiore riflessione sull’esperienza vissuta, risignificata in termini ulteriormente positivi. Va però sottolineata la limitata efficacia che ha avuto la partecipazione ad un gruppo, laddove la pratica di socializzazione risulta praticamente nulla, al punto che egli sostiene esplicitamente di non aver desiderio di continuare a far parte del gruppo stesso.

- a. Pratiche efficaci: training autogeno, lettura scritte
- b. Benefici raggiunti: controllo nella quotidianità
- c. Criticità riscontrate: socializzazione nulla
- d. Ambiti di significato rilevanti: malattia, interiorità, emotività
- e. Rappresentazioni future: limitate
- f. Valutazione complessiva: positiva, con buona personalizzazione delle pratiche

### 3.2 Rappresentazione schematica comparata

Pratiche ritenute più efficaci	Benefici raggiunti	Criticità riscontrate	Ambiti di significato rilevanti	Rappresentazioni future	Valutazione complessiva
Mancanti	Mancanti	Mancato approfondimento delle pratiche proposte Mancata integrazione del gruppo Mancata co-costruzione di senso Mancato radicamento sul territorio	Approfondimento Specificità	Continuità futura, ma con pratiche maggiormente interattive, approfondite e specialistiche	Negativa, legata ad una condivisione inefficace che non consente la costruzione di un'esperienza condivisa e la ricomposizione di senso
Training autogeno	Parziale ricomposizione del sé	Mancato approfondimento delle pratiche proposte Mancata stabilizzazione del gruppo	Corporeità Solitudine	Continuità futura	Ambivalenza, il corso è stimolante ma incompleto
Training autogeno Parziale socializzazione nel gruppo	Controllo Rilassamento Acquisizione tempo per sé	Conclusione gruppo	Vita Tempo	Continuazione del corso con la stessa intensità	Positiva, seppure l'apprendimento di alcune tecniche risulta incompleto
Training autogeno Confronto nel gruppo, seppure in termini autoreferenziali	Controllo Rilassamento Acquisizione tempo per sé Riconfigurazione della propria soggettività	Mancata conoscenza del gruppo	Calma Rilassamento Controllo	Continuazione corso per mantenere i propri spazi	Positiva
Socializzazione nel gruppo Lettura scritte	Controllo Rilassamento Apertura	Rapporto poco personalizzato con i conduttori	Ansia Paura Solitudine Fine vita	Continuazione quindicinale del corso	Positiva
Training autogeno	Rilassamento in situazioni di stress	Disomogeneità del gruppo Scarsi punti di riferimento nella lettura delle scritte	Malattia Socializzazione	Nessuna	Ambigua Scarsamente positiva
Training autogeno Lettura scritte	Controllo nella quotidianità	Socializzazione nulla	Malattia Interiorità Emotività	Limitate	Positiva, con buona personalizzazione delle pratiche

#### 4. *Discussione*

Dalla disamina dello schema comparato, il training autogeno emerge come la pratica più efficace in questo ciclo di “Cerca la vita”: cinque soggetti su sette, infatti, ne sottolineano i benefici, per quanto alcuni evidenzino la necessità di maggiori approfondimenti (II soggetto, III soggetto). I benefici apportati dal training riguardano principalmente la possibilità di controllo e rilassamento, nonostante la grande differenza di approccio da parte dei vari soggetti e l’eterogeneità degli ambiti di significato ritenuti rilevanti. In effetti, le modalità di appropriazione delle tecniche di training variano notevolmente: se molti soggetti affermano di svolgere autonomamente gli esercizi a casa, alcuni li ritengono utili soprattutto nel gestire le situazioni di stress (VI soggetto), mentre altri non riescono ad applicarli efficacemente proprio alle situazioni ritenute più coinvolgenti (ad esempio il VII soggetto). Da notare che almeno tre soggetti (III-IV-VI) ritengono che gli esercizi siano stati efficaci soprattutto sull’autocontrollo in situazioni relazionali complesse, verso le quali essi hanno sperimentato nuove forme di gestione. Per due soggetti, poi (III-IV), tali pratiche sono utili per recuperare uno spazio da dedicare a se stessi, prendendo distacco da ruoli – familiari o professionali – socialmente consolidati e spesso vissuti in modo opprimente.

