

**Gruppo di studio
sulle applicazioni sociali
del Modello Comunicativo Evolutivo
(2000-2006)**

APPUNTI RELATIVI AGLI ANNI 2000-2001

a cura di Graziella Galeotti e Beatrice Roggi

Il gruppo di studio sulle applicazioni sociali del Modello Comunicativo Evolutivo, coordinato dalla dott.ssa M.Gina Meacci, si è svolto con regolarità prima settimanale poi quindicinale nel suo studio dalle ore 21 alle ore 23 del lunedì da febbraio 2000 a dicembre 2006.

Scopo di questo lavoro, che comprende il periodo dal 21 febbraio 2000 al 17 dicembre 2001, è quello di restituire ai partecipanti al gruppo di studio stesso ed a tutti coloro che hanno seguito le attività della dott.ssa Meacci un resoconto dei singoli incontri.

Tali sintesi derivano dagli appunti di alcune partecipanti, appunti che sono stati, quando possibile, confrontati fra loro per trarne una versione più chiara e completa.

Purtroppo mancano gli appunti dell'incontro del 17 aprile 2000, per nostre assenze.

Un vivo ringraziamento a Emanuela Capezzuoli e Cecilia Puliti, che hanno condiviso con noi i loro appunti. Un ringraziamento anche a Anna Buia e Emanuela Capezzuoli per l'attenta lettura del testo e la sistemazione grafica.

LEGENDA:

MCE: Modello Comunicativo Evolutivo

CN: Condizione Necessaria

PO: Principi di organizzazione

FP: Frontiera personale

Alcune volte si trovano tra virgolette parole inventate dalla dottoressa Maria Gina Meacci, che abbiamo voluto lasciare così come ci sono state donate.

ANNO 2000

Il gruppo di studio inizia con tre incontri (21 febbraio, 28 febbraio e 6 marzo 2000), a cui segue il gruppo di studio vero e proprio con inizio il 20 marzo 2000.

21 febbraio 2000

Con il gruppo di studio sulle applicazioni sociali del sistema comunicativo-evolutivo, la dott.ssa Maria Gina Meacci vuole formare un gruppo non solo di studio, ma anche di lavoro sul M.C.E.: suo scopo è anche formare degli operatori.

Il modello comunicativo evolutivo è nato a scopo terapeutico e si è rivelato molto valido nella cura dell'anoressia.

Nel nostro gruppo, che appartiene alla prima classe di relazione, la condizione necessaria (genitore, maestro, allenatore ecc., nel nostro caso la dott.ssa Meacci) deve essere sempre molto cauta – una sua parola in più o in meno può avere conseguenze imprevedibili.

28 febbraio 2000

In un gruppo di apprendimento, come il nostro, è necessario un senso di appartenenza. All'inizio, in ogni gruppo, c'è un momento di caos. Il terapeuta, il consulente, il coordinatore di un gruppo, cioè la condizione necessaria deve rispettare l'individualità di ognuno dei partecipanti, deve esercitare la compassione per tutti, per chi è al primo incontro, per chi già opera come coordinatore, etc.

Nella compassione deve essere compiuta l'azione giusta, che deriva dall'aver capito in modo giusto e nel momento giusto un'altra persona.

La compassione è la più complessa delle attività umane.

6 marzo 2000

Dai comportamenti dei nostri inesperti possiamo capire molto della nostra frontiera personale, del rapporto che abbiamo con noi stessi.

Se il comportamento della C.N. è adeguato, c'è evoluzione nell'inesperto e anche nel protagonista che acquisisce maggiore complessità; viceversa, di fronte ad un comportamento inadeguato della C.N., si crea nell'inesperto involuzione.

Gli ambiti.

Quando offriamo al nostro inesperto un "ambito" pulito, egli ne trae giovamento.

Gli ambiti sono un prodotto della F.P.

Sono molto delicati e dobbiamo essere molto prudenti.

Un rapporto può cambiare ambito (un collega di lavoro che poi diventa amico, per es.), ma nel rapporto genitori-figli il rapporto ed i relativi ambiti non cambiano mai.

20 marzo 2000

Metacomunicazione

Si tratta di una comunicazione su una comunicazione.

Metacomunicazione inconscia: può avvenire durante una interrelazione come reazione inconscia a quanto noi abbiamo detto o fatto (esempio del cliente di Langs che racconta del camionista pazzo).

È difficile mantenere gli ambiti adeguati soprattutto se la struttura nella quale operiamo ci ostacola (vedi rapporto con un capo caotico oppure con colleghi “protagonisti”).

In un ambito bisogna saper operare fino ai bordi del medesimo dove la situazione è più dinamica. All’inizio si può restare nel mezzo tastando via via gli spazi col piede e con la mano, perché l’ambito adeguato non deve essere né rigido né statico.

27 marzo 2000

Gli ambiti

La capacità di delimitare bene gli ambiti è una funzione della F.P. ed è una funzione molto netta. I margini di ogni ambito sono ben delimitati, sono precisi per quel tipo di rapporto. Possono anche cambiare, prendere più o meno spazio, però sono sempre ben delimitati (Es. del fegato ingrossato che è comunque delimitato dagli altri organi).

I bordi non sono mai ambigui.

La precisione è una caratteristica dei sistemi complessi.

Es. della paziente di una terapeuta che lavora con la dott.ssa Meacci:

Primo giorno di scuola della figlia: la terapeuta, dopo la seduta, va a prendere la figlia a scuola sapendo che la scuola è davanti alla fermata dell’autobus che sta aspettando la sua paziente e che la incontrerà.

Nella seduta successiva la paziente critica Cicciolina che, pur essendo parlamentare, si mostra nuda.

In seguito la paziente è diventata molto depressa.

Quando si è C.N. è necessaria una certa opacità.

La C.N. deve tener d’occhio i comportamenti dei suoi protagonisti. Di fronte a comportamenti involutivi dei suoi protagonisti, deve cercare i P.O. di quei comportamenti.

Di fronte a comportamenti evolutivi, la C.N. deve essere presente, ma lasciare ai suoi protagonisti la possibilità di auto-organizzarsi

La C.N. deve agire, non reagire.

In un gruppo deve reggere la confusione dei protagonisti. Se interviene, etero-organizza; però deve saper mantenere la confusione ad un livello che sia tollerabile per tutti.

3 aprile 2000

Tutte le osservazioni sul comportamento e sull’organizzazione di un gruppo rientrano nell’ambito della metaorganizzazione e della metacomunicazione.

È molto importante mantenere la doppia visione: dell’individuo e del gruppo (l’occhio “gruppale”).

La dott.ssa Meacci dice che, quando uno è coordinatore in un gruppo e avverte un livello di risposta conscio e uno inconscio deve scegliere il livello inconscio.

10 aprile 2000

Si parla del libro di Alberto Gandolfi (*Formicai, imperi, cervelli. Introduzione alla scienza della complessità* – ed. Bollati Boringhieri, 1999).

Quando si lavora coi sistemi complessi, non si può semplificare né pensare in modo lineare. La mentalità autoritaria per es., è un chiaro esempio di semplificazione della complessità. Per lavorare con la complessità, bisogna fare in modo che la complessità venga fuori, che emerga. Per studiare la complessità, bisogna usare la: “tecnica del piedino”. È, infatti, nel confine fra due componenti (ordine e disordine) che c’è la complessità ed il “piedino” va a cercarla. Quando la dott.ssa Meacci chiese, in uno degli ultimi incontri, se si doveva o no parlare nel nostro gruppo degli altri gruppi a cui avevamo partecipato e a quelli a cui stavamo partecipando, emersero opinioni diverse, perplessità e la dott.ssa Meacci, che stava mettendo il suo “piedino”, decise che era bene non parlarne. Tutti gli elementi sono indicazioni della bontà o meno delle scelte effettuate.

17 aprile 2000

assente chi prendeva gli appunti

8 maggio 2000

Acquisire una mentalità comunicativo-evolutiva non vuol dire conoscere una teoria, vuol dire essere una teoria operante.

Ognuna di noi non legge e basta la realtà, la significa e la significa in funzione della propria storia. È molto difficile quindi, leggere i comportamenti di chi ci riguarda molto da vicino (es. figli, allievi ecc.). In questi casi è necessario andare a vedere i prodotti, cioè i comportamenti e le azioni dei nostri protagonisti.

Non si crea complessità quando la C.N. usa il potere spostandolo dalla funzione alla persona.

La complessità è evolutiva e si crea dove ci sono le condizioni adeguate.

Si parla della compassione

Quali sono i primi passi per un atteggiamento compassionevole?

Un primo passo è ascoltare.

Sembra una cosa da niente, invece è molto complessa.

Essere “decontratti” (per usare un termine francese) è la posizione giusta per ascoltare un’altra persona.

La compassione è l’esperienza più evoluta che può fare l’essere umano.

Essere compassionevoli vuol dire sapersi modulare da “fumo” a “cristallo” (vedi libro “Tra il cristallo e il fumo” di Henri Atlan).

Se, per es., sto troppo male per un’altra persona (la dott.ssa Meacci dice: per es. per più di due ore), se mi sento troppo coinvolta nella storia e nel dolore di un altro, passo dalla compassione alla identificazione.

Perché ci sia compassione ci deve essere reciprocità, ci devono essere rapporti simmetrici, non ci deve essere identificazione.

15 maggio 2000

La dott.ssa Meacci propone di pensare se a settembre prossimo qualcuna di noi è pronta a passare dalla parte della coordinazione. Questo servirebbe molto alla formazione della mentalità comunicativo-evolutiva perché ci porterebbe a vedere i gruppi dalla parte della C.N., quindi con una doppia prospettiva.

La C.N. deve avere molta cura dei dettagli, perché i protagonisti percepiscono tutto, essendo di “fumo”.

22 maggio 2000

Si discute se il nostro gruppo debba rimanere un gruppo a numero chiuso o se possa aprirsi ad altri partecipanti.

Si decide di essere un gruppo aperto e questo significa l'elasticità della F.P. del gruppo stesso.

Viene fatto l'esempio del "bambolotto sempre in piedi": ad ogni perturbazione reagisce, ma non perde mai il suo baricentro.

Chi non accetta le perturbazioni e si difende da queste ha una F.P. rigida.

I P.O. possono essere definiti anche "invarianti della propria identità". Ecco un esempio: dopo le infinite perturbazioni che la vita mi riserva io non devo rimanere identica a me stessa, devo rimanere me stessa, "centrata sul mio asse".

Se io non avessi un asse a cui poter tornare, vorrebbe dire che per vivere sul mio asse ho bisogno di un marito, di un'associazione, di qualcuno o di qualcosa che mi sorregga e mi faccia stare sul mio asse.

Per rendere l'idea della complessità è talvolta necessario usare le immagini, perché il linguaggio verbale è troppo lineare.

29 maggio 2000

Più uno è evoluto, più è complesso, più può osare nella vita. Può permettersi perturbazioni, cioè oscillazioni più ampie perché ha la capacità di ritrovare il suo asse. Quindi: più l'asse è complesso, più si ha la possibilità di ritrovarlo.

Si è adulti quando si diventa il proprio asse, cioè quando siamo contemporaneamente protagonisti e C.N. di noi stessi.

In un gruppo, per es., l'asse non può essere la condizione necessaria altrimenti il gruppo sarebbe una brutta copia della C.N.

È il gruppo che deve imparare a reggersi sul proprio asse, asse che è stato costruito dal gruppo stesso.

L'auto-organizzazione è molto difficile e non può avvenire in una situazione di caos totale; c'è bisogno di una situazione in cui la C.N. favorisca l'auto-organizzazione.