Va notato, tuttavia, che se “Cerca la vita” risulta efficace nella gestione dei rapporti intersoggettivi in questi termini, la relazione all’interno del gruppo si rivela fortemente critica. Un solo soggetto (III soggetto) rappresenta in termini entusiastici la socializzazione tra i partecipanti: si tratta di una donna già molto estroversa (è lei ad aprire quasi tutti gli incontri), ben inserita in ambito professionale e che non ha tra le proprie aspettative la risoluzione di esperienze di solitudine, quanto piuttosto il desiderio di definire quello spazio per sé di cui si è detto. Tra l’altro, per quanto ella celebri l’unità del gruppo, si riferisce in termini di rapporti amicali ad un’unica partecipante, che nelle attese le somiglia molto: anche lei caregiver, anche lei oppressa dai molti impegni assistenziali, anche lei alla ricerca di spazi da dedicare alla propria persona. In effetti, anche questo soggetto attribuisce una certa rilevanza alle possibilità di confronto fornite dal gruppo; tuttavia è interessante constatare come tale rapporto abbia luogo principalmente nei termini di una pratica interiore, autoreferenziale, piuttosto che in una conoscenza effettiva degli altri membri del gruppo o nell’attivazione di pratiche dialogiche (sono evidenti, nell’intervista, i continui refusi inerenti i nomi degli altri partecipanti). Rimanendo in tema di socializzazione, il V soggetto è quello che pare essere più incline ad uno scambio dialogico diretto: per quanto abbia utilizzato modalità provocatorie e a tratti aggressive, la donna ha stimolato confronti espliciti che hanno consentito una parziale risignificazione di preconcetti e modelli interpretativi da lei precedentemente assunti. A questo scopo ella attribuisce un beneficio rilevante anche alle letture e ai commenti dei testi biblici; questi sono valutati in modo estremamente positivo anche dal VII soggetto, che risulta però tutto orientato a riflessioni personali che non vengono condivise. Ad eccezione di questi soggetti, la lettura dei testi emerge raramente come ambito rilevante; in un caso, addirittura, essa viene vissuta in modo problematico (VI soggetto). In effetti questo aspetto di criticità era emerso anche nel precedente ciclo di “Cerca la vita” e suggerirebbe forse una riflessione iniziale con il gruppo circa l’approccio e l’obiettivo di simile pratica.

Nuovi momenti di riflessione e scambi dialogici, poi, potrebbero aiutare il gruppo, viste le critiche e le difficoltà di radicarlo su elementi comuni, in grado di limitare la percezione di estraneità tra i diversi soggetti. Forti critiche al processo di socializzazione infatti emergono dalle narrazioni di almeno tre soggetti (I, VI, VII), mentre critiche meno dirette, ma comunque presenti risultano da altre analisi specifiche (II, V). Il problema di uno scambio dialogico inefficace e di un rapporto di conoscenza insufficiente è correlabile alla mancata strutturazione di un senso di gruppo. In genere prevale la percezione di una profonda eterogeneità tra i partecipanti, che non mettono in comune esperienze sulle quali sia possibile fondare significati condivisi, né relazioni empatiche. Se per un soggetto (VI) ciò può essere motivato dalla composizione stessa del gruppo, a cui partecipano sia persone ammalate, sia caregiver sani, è

opportuno chiedersi se, come, e quale esperienza di malattia possa fondare un'unione. Ricordiamo che tra i caregiver ve ne erano alcuni ammalati, sia pure di un disagio non oncologico; evidenziamo inoltre che in alcune interviste sembrava non essere chiaro neanche chi fossero le persone malate (VII soggetto). Tra l'altro, anche tra queste ultime, alcune stavano vivendo un momento di stabilità, mentre altre erano in fase acuta. Un soggetto, poi, aveva il doppio ruolo di malato oncologico e volontario di un'associazione di malati. In che termini dunque la malattia potrebbe essere elemento fondante il gruppo? Sulla base della condivisione della medesima diagnosi? E a che livello di specificità? O forse si tratta di incentivare maggiormente gli scambi emotivi e conoscitivi, anche a livello informale (ricordiamo il ruolo che la dimensione informale aveva assunto per il V soggetto nell'accesso a "Cerca la vita" e le considerazioni sui momenti informali quale elemento unitario forniti dal I soggetto)? Ciò va ancor più sottolineato se si considera che la maggior parte dei soggetti, anche in questo ciclo, auspicano una continuazione del gruppo: principalmente per un maggior approfondimento delle pratiche che però, come alcuni osservano (II soggetto), non possono prescindere dalla loro attuazione condivisa, almeno in alcune fasi. L'ambiguità riscontrata frequentemente nelle narrazioni (soprattutto per il II e il VI soggetto) rende ben conto dello scostamento tra la buona efficacia delle tecniche a livello individuale e la loro inefficacia nel mediare rapporti interpersonali solidali.