In un gruppo è il coordinatore, cioè la C.N., che rende possibile o no l'auto-organizzazione.

L'auto-organizzazione, per es., non è possibile in un adolescente. Gli adolescenti, sempre per fare un es., possono riunirsi, da soli, per giocare a calcio, ma non per costituire un gruppo autogestito sul teatro.

La possibilità di auto-organizzarsi ci accompagna per tutta la vita, dalla nascita alla morte.

4 giugno 2000

Lo "sbrodolamento", l'invasione degli ambiti, le violenze subite ogni giorno creano rabbia.

La rabbia, se non è inserita nell'ambito giusto, cioè se non è rivolta a chi ci "violenta", spesso va a finire nel nostro corpo o si indirizza verso degli innocenti (es. la guerra).

19 giugno 2000

Ci sono 4 classi di rapporti.

Ognuna di queste classi ha una "costituzione" sua propria che permea l'insieme dei P.O.

Questa "costituzione" è la matrice dei comportamenti possibili dentro quel rapporto. Quando la

“costituzione” è impostata male il rapporto avrà dei difetti, che vengono dalle sua fondamenta.
Un es. di “costituzione” sbagliata è quando un superiore dà del tu ad un inferiore, perché in un buon rapporto è necessaria la giusta distanza.
Nel Sistema Comunicativo Evolutivo forma e sostanza sono due fiumi che devono viaggiare insieme.
In tutti i rapporti c’è una “distanza” ed una relazione., che può essere adeguata (evolutiva) ed una inadeguata (involutiva).
La distanza è una componente nella costituzione di un rapporto, è un principio organizzatore di tutti i rapporti.
Il passaggio del figlio da bambino ad adolescente presuppone un cambiamento nella distanza fra genitori e figli.
In ogni rapporto ci deve essere una costituzione.
Anche la conversazione fra amici è un rapporto che ha la sua costituzione implicita, perché mi aspetto che un amico non mi farà certe domande.

26 giugno 2000

Quando in una coppia (amicizia o amore) si hanno dei disagi relazionali è bene esplicitarli, comunicare i propri desideri o i disagi, riferirli all’altro/a per vedere se si possono trovare punti di accordo che vadano bene a tutti e due, per diminuire le distanze personali e culturali.
Tutti i protagonisti sono ipersensibili alle forme, ai comportamenti delle loro C.N., che sono necessarie alla loro evoluzione.
Ognuno ha un suo modo di relazionarsi all’altro/a. In un rapporto di classe seconda la distanza, che è necessaria in ogni rapporto, deve essere la stessa per tutti e due i componenti la relazione stessa e deve andare bene a tutte e due. La distanza non è sempre la stessa, può cambiare nel tempo e a seconda delle situazioni.
Un sistema può essere chiuso o aperto.
In un sistema chiuso si forma entropia, disordine; un sistema chiuso è troppo rigido e per niente perturbabile. Un sistema può essere anche troppo aperto nel senso che cambia idea o si lascia perturbare troppo facilmente. In un gruppo è molto importante saper misurare il grado di apertura o di chiusura.

3 luglio 2000

Quando c’è una perturbazione (es. trasloco, gravidanza ecc.) la condizione necessaria relazionale affronta un compito molto difficile.
Se ci sono delle ingiustizie è importante che queste siano condivise da tutti. Ci deve essere in un organismo pluricellulare (coppia o amicizia) un equilibrio fra l’egoismo e l’altruismo. Ognuno deve correre i propri rischi e assumersi le proprie responsabilità.

11 settembre 2000

Un obiettivo di questo gruppo è formare operatori del sistema comunicativo-evolutivo. Per diventare un operatore comunicativo-evolutivo, è necessario che i concetti formino parte della propria prospettiva di vita. Occorre quindi vivere sette giorni alla settimana secondo il M.C.E.

Un operatore comunicativo-evolutivo non può applicare un sistema se non ha incorporato la relativa prospettiva relazionale.

In questo gruppo ci possono essere obiettivi diversi (e ci sono), ma non possono essere contrapposti. L'evoluzione procede a salti, non in modo graduale ed ognuno di noi deve rispettare i tempi dei propri "salti".

La dott.ssa Meacci espone il programma per il nostro gruppo da ora a giugno: studiare i 4 tipi di rapporti, le grandi "costituzioni".

- rapporti in cui uno è la condizione necessaria;
- rapporti in cui siamo coprotagonisti e co-condizione necessaria;
- rapporti di lavoro;
- rapporti fra sé e sé.

Le donne hanno una "costituzione" implicita che è quella di non prendersi cura di se stesse.

La donna è sempre stata considerata come "generatrice di cure".

Possiamo lavorare, nel nostro gruppo:

- 1) con esempi concreti donati da noi al gruppo (senza fare domande a chi parla per non entrare in argomenti che la proponente non ci ha donato);
- 2) parlando di noi, come gruppo.

18 settembre 2000

Ervin Lazslo dice che: "se le condizioni sono adeguate il sistema necessariamente evolve". Ma è vero anche il contrario.

Le costituzioni sono un sistema di regole né scritte, né verbalizzate, né pensate: sono come ciò che, per es., sostiene un arco che sostiene una stanza.

Una cellula è una costituzione, è la cristallizzazione di regole che organizzano le cellule stesse.

Gli stati di salute sono un meraviglioso specchio per vedere se la costituzione funziona bene o no.

Le malattie sono la rottura dei livelli di organizzazione (e si parla, in questa occasione del tumore).

Uno deve fare tutto il possibile per entrare nell'onda dell'evoluzione e deve fare tutto il possibile per non entrare nell'onda dell'involuzione: questo è un lavoro, un impegno permanente, in cui niente è garantito. Noi siamo come delle enormi antenne che captano le forme esistenti nell'universo. Lavorando sulla nostra frontiera personale possiamo cercare di captare le forme evolutive e di evitare quelle involutive.

Una scelta non può essere solo razionale perché noi siamo molto di più della razionalità.

25 settembre 2000

Nel nostro gruppo, per arginare e contenere l'anarchia che si può formare, è necessario darsi una buona organizzazione e delle regole per stare sul "bordo del caos" dove c'è abbastanza libertà per auto-organizzarsi e dove ci sono anche abbastanza regole, "vincoli", per evitare la frammentazione anarcoide. Lo scopo è un'organizzazione democratica anche se questa richiede più tempo e più impegno. Raggiungerla significa camminare sul bordo per un periodo più o meno lungo e per alcune di noi il pericolo di scivolare nell'anarchia è più evidente.

Il M.C.E. lavora con le domande dei protagonisti, ma dobbiamo ricordare che per rispondere alle domande ci vuole molta esperienza e rispetto degli ambiti. Si può non capire niente per cinque mesi e capire tutto il sesto, arrivando al traguardo insieme agli altri, proprio come il bambino piccolo che può imparare a camminare e a parlare in tempi diversi, comunque a tre anni tutti i bambini, generalmente, sanno camminare e parlare.

2 ottobre 2000

Nei sistemi complessi e nella logica evolutiva tutto quello che non è vietato è permesso.

Nei sistemi lineari e nella logica autoritaria tutto ciò che non è permesso è vietato.

Il vincolo:

un vincolo determina al tempo stesso una impossibilità ed una serie di possibilità. I vincoli sono necessari all'evoluzione dei protagonisti, ma devono essere vincoli adeguati.

Es. se uno ha gli arti superiori, non può avere le ali.

Un bambino può sentirsi smarrito se non ha vincoli. Gli adolescenti hanno bisogno di buoni vincoli che vengono incorporati nella loro F.P. Agli adolescenti va data una libertà adeguata, ai bordi del caos, perché solo così essi possono auto-organizzarsi.

Quando un genitore è in crisi, non sa come fare col proprio figlio adolescente, controlla: ma nessun meccanismo di controllo porta all'evoluzione del protagonista che deve gestire da solo la propria "cosa", senza sentirsi abbandonato.

Senza vincoli possiamo cadere nell'anarchia. Pur rispettando i vincoli, dobbiamo offrire delle possibilità, e, al tempo stesso, dei vincoli ai nostri figli che altrimenti si sentono smarriti.

La F.P. è un'organizzazione che organizza un insieme di P.O. È una "costituzione incarnata". Le emozioni, per es., comprendono una parte fisiologica ed un'altra che possiamo chiamare socio-mentale.

Come gestire le emozioni?

- da un punto di vista fisico: respirando.

- da un punto di vista socio mentale: partendo per un'impresa eroica nelle tre aree: fisica, mentale e sociale.

Noi non abbiamo accesso diretto ai P.O., ma possiamo introdurre nella nostra F.P. nuovi P.O. attraverso l'impresa eroica.

9 ottobre 2000

Quando un genitore non sa cosa fare controlla.

Il controllo non porta mai all'evoluzione. L'evoluzione è al bordo del caos dove c'è poco controllo e poca anarchia. La F.P. se evolve si sviluppa con articolazioni sempre più complesse. L'esperienza della compassione richiede una complessità della F.P. che è impossibile se essa è circondata da regole autoritarie.

Agli adolescenti va data una libertà adeguata, al bordo del caos, perché solo così possono auto-organizzarsi.

Bisogna lasciare che il protagonista prenda la sua strada senza mai abbandonarlo. Per es. la mamma che sta ai giardini sulla panchina a cucire, mentre il bambino va sullo scivolo: la madre è occupata, ma presente mentre il bambino si auto-organizza.

I vincoli sono necessari per permettere una articolazione sempre più complessa della F.P. del protagonista. I vincoli li fornisce l'esperto all'inesperto, la C.N. al protagonista. La maggior parte dei P.O. passa a livello non verbale.

L'auto-organizzazione dipende dalla natura dei vincoli che devono esserci, ma devono essere adeguati. Senza vincoli non c'è auto-organizzazione.

Quando uno si sente in colpa è troppo accondiscendente.

16 ottobre 2000

Per il M.C.E. diventare autonomo significa diventare protagonista e C.N. di se stessi, cioè sapersi prendere cura della propria evoluzione, dandosi i P.O. necessari per realizzare le proprie passioni.

La F.P. è una organizzazione che può nascere solo da una rete di relazioni, non semplicemente dal soddisfacimento dei bisogni.

Non possiamo vivere senza un'organizzazione relazionale, altrimenti moriremmo.

La F.P. evolutiva è:

- fortemente relazionale
- fortemente autonoma
- fortemente autoreferenziale
- fortemente compassionevole.

Autonomia: non vuol certo dire non aver bisogno degli altri, ma significa prendersi cura delle proprie passioni e della propria evoluzione.

Autoreferenzialità : (al di là dell'eccezione negativa corrente). Sono autoreferenziale quando riesco a darmi ciò che mi serve per autosostenermi. Più siamo autoreferenziali più possiamo essere compassionevoli.

Maturana e Varela parlano di autoreferenzialità come autopoiesi.

Es. una cellula lavora per produrre prodotti che producono prodotti per continuare a produrre prodotti.

Es. cellula -----> citoplasma -----> cellula-----> autopoiesi = darsi una forma da sé.

La F.P. è un sistema complesso e ci permette di essere autoreferenziali e al tempo stesso di creare relazioni interpersonali. Una persona aggressiva ha un livello di controllo dell'ambiente circostante più alto di una persona tranquilla. È forte la tentazione di intervenire in una relazione problematica, ma si deve intervenire solo se ci viene chiesto e solo sulla relazione.

23 ottobre 2000

Si parla della specificità del nostro gruppo di studio. Alcune partecipanti fanno notare che la dott.ssa Meacci in questo gruppo è molto diversa rispetto al suo "modularsi" in altri gruppi, per es. in quello sulla menopausa, che molte partecipanti stanno frequentando.

La dott.ssa Meacci precisa che in questo gruppo non passa l'emozione e non si può parlare di casi personali; inoltre questo gruppo ha delle caratteristiche tutte particolari: non ha una data di fine ed è un gruppo che si auto-organizza.

Il protagonista è sia il gruppo sia il singolo.

Ogni gruppo forma una sua F.P. ed una sua frontiera culturale che è il prodotto del gruppo stesso, delle regole accettate dal gruppo stesso. Nel nostro gruppo, oltre al rapporto fra sé e sé ci sono due classi di rapporto:

- 1) noi protagonisti e la dott.ssa Meacci, nostra C.N. (1^a classe).
- 2) noi co-protagonisti e co-condizione necessaria del gruppo (2^a classe).

La dott.ssa Meacci nota che sta crescendo questa seconda classe di rapporto.

In un gruppo di lavoro si lavora bene se ci si ascolta, ci si protegge, ci si auto-organizza. La coordinazione deve favorire l'evoluzione delle relazioni di 2^a classe all'interno del gruppo, non essere troppo coinvolgente, lasciare spazio alla libertà di auto-organizzazione dei protagonisti.

30 ottobre 2000

Si parla di auto-organizzazione e vincoli.

Non c'è auto-organizzazione senza vincoli.

Il vincolo è al tempo stesso regola e possibilità. La complessità non si raggiunge senza regole.

Una cellula senza vincoli è una cellula tumorale. I bambini hanno bisogno di almeno un esperto per diventare essere umani. Questo è il primo vincolo.

Le regole devono essere poche e buone. La libertà contempla l'accettazione dei vincoli propri e

altrui. La libertà assoluta non è evolutiva.

Il vincolo limita l'impossibilità, non la possibilità. Il primo vincolo di un bambino piccolo è quello di aver bisogno di un adulto di riferimento.

Il vincolo contiene sempre anche la possibilità.

Moltissimi vincoli sono naturalmente inconsci. Es. la grammatica per il bambino che inizia a parlare prima di conoscere le regole grammaticali. Ci sono, accanto a questi, dei vincoli arbitrari, che sono sempre involutivi. Nei mondi dove abbiamo buoni vincoli, i nostri mondi evolvono, aiutati dai vincoli. Come si fa a cambiare i vincoli inconsci? Con l'impresa eroica che deve essere compiuta nei tre mondi (mente, corpo e mondo), perché non si sa in quale mondo sia il vincolo arbitrario. Non possiamo compiere l'impresa eroica in un solo territorio, perché non possiamo sapere dove sta il buco nero, il vincolo arbitrario che deve essere sostituito con un vincolo adeguato. Con le imprese eroiche ci "equipaggiamo" per affrontare le nostre imprese esistenziali.

Si parla del rancore.

I sentimenti negativi, come per es. il rancore, sono difficili da sentire e la maggioranza di noi non ha l'equipaggiamento adeguato per sentirli. Un rancore che si può sentire è un rancore che si può estinguere, se lo attraversiamo, se lo viviamo. Fortemente involutivo è invece il rancore che non possiamo sentire. Dobbiamo sempre cercare di "sentire" i nostri sentimenti, anche quelli dolorosi. Nostro obiettivo è poter accompagnare i nostri sentimenti. In una relazione antagonista è importante la chiusura (cristallo) per difendersi e non spezzarsi, ma importante è anche l'apertura (fumo) per capire le intenzioni dell'altro, per ascoltarlo.

6 novembre 2000

Cosa vuol dire essere dalla parte della coordinazione?

Vuol dire uscire dalla propria prospettiva per mettersi in quella della C.N., vuol dire fare l'esperienza della compassione. Sviluppare un occhio attento alla coordinazione, vedere sia cosa sta succedendo nel gruppo fra i partecipanti, sia tra il gruppo e la coordinatrice. Chi è dalla parte della coordinazione deve stare in silenzio, perché parlare ed intervenire vuol dire entrare nell'arena della riunione: ci vuole un cambio di prospettiva. Bisogna scrivere, la sera o il giorno dopo, e poi ci sono periodiche riunioni fra la coordinatrice e chi sta dalla parte della coordinazione.

Se la coordinazione non è buona il gruppo si perde e vengono fuori i peggiori comportamenti di tutti i partecipanti.

Chi è dalla parte della coordinazione deve sviluppare un occhio "gruppale" in orizzontale (co-protagonismo) e in verticale (vedere il gruppo come un insieme che si muove insieme alla coordinatrice)

La dott.ssa Meacci parla della compassione dura. Si ha quando è veramente difficile per noi stare zitti e non dire quello che pensiamo perché l'altro non è in quel momento capace di ascoltare. A volte quando uno è pieno di rabbia, di rabbia tenuta dentro, non sa ascoltare le parole dell'altro e magari lo esclude dalla relazione. Se escludiamo un altro dalla relazione è per le esclusioni autoritarie che abbiamo subito noi, nella nostra vita. Tutte le esclusioni autoritarie sono etero-organizzazioni, sono esclusioni da relazioni che ci riguardano.

13 novembre 2000

La C.N. per permettere l'auto-organizzazione del protagonista deve correre dei rischi. Occorre creare luoghi ed occasioni dove le C.N. (es. i genitori) possono essere protagonisti e co-protagonisti per imparare ad essere buone C.N. Se una madre fallisce con il proprio figlio, non lo fa per cattiveria, ma perché non riesce a fare altro.

Le istituzioni hanno bisogno di acquisire forza che non è la forza dell'autoritarismo, ma è la forza della "Tenuta", che permette di reggere gli urti. Non c'è stato negli ultimi decenni un superamento ma un crollo dell'autorità e si è creato un vuoto – per es. nella scuola è crollato l'autoritarismo, senza che sia stato superato o sostituito con valide alternative. Questo è successo anche in molte famiglie. La democrazia è molto più forte dei regimi autoritari, perché sostiene gli urti.

20 novembre 2000

Si parla della funzione della C.N. nei gruppi.

La dott.ssa Meacci sta tenendo un gruppo di apprendimento su "Impariamo dai nostri figli adolescenti ad essere genitori" alla scuola media Piero della Francesca. Ci sono due partecipanti che seguono il gruppo dalla parte della coordinazione.

Si parla del primo incontro di questo gruppo di apprendimento.

La dottoressa ha notato nell'incontro alcuni errori: il primo errore è l'intervento del direttore del progetto alla fine dell'incontro. Il secondo errore è: il progetto è gestito dal SERT e due genitori del SERT si sono alzati per distribuire le fotocopie dei racconti che la dottoressa aveva portato per iniziare con questi l'incontro.

Per la dottoressa era giusto che ognuno dei partecipanti dovesse alzarsi e prendere le fotocopie.

Cosa significa coordinare un gruppo ?

Coordinare significa stare attenti, lasciando che si formi l'auto-organizzazione e tener presenti anche i più piccoli dettagli.

La C.N. non agevola la dipendenza ma la accetta. Se non si agevola, se non si favorisce la dipendenza, allora avanza e si forma l'indipendenza. Non si può spingere verso l'indipendenza, ma l'importante è non agevolare la dipendenza.

Compassione nei confronti di se stessi.

La compassione per se stessi è ascoltare i propri sentimenti.

La compassione è una capacità che si deve curare e sviluppare.

Avere compassione significa vivere l'esperienza dalla prospettiva dell'altra persona.

L'altra persona potremmo essere anche noi stessi. Quando uno sta male, si sente una vittima e perde la doppia prospettiva; in questo momento per es. è molto importante cercare le persone giuste che ti aiutino a capire se sei vittima davvero, come ti sembra, o se stai esagerando.

27 novembre 2000

La coordinatrice deve tenere una postura, una posizione un modo di parlare e di gesticolare che non siano esagerati, non può mangiare caramelle o bere tè. Non deve tenere un comportamento artificioso, ma una posizione compassionevole per favorire l'autoorganizzazione del protagonista.

La compassione è apertura estrema e concentrazione simultanea su se stessi.

La C.N. deve avere compassione nei confronti dei protagonisti, per favorire la loro evoluzione.

La C.N. deve tenere il gruppo in modo che non ci siano tensioni o conflittualità e stare attenta che gli ambiti siano rispettati e non sfondati. Se fra i genitori di una classe c'è contrasto fra più gruppi, significa che i "coordinatori" non riescono a tenere la situazione.

La C.N. deve offrire ai suoi protagonisti lo spazio fisico, lo spazio mentale e lo spazio relazionale adeguato per la loro evoluzione, cioè deve offrire:

- buoni Principi Organizzativi,

- la possibilità che i protagonisti sviluppino i comportamenti legati ai quei Principi Organizzativi.

Per quanto riguarda gli "ambiti" bisogna sapere che è molto difficile "tenere gli ambiti" per questo è necessario un apprendimento permanente. Chi si accaparra ambiti che non gli spettano crea involuzione.

4 dicembre 2000

Non è giusto parlare del gruppo sulla menopausa “Donna non ti spezzare” finché non è finito, perché nel nostro gruppo di studio ci sono delle partecipanti al suddetto gruppo.

Gli ambiti sono invisibili, ma sono nettissimi e sono un diretto prodotto della frontiera personale.

Per le vacanze natalizie rileggiamo due libri sulla complessità: Alberto Gandolfi, *Formicai, imperi, cervelli. Introduzione alla scienza della complessità*, ed. Bollati Boringhieri – 1999 e Silvio Cammarata, *Complessità 2000. Un’odissea fra ordine e caos*, ed. Etas/scienze umane.

La dott.ssa Meacci ci chiede di scrivere le nostre impressioni nel rileggere testi già letti e discussi nel nostro gruppo. Questo ci può servire come autovalutazione e autoverifica.

Un sistema è tanto più tollerante quanto più è evoluto.

Più ambiti uno è capace di gestire adeguatamente, più uno è complesso e quindi più tollerante.

Per essere evolutivi bisogna essere modesti.

Il sistema conscio parla per narrazioni. Il sistema inconscio non ha accesso al pensiero lineare e quindi si esprime attraverso comportamenti, gesti, sogni, ecc. Una persona può avere una frontiera personale molto diversa fra un ambito e l’altro a causa del suo “rimosso”.

11 dicembre 2000

La confusione è una caratteristica di tutti gli apprendimenti.

Questo è un gruppo che non parte da un problema o da un disagio o da una difficoltà: parte dall’idea di apprendere e mettere in pratica una mentalità complessa.

Le libere associazioni per il Modello Comunicativo Evolutivo sono un prodotto dell’inconscio, per il modello psicoanalitico sono il prodotto dei desideri, dei bisogni rimossi.

18 dicembre 2000

Stabilire regole precise su chi entra a far parte di questo gruppo di studio o su chi esce, può essere pericoloso perché può voler dire cercare di controllare troppo. Invece, anche nel nostro gruppo di studio, dobbiamo vivere e sostenere l’incertezza, come in una coppia quando ci si separa, e non si sa se ci rinvieremo e a che prezzo.

ANNO 2001

8 gennaio 2001

Si parla dell'interpretazione e dei suoi limiti. L'interpretazione tende a collegare e a far derivare un fatto conscio da uno inconscio, è pericolosa e anche inutile, è una invasione di un fiume nei confronti dell'altro. Quando leggiamo la realtà, la interpretiamo, sempre.