## 5. Conclusioni

Questo ciclo di "Cerca la vita" risulta efficace per quanto concerne l'attuazione delle pratiche di training e mediazione corporea che, seppur con modalità differenti, i partecipanti adottano anche al di fuori del contesto del gruppo. D'altra parte, il mandato di "Cerca la vita" prevede un approccio olistico a salute e malattia, aspira a costruire "ponti" e "reti" e ritiene il ben-essere individuale connesso a quello comunitario: in questi termini l'efficacia del suo intervento risulta insoddisfacente nel corso del presente ciclo. Come in precedenza, le reti tra servizi ospedalieri, casa dei malati, famiglie e caregiver non sono andate strutturandosi. Anzi, alcuni soggetti tentano di demarcare con forza un distacco dai caregiver stessi che non sarebbero in grado di comprendere le esperienze di disagio. La scarsa condivisione esperienziale, almeno a livello narrativo, presumibilmente ha esacerbato questo aspetto e ha reso impossibile fornire un "luogo di ascolto, di accompagnamento e di riferimento nelle varie fasi della malattia": piuttosto il corso è stato utile per coloro -soprattutto caregiver- che ricercavano tempo per sé rispetto ad impegni sociali esterni. In questo senso, "Cerca la vita" ha costituito per alcuni un "luogo di costruzione del ben-essere possibile a livello individuale", ma sembra aver avuto pochi effetti sul "ben-essere possibile a livello [...] comunitario sotto l'aspetto socio-sanitario". Sarebbe utile una riflessione sulla strutturazione della condivisione a fondamento del gruppo, nonché l'individuazione di momenti di condivisione informali, in grado di evitare che la dimensione individuale ripieghi su se stessa senza culminare nella costruzione di nuove forme d'intersoggettività.

## Bibliografia

- Bruner J, 2002, *La fabbrica delle storie. Diritto, letteratura, vita*, Roma-Bari: Laterza.
- Charon R, 2004, "Narrative and medicine", in *The New England Journal of Medicine*, 350(9): 862-864.
- Csordas T, 1993, "Somatic Modes of Attention", in *Cultural Anthropology*, 8(2):135-156.
- Farmer P, 1999, *Infections and Inequalities: The Modern Plague*, Berkeley: University of California Press.
- 2005, *Pathologies of Power: Health, Human Rights, and the New War on the Poor*, Berkeley: University of California Press.

- Good B, 1999, *Narrare la malattia. Lo sguardo antropologico sul rapporto medico-paziente*, Torino: Edizioni di Comunità (ed. orig. 1994, *Medicine, Rationality, and Experience: An Anthropological Perspective*, Cambridge: Cambridge University Press).
- 2006, "Un corpo che soffre. La costruzione di un mondo di dolore cronico", in Quaranta I (ed), *Antropologia medica. I testi fondamentali*, Milano: Raffaello Cortina Editore (ed. orig. 1992, "A body in pain – The making of a world of chronic pain", in Del Vecchio-Good MJ, Brodwin PE, Good B, Kleinman A eds, *Pain as Human Experience: An Anthropological Perspective*, Berkeley, Los University of California Press).
- Jacob F, 1983, *Il mondo dei possibili*, Milano: Mondadori.
- Morin E, 2007, *La conoscenza della conoscenza*, Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Quaranta I, 2006, "Introduzione", in *Annuario di Antropologia "Sofferenza sociale"*, 6(8): 5-16.