I bisogni, gli obiettivi sono gli organizzatori delle nostre esperienze. Gli obiettivi sono attrattori, punti intorno ai quali il sistema si organizza. L'interpretazione nasce con Freud. Tutti siamo figli della cultura psicoanalitica. L'interpretazione è utile quando la "lettura" serve a capire il disagio, il problema e i bisogni dell'altro, e di conseguenza questo ci può far cambiare il nostro atteggiamento, che può così divenire più compassionevole. Quando le interpretazioni sviluppano nuove conoscenze, allora vanno bene. L'interpretazione deve essere compassionevole e non giudicante. L'inconscio si esprime sempre con una narrazione. Il testo della narrazione deve essere scarnificato, cioè privato della polpa (gli "arrangiamenti") per mettere in risalto l'osso.

Bisogna saper ascoltare, dare a chi parla tutto il tempo di raccontare; non si deve interrompere, chiedere, giungere alle conclusioni. Non si devono fare domande mentre uno parla.

15 gennaio 2001

Stamattina è morta una partecipante a molti dei nostri gruppi di apprendimento.

I partecipanti del gruppo di studio hanno voluto parlare delle loro esperienze di fronte alla morte di persone care.

Sentire i propri sentimenti.. saperli sostenere.. A volte ci troviamo a non avere gli strumenti per sentire e sostenere i propri sentimenti e si può essere schiacciati. Questo può accadere anche per il sentimento della felicità. Si ricorda l'immagine dei fiumi che scorrono: così i nostri sentimenti devono scorrere, fluire, non bloccarsi e non bloccarci.

22 gennaio 2001

Si possono registrare i nostri incontri? Una partecipante, assente per problemi di lavoro, ha chiesto la registrazione dell'incontro. La dottoressa è perplessa perché il nostro è un gruppo di studio e si devono vedere e registrare tutte le sottigliezze. Vuole vedere come si svolge l'incontro prima di decidere se registrare o no. Alcune partecipanti pongono domande e problemi al gruppo. La dottoressa, a questo proposito, ricorda che ci sono tanti tipi di sensibilità e che in questo gruppo dobbiamo trovare una forma che rispetti le sensibilità di ognuno.

Bisogna costruire un modo personale di essere affettivi e rispettosi delle singole sensibilità anche in un processo di apprendimento. Bisogna sempre ricordare che in ogni ambito i due fiumi devono viaggiare insieme.

Al termine dell'incontro la dott.ssa Meacci dice che il nostro inconscio stasera non si è espresso con chiarezza. Quindi decide che si potrà registrare utilizzando il materiale con molto rispetto per la privacy.

29 gennaio 2001

Decidiamo di registrare gli incontri e di parlare dei gruppi che la dott.ssa Meacci sta tenendo, ma solo dopo la loro conclusione. Uno dei rischi è non tenere la postura adeguata, anche come partecipanti. Non si deve interrompere, non fare domande perché con una domanda possiamo fare del male, entrare nel campo minato di un altro. Non si impara quando si ha paura, quando non ci sentiamo tutelati, quando sono troppo distanti i rapporti con la condizione necessaria.

C'è un'emozionalità adeguata ad ogni forma di apprendimento. Quando uno sbaglia ambito, entra in una situazione involutiva.

Tutti abbiamo una grande difficoltà a muoverci negli ambiti adeguati.

Quando si lavora col Modello Comunicativo Evolutivo bisogna imparare a tenere gli ambiti.

Se non manteniamo gli ambiti, corriamo dei pericoli. Bisogna stare molto attenti; soprattutto quando i rapporti non sono molto consolidati.

5 febbraio 2001

Si parla di energia sessuale e dei tabù e dei pregiudizi che su questo argomento la cultura, la nostra e molte altre, hanno prodotto.

La sessualità è un "legante" fra i nostri mondi. Per questo il controllo sulla sessualità è sempre stato considerato molto importante. È un modo per far sì che ognuno degli 80 mondi non possa far circolare la propria energia. Non siamo abituati a sentire né a gestire la nostra energia sessuale.

Se, per es., sfuggo o sminuisco i complimenti che mi fanno, vuol dire che non so gestire l'energia sessuale degli altri nei miei confronti.

Gestire la propria energia sessuale non significa né reprimerla (più spesso le donne) né arginarla (più spesso gli uomini) significa piuttosto sentirla, senza provare sensi di colpa, senza saltare addosso all'altro, né fare in modo che sia lui a saltarmi addosso.

Se l'energia sessuale scorre può facilitare l'apprendimento perché facilita l'apertura. Per es. in una terapia è negativo e pericoloso l'innamoramento nei confronti della C. N., ci deve invece essere l'innamoramento verso la propria evoluzione personale.

Si parla del petalo e del fiore: l'unità e l'insieme.

Quanto più sono autonomo, tanto più sono aperto agli altri. La dottoressa parla di "petalità" (suo "neologismo"). Rispettare l'ambito adeguato è svilupparsi in **autonomia** e in **armonia** con gli altri, come ogni petalo di fiore sviluppa la sua "petalità", formando un fiore armonioso. Questo non significa che tutti si debba avere una direzione predeterminata, perché questo è contrario alla teoria dei sistemi complessi, nei quali l'evoluzione è imprevedibile.

Ognuno di noi può essere visto come un petalo di fiore ma anche come un fiore a sua volta formato da vari organi (petali)

I narcisisti non amano se stessi: i protagonisti amano se stessi. Il narcisismo è una non-relazione.

12 febbraio 2001

Si parla del corso "Impariamo a conoscere se stessi" che la dott.ssa Meacci ha organizzato per tre Week-end ad aprile, maggio, giugno prossimi.

Tutto il lavoro con se stessi ha come obiettivo quello di poter apparire quello che si è.

Quando uno lavora su se stesso è nudo e quindi rischia.

19 febbraio 2001

La dottoressa pensa di non aver “tenuto” il gruppo lunedì scorso (12 febbraio) e di aver parlato troppo, nel nostro gruppo di studio, del corso che si articolerà nei tre week-end ed a cui solo alcune del gruppo di studio parteciperanno. Conseguenza: alcune delle partecipanti parlano della loro frontiera personale che durante la settimana si è rotta e raccontano alcuni episodi e momenti di disorientamento.

Si parla della rottura della frontiera personale.

Ci sono frontiere intra-personali che impediscono che certe rotture della frontiera personale ci facciano troppo male e, per esempio, allora ci “facciamo ammalare”. Alcune rotture della frontiera personale sono inevitabili e sono impersonali (per es. un furto), altre sono personali, legate alla persona che le subisce. Nelle rotture personali ci sono due percorsi possibili:

- La rabbia e l'ira.

- Il senso di colpa, causato dall'aggressività che non può riversarsi sul mondo e si riversa su di sé.

La frontiera personale organizza anche le relazioni interpersonali, il mondo di relazioni con gli altri con cui uno deve raggiungere una omeostasi.

Quando una persona, all'interno di un rapporto, cambia, deve essere compassionevole nei confronti dell'altra persona, che deve avere il tempo e la possibilità di capire il suo cambiamento. In un rapporto intimo la perturbazione dell'altra persona influenza l'organizzazione di tutti e due i protagonisti del rapporto.

Non si devono mettere le sicure agli ambiti, perché non si debordi da un ambito ad un altro: ci deve essere, nella nitidezza dei confini, la trasferibilità delle conoscenze da un ambito all'altro. Il nostro, per es. è un gruppo di studio, in cui la teoria ha bisogno di essere trasferita alla vita di tutti i giorni, e la vita di tutti i giorni deve essere trasferita a livello della teoria.

26 febbraio 2001

Alcune partecipanti esprimono perplessità sul nostro gruppo.

Una partecipante dice di essere motivata ai nostri incontri, ma che si è annoiata.

Lamenta la perdita di alcune regole interne al gruppo stesso, che lei ha sentito rompersi (per es. interventi troppo lunghi). Anche altre partecipanti esprimono disagio e vorrebbero interrogarsi sulla complessità, sull'interpretazione e su altre tematiche importanti.

La dott.ssa Meacci ricorda che la condizione necessaria deve sempre monitorare i protagonisti. Nel nostro gruppo c'è stata una rottura dell'ambito, evidenziato da alcune partecipanti. Un ambito può essere costruito, decostruito, poi ancora ricostruito.

La condizione necessaria a questo punto può attivare due tipi di intervento:

1. Intervenire, fermare, interrompere la rottura dell'ambito.
2. Tenere saldamente il gruppo, mantenere le condizioni adeguate alla sua evoluzione e sperare che qualcuno dei partecipanti le renda evidenti.

La dottoressa, secondo la teoria dei sistemi complessi, sceglie la seconda soluzione, perché un intervento della C.N. è un forte generatore di dipendenza.

C'è sempre un momento, anzi ci sono più momenti di disorganizzazione nei gruppi, fra gli amici, nei rapporti di ogni tipo.

In questi momenti di disorganizzazione la cosa più probabile è che si rompano gli ambiti. Il nostro gruppo deve autoregolarsi, senza un intervento della C.N., che renderebbe questa autoregolazione molto più difficile. Il meccanismo di autoregolazione deve nascere dal gruppo e, nel nostro caso, potrebbe essere per es. che ognuno autoregoli il proprio spazio per parlare. Per la C. N. è difficile aspettare, vorrebbe intervenire, ma sa che è profondamente sbagliato. Il gruppo deve autoregolarsi, auto-proporre cose, cambiamenti, regole che siano espressione di questo momento di vita del nostro gruppo di studio. Non ci devono essere interventi esterni e non ci saranno se il coordinatore non

interviene. In questo gruppo possiamo individuare una zona che sia accettabile sia per chi in quel momento ha più attiva la componente “TIRA” sia per chi ha più attiva la componente “MOLLA” (esempio del “tira e molla”). In questo gruppo di studio si deve creare una zona in cui tutti possano stare bene, sia chi si trova in posizione “tira” sia chi si trova in posizione “molla” e nessuno trovi insostenibile l’altra posizione. Tutti devono trovare in questa zona un certo grado di accettabilità. Per costruire questa zona è necessario porsi tante domande, che però non devono essere fatte dalla C.N.

La complessità si raggiunge aggiungendo, non togliendo ambiti, aggiungendo nuove forme, non togliendole.

La distanza adeguata

Una distanza inadeguata e una prossimità inadeguata generano dipendenza. Se uno è troppo disponibile genera dipendenza e se genera dipendenza si ha un protagonista usurpatore. Si può generare dipendenza sia con la distanza sia con la prossimità se queste sono inadeguate.

L’adeguatezza o l’inadeguatezza si misurano con il prodotto, osservandolo, monitorandolo.

Dare troppo genera dipendenza.

5 marzo 2001

Per quanto riguarda le registrazioni dei nostri incontri, decidiamo che chi ascolta la registrazione non può poi commentare nell’incontro successivo.

Si parla dei conflitti.

Un conflitto deve essere vissuto. L’importante è vivere il conflitto che c’è e non quello che non c’è (per es. se uno arriva al lavoro già nervoso per altri motivi).

La condizione necessaria deve provare anche l’ira, deve rispondere aggressivamente ad una aggressività, mantenendo l’aggressività in seno alla comunità di tutti gli altri sentimenti.

Se, per esempio, l’odio non viene sentito, se è un escluso, un esterno nei nostri sentimenti, questo è male, è pericoloso. Il male è un sentimento non vissuto, una situazione che si trascina, in cui l’odio è rimasto da solo. Un gruppo di studio non deve prevedere nessun tipo di monopolio, né del tempo né degli argomenti. Ognuno di noi spinge, all’interno del gruppo, a parlare di un determinato argomento, di lavoro, del rapporto fra sé e sé etc. e questo modula la vita del gruppo.

Poter esprimere i sentimenti cambia il modo di sentire gli stessi sentimenti.

Nel nostro gruppo è come se ci fossero due fiumi: uno relazionale e uno emotivo. Ci sono delle persone che sono in questo gruppo per operare, altre lo fanno per loro stesse. Questo è un momento di conflitto, che però non è fuori controllo se si lavora sul conflitto.

12 marzo 2001

Facendo riferimento al film “La stanza del figlio” di Nanni Moretti, una partecipante chiede se capita o se è capitato alla dottoressa che un analista o uno psicoterapeuta la domenica mattina parli al telefono con un suo paziente e gli conceda un appuntamento straordinario. La dottoressa dice che lavora con i pazienti da circa 30 anni. Nei primi quindici anni, quando lavorava col modello psicoanalitico, quanto sopra le è capitato poche volte, ma quelle poche volte è stata disponibile con il paziente ed ha concesso l’appuntamento extra. Nei secondi quindici anni, in cui ha lavorato, prima col sistema comunicativo, perfezionatosi poi in comunicativo evolutivo, non ha mai ricevuto una richiesta simile. Il terapeuta, il coordinatore non deve fare narrazioni, cioè non si deve mettere in collegamento col il proprio inconscio, anche se deve essere sempre sorretto da questo. La porta

del suo inconscio deve essere chiusa, ma non sbarrata per poter meglio ascoltare l'inconscio del suo o dei suoi protagonisti. Sono gli inesperti, i protagonisti che fanno associazioni o narrazioni.

Ognuno di noi ha un sistema conscio e almeno due sistemi inconsci:

- Quello naturalmente inconscio, che è universale, e che può farci capire se le risposte che diamo a livello conscio sono adeguate oppure no alla nostra evoluzione. È un accuratissimo percettore del fatto che una certa organizzazione o un principio organizzativo sia adeguato o meno alla evoluzione del gruppo. Il sistema inconscio è universale.

- L'altro sistema è quello del sistema rimosso: è personale e dipende dai nostri "buchi neri" e dai nostri traumi. L'inconscio rimosso non viene fuori attraverso le narrazioni, ma attraverso un comportamento.

Le narrazioni parlano di percezioni inconsce. Le interpretazioni, che facciamo sempre, hanno moltissime implicazioni e sono l'organizzazione di ciò che vediamo. Verbalizzare le interpretazioni può diventare una cosa molto pericolosa. Tutti abbiamo simboli universali. Ogni cultura sviluppa l'universale e gli universali di cui ha bisogno. Contestualizzare un'azione significa collocarla nel proprio contesto, per capirne il significato. Es.: è diverso se una persona che parla da sola ha l'auricolare del telefono oppure no.

La dottoressa, alla fine dell'incontro, sostiene di essere stata "incompassionata" perché pensa di non aver chiarito tutti i passaggi nelle sue spiegazioni.

19 marzo 2001

Inconscio rimosso

Non tutto l'inconscio individuale è rimosso. Un esempio di un inconscio non rimosso: a un anno di età la mamma mi ha detto; "quello è un gatto" Io ho imparato a riconoscere i gatti. Questo è per me un inconscio, ma non rimosso. Invece ci sono dei traumi nel rapporto per es. con una madre che poi sono andati nel rimosso perché perdessero la caratteristica di insopportabilità, perché diventassero sopportabili. Io ricordo il trauma, mi sono rimasti nell'inconscio tutti quei sentimenti che provavo quando, per esempio, mia madre per svegliarmi sbatacchiava la finestra. Mia madre lo faceva apposta, perché non tollerava che io dormissi troppo. Io trovavo insopportabile la cattiveria che lei mi faceva, e allora io, piccola, rimuovevo talvolta tutto l'evento, e altre volte parti dell'evento. Così ho rimosso le sensazioni che provavo e mi rimane una memoria parziale dell'evento. Quello che mi rimane è una ipersensibilità al fatto che mi sveglino male, che è collegato ai pezzi del "ricordo – puzzle" che ho rimosso. Quindi rimango ipersensibile al modo in cui mi sveglio la mattina e di fronte ad un atteggiamento simile provo, per così dire, una "reazione allergica".

L'inconscio rimosso è un buco nero. Altro esempio: se io sono stata rifiutata, posso poi fare l'opposto, cioè non rifiutare nessuno, anzi cercare situazioni difficili per dimostrare che non rifiuto nessuno, oppure posso essere anche io "rifiutante" ed appropriarmi di quel principio organizzativo involutivo. Comportandomi così, io non sono io, sono dipendente del rifiuto che ho subito. Sia che io continui a fare quello che faceva la mamma quando mi svegliava male, sia che io faccia il contrario, sono dipendente da quello che faceva la mamma (come continuità o come opposizione). In tutti e due i casi non posso sviluppare le mie caratteristiche sistemiche. Se uno ha avuto una madre che ha cercato in lui conforto, ha sviluppato una forte sensibilità a prendersi cura delle situazioni emotive degli altri. Oppure può agire completamente all'opposto, identificandosi nella vittima. In ambedue i casi esiste una dipendenza dal rapporto con la madre.

L'inconscio rimosso è sempre attivo. Se affiora di me una parte inconscia ed è l'analista a dirmelo, sicuramente questo rimarrà una cosa pensata, ma non sentita, mentre se acquisisco nuovi principi organizzativi, attraverso le imprese eroiche, allora i principi organizzativi involutivi saranno stemperati dalle articolazioni nuove che vengono prodotte da nuovi principi organizzativi in collegamento con le parti rimosse.

26 marzo 2001

Non è bene interpretare i sogni, perché non si sa cosa sono, cosa significano.

Oltre alla frontiera personale c'è anche una frontiera relazionale che è la collocazione adeguata fra i partecipanti. Spesso, nell'impostazione di una relazione, ci sono dei P.O. che rendono la frontiera personale involutiva.

Il principio organizzativo di "continuità – discontinuità", nella sua forma evolutiva, è un corretto supporto fra gli 80 mondi di una giornata. Una continuità eccessiva è essere troppo presenti: così una frontiera personale molto debole non può gestire bene la continuità. Un comportamento inadeguato genera delle reazioni (o nello stesso senso o in senso opposto). Un comportamento involutivo è una passione inutile, è una forza con una cattiva forma. A volte un tumore può essere una forza senza forma, perché è la perdita della forma mentale o simbolica verso un'altra forma del corpo. Una passione inutile è una dipendenza psichica, fisica, emotiva, cognitiva.

Chiozza ha scritto vari libri sulle origini delle malattie (patobiografie). Quando il nostro corpo "sceglie" una malattia c'è un significato preciso, per esempio: leucemia --> problema di identità.

Evoluzione è sentire, pensare ed agire. È l'azione che realizza l'evoluzione; una passione utile è un aumento di complessità, una passione inutile non è un aumento di complessità.

2 aprile 2001

I principi organizzativi involutivi spesso si trasformano in violenza (verso l'esterno o verso l'interno per esempio) per es. fumare. Se "scarnifico" l'atto del fumare lo leggo come una violenza verso se stessi. È il comportamento che mi fa capire se i P.O. sono giusti o sbagliati.

La curiosità eccessiva ha un P.O. involutivo. Anche il senso di onnipotenza può essere involutivo.

Il paziente non dovrebbe vedere il proprio terapeuta in nessun altro ambito se non in quello della seduta. Ogni condizione necessaria deve mantenere il proprio protagonista al di fuori di alcuni ambiti personali (P.O. dell'anonimato). Con il paziente il terapeuta deve sempre tenere il piede sul pedale, cioè valutare e tastare continuamente la capacità di ascolto, di compassione e di accettazione del protagonista. Se, per esempio, il paziente si distrae o si mette a fumare, significa che il terapeuta si deve fermare, deve togliere il piede dal pedale. Con il sistema comunicativo – evolutivo, il terapeuta non interpreta mai, parla poco, risponde alle domande del suo paziente e non risponde alle domande che gli vengono rivolte riguardo alla sua persona.

9 aprile 2001

Tutti i principi organizzativi devono articolarsi fra loro in maniera adeguata e questo accade se c'è una frontiera personale adeguata. Una minima sbavatura produce reazioni a catena che possono avere effetti disastrosi.

Principio Organizzativo dell'anonimato: consiste nel non fare domande e nel non dare informazioni (per esempio a scuola con gli allievi). È molto difficile individuare la forma adeguata per l'anonimato, che non è la stessa per tutti, che non è assoluta, perché cambia la tollerabilità individuale secondo il tipo di rapporto (esempio con un paziente, un allievo, un figlio ecc.). L'esperto deve essere sufficientemente opaco, deve rispettare l'opacità dell'inesperto per non dar luogo a reazioni involutive, dato che l'inesperto è ipersensibile al rapporto relazionale con l'esperto. In ogni rapporto è necessario trovare una zona dove muoversi lungo una linea che va da un estremo all'altro (dal massimo anonimato alla eccessiva apertura). L'anonimato è fondamentale nella C.N. perché gli inesperti, i protagonisti sono insensibili nella relazione con l'esperto (C.N).

La privacy dipende dagli ambiti. Non rispettare la privacy vuol dire sfondare l'ambito. La privacy è

rendersi opachi, è opacizzarsi. Bisogna imparare a mettere dei limiti, né in modo brutale né in modo incerto, bisogna aver chiaro quali sono i limiti adeguati. I consigli non richiesti sono giudizi. A livello relazionale, quando io racconto qualcosa sono il fiume di sopra e mi aspetto che l'altro sia il fiume di sotto. Tutto questo se si vogliono creare relazioni, altrimenti si raccolgono solo informazioni. L'anonimato è assimilabile al concetto di opacità.

30 aprile 2001

L'anonimato è come una membrana cellulare che non divide, ma individua. Non è un muro, lascia passare passioni e affettività adeguati all'ambito.

La natura ha sviluppato una forte passione per le cellule ed ha voluto che ogni singola componente della cellula dovesse avere una sua membrana. Tra le varie parti della cellula non c'è separazione, ma individuazione (che è altra cosa dalla individualizzazione). L'anonimato non vuol dire non trasmettere niente, ma vuol dire che ci sono frontiere attraverso le quali si può trasmettere molto.

Ci deve essere una frontiera, non una barriera, per esempio fra l'insegnante e l'alunno. Nella psicoterapia l'anonimato deve essere tenuto vicinissimo alla zona del massimo. Anonimato non significa freddezza. Tutti i principi organizzativi della condizione necessaria tendono alla prudenza. In una situazione di maggiore esperienza i vincoli possono essere più deboli, (ma questo non in senso negativo, mentre sono più forti in una situazione di minore esperienza, di minore sicurezza).

La condizione necessaria è un donatore universale. La condizione necessaria deve leggere le interazioni, perché sempre le reazioni, sia positive sia negative dipendono dalla condizione necessaria e dai suoi eventuali errori. Quindi: attenzione cautela e prudenza per la condizione necessaria.

7 maggio 2001

Si parla della differenza, sottile, fra anonimato e privacy.

La privacy si ha tra me e le altre persone in presenza di più persone. Esempio mio figlio mi chiede di non raccontare alla nonna una sua cosa che mi ha raccontato.

L'anonimato comporta un'affettività adeguata, altrimenti è trascuratezza o distacco.

In un rapporto di coppia ben assortito i vincoli diventano più blandi.

Ogni cambio di stato verso la complessità rende i nostri vincoli più blandi.

Si parla delle esperienze che alcune stanno facendo di stare dalla parte della coordinazione nei gruppi tenuti dalla dott.ssa Meacci. Quando si è dalla parte della coordinazione si deve stare in silenzio: spesso questo è difficile ma è utile.

Un altro principio universale è la compassione (vedere il mondo dalla prospettiva dell'inesperto e compiere l'azione giusta, dire le cose che l'altro ha bisogno di sentirsi dire). È molto difficile stare zitti quando uno ci parla di sé. Bisogna ascoltare e poi dire con compassione quello di cui l'altro ha bisogno di sentirsi dire e non quello che abbiamo bisogno di dire noi.

È difficile vedere i nostri errori. Bisogna imparare a vedere e a guardare non solo le nostre reazioni cosce. Bisogna aumentare l'attenzione verso ciò che vediamo perché si traduca, si trasformi in ciò che facciamo

14 maggio 2001

Complessità è tenere gli ambiti e non romperli. La complessità si crea tra limitazioni e scambi. La rabbia può essere una buona frontiera. Noi siamo abituati che, quando siamo arrabbiati, scoppiamo.

Ma può non essere così. (esempio: si può avere fame e non abbuffarsi, fare la dieta e non essere anoressica).

21 maggio 2001

Strutture artificiali e strutture artificiose. Una struttura di rapporto artificiale è il rapporto con il medico, con lo psicologo, con il maestro di danza o di karate (perché non esiste in natura). Una struttura di rapporto artificiosa è, per esempio la struttura dell'esercito, della chiesa (per chi non è credente).

Le strutture artificiali possono essere evolutive, quelle artificiose no. Una struttura artificiale malata può modificarsi, può trovare una buona forma. Quella artificiosa è artefatta, è falsa e quindi involutiva.

28 maggio 2001

La coordinazione deve tenere non solo la postura adeguata ma anche la forma del gruppo. Il nostro gruppo ha impiegato molto tempo per acquisire una forma. Questo è un gruppo particolare perché i vari componenti del gruppo (cioè le varie componenti visto che siamo solo donne) partecipano anche ad altri gruppi ed hanno anche obiettivi diversi. La dott.ssa Meacci fa l'esempio di un pranzo con più portate. Molte di noi si nutrono di diverse portate, ma dobbiamo stare molto attente a mantenere la forma. Quando i gruppi non hanno forma, i componenti dei gruppi stanno malissimo. Il coordinatore ridà forma al gruppo dicendo che qui non si parla, come molte stanno facendo del gruppo del week-end. Anche se è difficile, il coordinatore deve, per mantenere la forma del gruppo, essere pronto a dire di no. Il gruppo può progettare. Progettare è darsi una forma virtuale.

4 giugno 2001

L'involuzione è un pericolo permanente. È molto pericoloso perdere la possibilità di sentire la rabbia perché questo si ripercuote sul corpo. Non tenere gli ambiti porta all'involuzione

11 giugno 2001

Si parla ancora dell'importanza della forma e della sua tenuta.

È pericoloso, per esempio, quello che ha fatto, appena insediato, Berlusconi quando ha cambiato da 12 a 14 il numero dei ministri. Le forme inadeguate sono un grande rischio per la nostra organizzazione.

Gli psicoanalisti danno tanto, ma devono dare in modo adeguato e questo è molto difficile. Per esempio per uno psicoanalista parlare è complicato e quindi pericoloso. È difficile dare in modo adeguato quando l'altro ha bisogno, perché dare troppo ingenera involuzione. È quindi molto difficile individuare quando e quanto si deve dare.

Il nostro gruppo si è dato delle forme. Riusciremo a darci nuove forme? Far entrare nuove persone nel gruppo è un rischio, ma è un rischio che si deve correre. Il cambiamento fa paura, implica rischi. Intervenire per bloccare o limitare il numero dei partecipanti, può essere molto garantista, ma non favorisce la nostra auto-organizzazione.

3 settembre 2001

Ciò che può danneggiare un gruppo è sia la chiusura esasperata sia l'apertura esasperata. Perché ci sia evoluzione ci vuole una giusta distanza. Quando c'è simbiosi, non c'è evoluzione. La dott.ssa Meacci dice che il gruppo deve darsi una forma. L'importante non è avere una forma statica ma avere imparato a darsi delle forme. Una forma diversa? Stiamo cercando una nuova forma per riflettere sui "diritti relazionali", cioè per ricominciare a vedere e a pensare che un protagonista ha dei diritti, un cittadino ha dei diritti, un allievo ha dei diritti, inerenti alla classe di relazione in cui è incluso in quel momento. Questi diritti vanno tutelati. Se c'è violazione dei diritti, non può esserci evoluzione. Dobbiamo riconoscere i nostri diritti per arrivare a vederli negli altri. Solo occhi compassionevoli possono vedere esseri umani. Noi donne paghiamo i nostri diritti ad un prezzo troppo elevato. Ricordiamoci che non ci può essere evoluzione se c'è violazione dei diritti.

Poter fissare dei P.O. adeguati è un atto che è possibile solo quando i due fiumi scorrono insieme. Questo accade se noi evolviamo e ci muoviamo a piccoli passi, "col piedino". Per esempio un professore che prima di esaminare un allievo all'università controlla i precedenti voti nel libretto universitario sbaglia. Il fatto che la condizione necessaria dia del lei ai partecipanti significa che tiene la propria postura, la giusta distanza, che è necessaria per rispettare l'altro e favorirne l'evoluzione.

10 settembre 2001

I diritti: molto spesso noi non ci vediamo come esseri viventi e non vediamo attorno a noi esseri viventi. Ogni diritto che noi guadagniamo, deve essere sostenuto, non possiamo considerarlo come cosa raggiunta e quindi irreversibile. Si parla del concetto di reversibilità e irreversibilità. Un diritto è irreversibile finché lo sosteniamo. (es. l'aborto). Non c'è niente di irreversibile. Si può tornare indietro su tutto. Si deve lavorare per andare avanti, ma anche per non tornare indietro. Ogni diritto, anche individuale, deve essere fortemente sostenuto, deve essere continuamente ridisegnato e ripuntualizzato. I nostri diritti sono tali solo se si riconoscono i diritti degli altri, soprattutto dei nostri protagonisti. Un diritto, per essere evolutivo, deve vedere anche i diritti degli altri. Spesso sappiamo poco degli altri, ma giudichiamo tanto. Vedere è vedere l'altro, disegnandolo con il suo spazio interno.

Rapporto fra diritti e doveri. Non è vero che viene prima il dovere. I principi organizzativi evolutivi comprendono sempre i diritti e, dall'altra parte della medaglia, i doveri.

Si parla della giusta distanza. Un insegnante che seduce i suoi allievi è una persona che ha bisogno di essere ammirata, ma nella classe di rapporto "maestro - allievo" questo bisogno deve rimanere da parte, deve essere sospeso.

La condizione necessaria deve fare molto attenzione alla distanza adeguata e, senza violentare ed annullare i propri diritti, deve focalizzarsi sui diritti del protagonista.

La dott.ssa in questo gruppo è tenuta alla sospensione di alcuni suoi diritti (es. al diritto di essere amata). Una madre deve sospendere certi suoi diritti, ma deve tenere bene presente che non deve mai sospendere certi suoi diritti fondamentali (es. quello di essere trattata adeguatamente). Se una persona vive solo nel suo ruolo, o nei ruoli di C. N. è molto probabile che non riesca ad essere una buona condizione necessaria perché deve avere dei luoghi relazionali in cui essere protagonista, altri in cui essere co-protagonista.

17 settembre 2001

REVERSIBILITÀ - IRREVERSIBILITÀ

L'undici settembre 2001 crollano, a causa di un dirottamento aereo, le torri gemelle di New York: il mondo è andato in pezzi. Noi cittadini del mondo spesso non teniamo conto dei segnali di

evoluzione o involuzione che ci vengono dati da parte di parenti: figli, coniuge, genitori, ecc. amici, istituzioni, governi.

In questo momento storico il mondo è in una situazione di devastazione, che però esiste da tempo. Con la tragedia americana, in questo preciso momento ha acquisito la forma. Possiamo paragonare la devastazione del mondo alla devastazione che prende forma su di una persona, per esempio quando le viene diagnosticata una grave malattia. Come cittadini del mondo, ognuno diverso dall'altro, diamo dell'evento versioni diverse, possiamo parlare di ottanta versioni. Questo perché ognuno di noi sente le emozioni: la rabbia, la confusione, la paura, l'orrore, l'angoscia, la sofferenza ecc., in base alla propria storia personale. È un evento che genera "80" sentimenti. È difficile tirare fuori le nostre vere sofferenze e ancora peggio è non riuscire a sostenere il "groviglio interiore" che ognuno di noi nel corso della vita si trova a provare: l'odio per i genitori, l'invidia per i figli ecc. È necessario vedere il groviglio da "80 mondi". Il groviglio va dipanato finché è possibile, senza tagliare dei fili che porterebbe solo ad una sua semplificazione. Chi non riesce a sostenere il "groviglio" reagisce e due sono i modi:

- gli uomini partono per la guerra (aggressività)
- le donne si ammalano (la donna per educazione non può essere aggressiva).

Purtroppo è difficile sostenere il "groviglio interiore", non ci hanno dato gli strumenti utili ed è per questo che reagiamo.

L'evento americano è necessario vederlo come lo sentiamo. Come quando sentiamo una paura insopportabile; se la sentiamo, cerchiamo di capirla e se sopportiamo diventa meno insopportabile. Ognuno di noi vede solo alcune versioni dell'evento ed è solo ascoltando anche gli altri, quindi altre versioni, che possiamo vedere più chiaro dentro di noi: sarà faticoso ma ci aiuterà a sostenere il "groviglio" e a cercare di sgrovigliarlo e lo dobbiamo fare cercando di non forzare la mano.

Es: una persona che non sa di avere un tumore quando il medico fa la diagnosi, quando lui le dice che non l'ama più, quando l'aereo ha colpito: la devastazione prende forma, tutto ciò è evidente, non si può più negare: ecco il caos.

Il caos può essere costruttivo o distruttivo; non è sempre negativo, perché può portare all'evoluzione.

Caos costruttivo: le condizioni sono adeguate e ne segue una organizzazione più complessa.

Caos distruttivo: non ha più limiti.

La storia americana inizia da se stessa, gli Stati Uniti gestiscono le regole del mondo.

Nel nuovo ordine mondiale gli Stati Uniti sono i garanti (condizione necessaria nel nuovo ordine), si sono messi in una situazione pesante, hanno una grande responsabilità.

24 settembre 2001

Ci sono sentimenti insostenibili, perché sono intollerabili alla F.P. e questi sono diversi in ognuno di noi.

Intollerabili vuol dire che la F.P. non tollera, senza devastarsi, un certo livello di intensità dei vari sentimenti. Es. in Argentina nel periodo della dittatura molte persone vennero cacciate dalle università, molti persero il posto di lavoro; di questi ci fu chi rimase in Argentina, chi partì e chi andò in esilio. Con il ripristino della democrazia si poté riprendere la vita di prima: molti erano morti, altri partiti, altri erano in esilio, altri erano rimasti: chi fece la scelta migliore?

Uno scrittore disse: "non possiamo valutare chi era stato il migliore: chi non poteva tollerare l'impotenza era andato via, chi non tollerava lo sradicamento era rimasto" Tutto questo ha a che fare con la nostra F.P.

Ci sono sentimenti dolorosissimi da sentire ma che sono tollerabili.

Con altri sentimenti ci spezziamo; allora non li sentiamo e sono quelli che vanno al di là della F.P. (zona rossa).

Tutti noi abbiamo delle situazioni che non sono per noi sopportabili e allora le trasformiamo in situazioni sopportabili, cioè le “agiamo”. Le semplifichiamo, le trasformiamo. Molte volte semplifichiamo e questo è un meccanismo di difesa della nostra F.P. Quando uno si sente impotente, il poter agire, il poter compiere azioni concrete (es. atto di vendetta) è come un modo per tramutare l'impotenza in potenza. Non è evoluzione questa, è un meccanismo involutivo, che non può comprendere lo stato del mondo e lo stato nostro interno. È un modo per sfuggire.

La guerra è spesso questo.

La malattia è un'altra cosa.

La malattia non è una rimozione, la rimozione è dalla mente conscia alla mente inconscia. Invece ammalarsi è sprofondare nel corpo.

Es. la depressione. Se sono depressa e sto male, tutto mi fa fatica, non ho voglia, per es. di alzarmi, di fare da mangiare ecc., questi disagi hanno una forma mentale, hanno una forma nel fiume della mente.

Se invece mi ammalo, ho mal di testa, ho acidità di stomaco, mi sono beccata tutti i bacilli che sono nell'aria, sono sempre malata, non ho la forza fisica di fare niente, non ho fame o fame eccessiva etc. questi sono disagi che hanno assunto una forma fisica: la F.P. si è rotta. In ognuno di noi la F.P. si rompe in modo diverso, ma è sempre una rottura involutiva.

Le cose che ci succedono non sono casuali, dipendono dalla nostra storia personale.

Una persona depressa può essere fisicamente sana se tutto il suo disagio è a livello mentale.

Nell'altro caso (mal di testa, fame, ecc.) la depressione è a livello fisico.

Ci possiamo deprimere nella mente, nel corpo e nel mondo (es. quando non si ha voglia di vedere nessuno).

Come mai a me la depressione colpisce nel corpo, a te nella mente, etc.? È molto forte in questi casi l'impronta familiare.

Di forme evolutive ce ne sono poche, di quelle involutive tantissime.

La F.P. organizzata possiamo vederla dalla forma, che è il prodotto di una organizzazione, e la vediamo nei nostri comportamenti, nel nostro stato di salute, nel nostro stato di malattia e negli eventi che ci succedono.

Il bambino che cresce vedendo i suoi bisogni soddisfatti cresce in modo evolutivo. Se un bambino troppo spesso casca, si ammala, è violento, significa che si tratta di una crescita in senso involutivo. Se vogliamo essere sistemi complessi, dobbiamo accettare che quando tutto è a posto, succeda qualcosa per cui ci dobbiamo riorganizzare.

Mantenere la forma è rischioso, ed è involutivo, ma anche cambiare la forma può essere rischioso.

Bisogna usare il “piedino” ed essere prudenti: l'evoluzione è nei bordi del caos, non è nel caos.

1 ottobre 2001

Per non essere sistemi chiusi dobbiamo essere disponibili a rivedere le forme di organizzazione a livello: personale, di coppia, di amicizia, di nazione, di civiltà.

Es. nel nostro gruppo sono arrivate nuove persone, ci siamo aperti, quindi dobbiamo rivedere la nostra forma; la situazione è cambiata, dobbiamo riorganizzarci.

Parliamo di noi, del nostro gruppo: noi non decidiamo prima di cosa parleremo al prossimo incontro. Chi organizza prima gli interventi è “l'attrattore”. Gli “attrattori” possono essere di tante forme, anche la fame è un “attrattore” perché richiede che vi sia una forma di organizzazione per poter mangiare.

La C.N. non può essere un “attrattore” perché altrimenti diventa il “protagonista”.

Es. io voglio formare un gruppo, una cooperativa per applicare il nostro modello e potrei spingervi

ad adottare la forma di questo gruppo: così facendo inserirei in questo gruppo una nuova forma e diverrei un “attrattore”.

La differenza nel modo di coordinare un gruppo è in funzione dell’obiettivo. Un genitore, un terapeuta, un maestro, un prete può diventare l’attrattore e organizzare il protagonista se usa troppo la propria figura di C.N.

C’è sempre più forte la richiesta di alcune donne del gruppo di iniziare a lavorare con questo modello, per farlo conoscere. In questo caso il rischio è trovarsi di fronte a tanti problemi che da sole non possiamo sostenere.

Es. le situazioni critiche negli ospedali. Il Tribunale dei diritti del malato è stata una buona forma per organizzarsi, valida per poter aiutare il singolo.

Quando ci diamo delle nove forme e interiorizziamo è come se ci fosse dentro di noi un seme.

Quando cambia qualcosa e nasce confusione dobbiamo cambiare la nostra organizzazione.

Criticare non è positivo: è una violenza, è terrorismo. Anche criticarci è violentarci.

Discutere va bene - dialogare va bene.

Per capire quello che succede nel mondo bisognerebbe che io conoscessi molto bene me stesso; un errore grave è dire: voglio capire tutto.

È sbagliato come quando non si vuole capire un mondo diverso.

Hegel disse ai filosofi: “noi dei nostri processi non ne capiamo che uno, e lo capiamo male”.

Noi che non capiamo la civiltà occidentale, vogliamo capire la civiltà orientale?

Dovremmo prima rivedere le nostre convinzioni sulla società occidentale, che crediamo di conoscere bene e nella quale viviamo.

8 ottobre 2001

Classi di relazione individuate dal Sistema Comunicativo Evolutivo di psicoterapia:

prima classe di relazione: quando c’è una C.N. ed un “protagonista” del processo di evoluzione o di involuzione. C.N. possono essere: i genitori, i nonni, i maestri, i preti ecc.

seconda classe di relazione: ogni partecipante di questa classe di relazione è co-protagonista e condizione necessaria dell’evoluzione del rapporto.

terza classe di relazione: relazione tra sé e sé (solo successivamente la classe terza diventerà la quarta e la quarta diventerà la terza). L’individuo è C.N. e “protagonista” del rapporto. Sia il “protagonista”, sia la C.N. sono dentro lo stesso soggetto.

quarta classe di relazione: riguarda il mondo del lavoro dove l’obiettivo esistenziale della relazione non è né il protagonista né la C.N. né la relazione stessa, ma un’altra cosa, una terza cosa: es. fare i tappi della Coca cola.

Le quattro classi di relazione sono come quattro fiumi che viaggiano insieme e ogni relazione contiene e arricchisce l’altra.

Nella prima classe di relazione siamo stati protagonisti della relazione stessa se la C.N. ci ha permesso di esserlo.

La classe che nasce prima di tutte è la prima. Il neonato sente la fame e piange, se a questo c’è una risposta adeguata inizia una forma di organizzazione dei bisogni corporei, che potrebbe essere l’inizio di un rapporto fra sé e sé. È nell’adolescenza però che inizia il vero rapporto tra sé e sé, anche se verso i tre anni il bambino comincia ad essere autonomo quando, nel sentire i suoi bisogni, dice “io ho sete”. Dimostra un’organizzazione che nasce dall’interno ed è centrata su di sé e l’adulto in quel momento è C.N. Via via che cresce organizza i rapporti di amicizia e di amore con l’obiettivo di diventare C.N. di se stesso (auto-riflessione). Quanto più un bambino è in una fase evolutiva tanto più è in grado di proteggersi.

Siamo nella quarta classe quando l’obiettivo è una terza cosa, il rapporto di relazione si deve aprire

al mondo per costruire qualcosa. Se l'obiettivo è una terza cosa è al di fuori di noi e quindi della relazione. La "terza cosa" presuppone un'organizzazione di lavoro (fare i tappi della Coca Cola). L'ambito di questa relazione e anche l'obiettivo è fare i tappi.

Molto spesso vogliamo ampliare l'ambito della relazione; molto difficile diventa il rapporto di relazione quando si mescolano gli ambiti, perché è molto difficile condividere con la stessa persona classi diverse di relazione. Purtroppo noi non teniamo abbastanza conto degli ambiti: es. se io scuso lui, perché a causa dei suoi problemi personali non fa beni i tappi, non faccio il suo bene, perché è solo se lavoriamo bene e siamo soddisfatti che ci gratifichiamo. In questo ambito ci può essere un rapporto di relazione lavorativa contemporaneamente a quello di amicizia, tutto questo è molto delicato, ci vuole molta cautela e dobbiamo muoverci in punta di piedi.

Nel mondo del lavoro ci posso essere rapporti di tipo gerarchico e rapporti alla pari.

Nel rapporto di tipo gerarchico l'obiettivo della relazione con il nostro capo è che noi si sia in grado di lavorare al meglio e non è detto che il capo sappia fare i tappi.

Il dirigente per essere in grado di farci fare bene i tappi deve essere in grado di creare una situazione relazionale adeguata. Il dirigente quando è autoritario diventa "protagonista usurpatore". C'è anche "l'usurpatore amorevole" del tipo "vogliamo tanto bene".

Dobbiamo lavorare per evitare ciò che non possiamo sostenere. Chi ha il potere in mano ha la gestione delle regole; questa è una grossa responsabilità.

Quando si costituiscono dei rapporti relazionali di qualsiasi classe sono molto importanti le regole, non necessariamente scritte: quando sono assenti è una tragedia.

La nostra esistenza è basata sulle quattro classi di relazione; avere il potere vuol dire avere in mano la gestione delle regole e vuol dire avere responsabilità.

15 ottobre 2001

QUARTA CLASSE DI RELAZIONE (rapporti di lavoro).

È l'obiettivo esistenziale che denota a quale classe di relazione si appartiene.

Es. un rapporto di lavoro che sin dall'inizio è sbagliato porta all'aggressività.

Nelle quattro classi di relazione quella che porta all'evoluzione del rapporto è la seconda, (es. rapporto di coppia, di amicizia ecc.) perché i due partecipanti sono co-condizione necessaria e co-protagonisti all'evoluzione del rapporto.

Nella quarta classe (sempre secondo la prima classificazione delle classi di relazione fatta dalla Dott.ssa Meacci) l'obiettivo esistenziale non sono i partecipanti alla relazione ma sono i tappi. C'è una terza cosa; non siamo né io né te, né noi né loro, ma ci sono i tappi. Noi ci mettiamo insieme con l'obiettivo esistenziale di fare i tappi, di fare un ospedale, di fare una casa ecc.

Anche nella quarta classe vi è comunque un coinvolgimento personale.

Prima si diceva che non si portava la nostra emotività all'interno del rapporto di lavoro, ma Coleman ha evidenziato: "tutti si portano dietro tutto".

Ognuno di noi vive in ottanta mondi, anche se alcuni di questi rimangono in ombra ma non sono scissi.

Non è necessario che ci sia un rapporto personale tra colleghi (quelli che fanno i tappi), perché quando ci sono due rapporti di relazione (seconda e quarta classe) la situazione è delicata, specialmente quando uno è C.N. La situazione è ancora più delicata quando uno lavora nell'azienda paterna dove il padre ha fatto molta fortuna; succede che quando si arriva alla terza generazione è un disastro. Vi è un segnale di pericolo quando i figli lavorano con i genitori e anche quando due amiche lavorano insieme.

L'ambiente di lavoro è delicato: quando vi sono rapporti personali è coinvolta l'emotività, mentre il rapporto di lavoro è un rapporto di tipo razionale.

Ognuno di noi deve essere emotivo e razionale come due fiumi che viaggiano insieme. Anche nel

rapporto di lavoro l'emotività è in gioco, ma il rapporto emotivo deve essere con se stesso. Coinvolgimento emotivo significa saper accompagnare i propri sentimenti, cioè vuol dire essere lì, ESSERCI.

Anche senza sentire il senso di appartenenza (coinvolgimento emotivo) uno può voler far bene il lavoro. Nel lavoro l'emotività si deve gestire.

L'aggressività è una componente della nostra vita ed è una componente dell'emotività. Per mantenere la linea dell'aggressività entro l'ambito adeguato bisognerebbe sempre chiedersi: stiamo esagerando?

La nostra F.P. si auto-modula, ma a volte è necessario che interpretiamo i segnali che gli altri ci inviano.

Nei rapporti di lavoro la cosa fondamentale è che uno possa trasmettere agli altri le cose che può tollerare lui stesso.

Le persone che non sanno vivere la propria aggressività sono le persone più aggredite.

29 ottobre 2001

Noi non possiamo giudicare l'articolo di Oriana Fallaci "La rabbia e l'orgoglio" (Corriere della sera del 29 settembre 2001) e dobbiamo essere delicati nel giudicarlo, dobbiamo rimanere nella nostra frontiera personale, anche se la nostra interpretazione può essere giusta. Noi possiamo parlare dell'articolo cioè del prodotto, dell'opera, del tappo, non della persona che lo ha prodotto.

Possiamo ascoltare quando uno vuole parlare di sé e non interpretare quello che vorrebbe dire e quello che uno potrebbe essere.

Einstein diceva: "bisogna distruggere le idee e non i portatori delle idee".

È molto diverso dire ad una persona: "sei uno stupido" da "hai fatto una stupidaggine". Bisogna essere modesti. È arrogante pensare di capire la complessità degli altri attraverso il nostro cervello. Neanche un terapeuta ha il diritto di giudicare.

Non possiamo capire tutto di un'altra persona, possiamo vedere il prodotto, il comportamento. Non possiamo conoscere la F.P. che lo ha prodotto.

Una partecipante fa notare che secondo lei, nel gruppo c'è dispersione. La Dott.ssa Meacci dice che questo succede quando c'è CAOS e che il caos deve emergere. Dice anche che per la C.N. è molto difficile reggere il caos.

Il caos, comunque, porta alla complessità, ma deve essere un caos tenuto dalla C.N.

La complessità è differenziazione e contiene l'idea che tutti non dovremmo pensare allo stesso modo.

Per poter sopportare la diversità bisogna avere un livello di complessità alto della F.P.

Per sostenere situazioni caotiche bisogna sentirsi sicuri di avere una F.P. abbastanza complessa.

Noi siamo figli dell'ordine costituito ed abbiamo paura del caos.

Se uno riesce a sopportare il caos, vuol dire che possiede delle sicurezze e, soprattutto, può gestire le insicurezze. Quando c'è confusione sentiamo il bisogno di omologazione: omologarsi al marito, al prete, ai governanti, questo perché così sentiamo meno le insicurezze che sono dentro di noi. Per placare le nostre insicurezze facciamo di tutto: leggiamo, scriviamo, recitiamo, ci riuniamo, ci compriamo vestiti, ci ricopriamo di cultura. Possiamo cercare di diminuire le nostre insicurezze, ma non possiamo acquisire sicurezze se non rinforzando la nostra F.P. Tutte le nostre esperienze ci possono aiutare, ma ci possono anche creare caos. La nostra F.P. è complessa e se si spezza si può anche ricostruire.

Il prodotto della Fallaci ci ha dato molto noia perché è uscito dalle righe. È stato un comportamento involutivo. Succede anche agli adolescenti di andare fuori dalle righe e lo fanno anche i politici.

Il caos può essere distruttivo o costruttivo. Se è generato dall'interno, segue le regole della complessità. Porterà al vuoto che porterà ad un cambiamento della propria F.P.

Ci può essere caos distruttivo:

- quando la C.N. è un protagonista usurpatore la situazione è distruttiva, caotica senza limiti ed è involutiva.

- quando il caos è prodotto dall'esterno è rischioso. Es. una madre che va via per due mesi, per vari motivi. Questo è un caos rischioso, perché la C.N. deve tenere la situazione affinché il caos acquisisca una valenza positiva. Per es. i genitori degli adolescenti quando questi li contestano devono sapere che essi sono in una fase di disorganizzazione, devono proteggere il caos dei loro figli.

Ci sono persone che hanno paura di buttarsi dal trampolino: alcuni tentano, ma hanno paura e non ci riescono, altri, piano piano cercano di superare la paura e poi si buttano. Altri ancora chiudono gli occhi e si buttano non pensando che potrebbe anche non esserci acqua nella piscina.

Chi non si butta è fobico, fugge dai propri sentimenti, chi si butta incurante del pericolo è contro-fobico, cerca di placare la sua insicurezza togliendosi subito il dente.

La sicurezza si acquisisce e possiamo dire che quello che cammina piano piano sul trampolino sta lavorando per compiere un'impresa eroica. Se poi ce la fa a tuffarsi, ha compiuto un'impresa esistenziale. Noi abbiamo paura del caos, siamo i figli dell'ordine costituito, su di noi esiste un controllo sociale, ci hanno detto come dovevamo comportarci: siamo omologati. Es. il mondo occidentale si divide, da un punto di vista femminile, tra donne sposate, zitelle e puttane.

Ci sono persone che non si buttano mai dal trampolino (paura del vuoto): sono persone che non tollerano il caos.

È solo cercando di vivere il caos che potremo capirlo e fargli acquisire una valenza positiva.

Nel nostro gruppo la dott.ssa Meacci è la C.N. e noi partecipanti siamo i protagonisti della nostra evoluzione. L'evoluzione personale si trova in tutte le classi di relazione. Il nostro gruppo possiamo considerarlo come IV classe di relazione (rapporto di lavoro-lavoro di gruppo) ma anche come II classe di relazione quando ognuno sostiene l'altro e quindi il gruppo.

N.B. Solo successivamente la dott.ssa Meacci ha individuato la presenza anche della V classe di relazione in un gruppo di lavoro. Della V classe di relazione, quindi, si parlerà in seguito.

5 novembre 2001

Oriana Fallaci nel suo articolo "La rabbia e l'orgoglio" (*Corriere della Sera*, 29 settembre 2009) fa una semplificazione che è una distruzione della complessità.

Per es. le città dei vecchi continenti possono offrire delle buone immagini per capire il processo di complessificazione. Perugia, che vediamo ricostruita in alcune sue parti, presenta forme nuove, che rimangono forme vecchie.

Difficile è definire la complessità. Vediamo la differenza tra un testo scritto da un bambino di sette anni e un testo scritto da uno scrittore. Ci possono essere la punteggiatura, le parole, la lunghezza, ma la differenza è data soprattutto dalla complessità: le frasi dello scrittore sono più complesse. Pensiamo alla differenza tra "mi illumino d'immenso" e "domenica sono andato dalla zia".

La complessità è complessa e piena di complessi che si articolano fra loro.

Di Perugia, città formata da piazze, stazioni, chiese, palazzi ecc., io posso analizzarne un pezzo. Per analizzarla tutta e non solo una parte dovrei analizzare scavi su scavi: questo sarebbe un metodo che tiene conto della complessità.

Es. ci sono dei bottoni sparsi per terra che vengono infilati e si legano fra loro; quando si tira il filo si crea una situazione complessa. I bottoni vengono trascinati l'uno dall'altro e formano una unità di bottoni. Generano la complessità del proprio stato. Il processo inverso è quando si lascia andare il filo e i bottoni si slegano e vanno ognuno per proprio conto.

Per riuscire a interessare chi ascolta a volte qualcuno dice: “le donne sono tutte così, gli uomini sono tutti così”. Questo si dice per semplificare, ma in questo modo si distrugge la complessità. Si può comunque spiegare con semplicità una cosa complessa: per esempio dando una immagine senza togliere niente alla complessità.

La semplificazione può essere una violenza nei confronti di persone, di un discorso, di una teoria: es. di semplificazione: “tu sei una donna e per questo pensi con l’utero”, oppure quando gli studenti scioperano e qualcuno pensa che non abbiano voglia di studiare senza voler conoscere la realtà. Gli studenti in questo caso sono maltrattati.

Complessità nell’umanità

La storia dell’umanità è un processo di complessificazione. La scrittura appare nelle civiltà quando queste assumono forme più complesse. Nella storia dell’umanità il concetto che ha cambiato lo stato di complessità, della sua struttura è stato il concetto di “democrazia”. La civiltà greca intrisa di scienza, arte, ecc. arriverà al concetto di “democrazia” molto presto; questo concetto cambierà lo stato del mondo e creerà le basi di ciò di cui stiamo usufruendo.

Democrazia

es: oggi i figli sono i protagonisti del rapporto e i genitori sono la C.N. per l’evoluzione del figlio, molti anni fa non era così, se qualcuno l’avesse detto sarebbe stato deriso. I figli erano il bastone della vecchiaia. Noi, genitori di questa epoca, non siamo stati sufficientemente protagonisti delle nostre CC.NN. Quindi parlare oggi dei nostri figli come protagonisti significa che ci stiamo evolvendo, ma non possiamo dire la stessa cosa dei nostri governanti. Ancora in questo periodo non possiamo considerare il Governo C.N. e noi i protagonisti, perché ancora non è stata accettata la messa in opera della “democrazia”. Nel passato con la scusa che i governanti erano stati scelti da Dio avevano su di noi solo diritti.

Il concetto di “democrazia” è un concetto nuovo che ancora non è stato ben studiato. Una democrazia deve fare in modo che i figli, gli allievi, i cittadini acquisiscano complessità, perché è la complessità che dà energia.

La dott.ssa ci parla dell’esperimento di Milgram sulla suggestionabilità (Stanley Milgram, *Obedience to Authority; An Experimental View*, Harper Collins, 1974).

In un avviso sul giornale si cercavano volontari per studiare tecniche di apprendimento.

Si presentarono 1000 persone tra studenti, professori, impiegati, operai ecc.

Ad ogni risposta sbagliata corrispondeva una scossa elettrica che veniva aumentata se il volontario continuava a sbagliare. Il volontario soffriva, ma la maggioranza continuava nell’esperimento, il 68% arrivò alla fine anche se chi assisteva chiedeva di smettere. L’ubbidienza anche con la sofferenza appariva giusta.

In questo comportamento possiamo riscontrare uno stato di suggestionabilità.

Durante l’esperimento anche se vi erano molti volontari che supplicavano di smettere pochi si ritiravano.

L’autonomia è complessità, pensare con la propria testa è un prodotto complesso.

La realtà è complessa e non possiamo pensare di comprenderla tutta, possiamo formare una rete e ognuno di noi capire qualcosa.

Quando due persone litigano lo fanno perché si suppone che di un evento ci sia una sola versione che è quella giusta, ma non è vero. In realtà le due versioni convivono.

Per mantenere lo stato di complessità raggiunto (nell’ambito affettivo e intellettuale) è necessario sostenerlo per non perderlo. Infatti non siamo mai fermi: o si evolve o si involge; siamo sistemi dinamici.

La democrazia fece passi avanti quando fu sancita la libertà di voto e ancora di più con il voto alle donne.

Oggi la democrazia dovrebbe occuparsi della formazione del cittadino perché non si instauri un rapporto di suggestionabilità. Purtroppo questo non avviene e il livello di complessità dei nostri

governanti è basso. Infatti la mancanza di complessità ci mantiene in uno stato di suggestionabilità. Il M.C.E. nella psicoterapia ha l'obiettivo di offrire ai protagonisti la possibilità di evolvere. La mia relazione con un'altra persona è complessa: c'è la sua mente, c'è la mia mente e la relazione fra me e lei.

La situazione internazionale è molto complessa e si deve cercare di capire il più possibile e non restare da soli, perché quello che non capisco io lo può capire l'altro.

Se una società non evolve involge. Negli anni settanta ci sono stati molti movimenti che ci hanno portato alla conquista di molti diritti e uno può pensare: "il diritto l'ho conquistato e ora sono a posto". Niente è irreversibile, tutto ciò che si ottiene va sostenuto fortemente perché non ritorni l'involuzione: per questo bisogna impegnarci molto.

L'intelligenza, l'autonomia intellettuale, relazionale e affettiva devono essere sostenute. Un cittadino deve scegliere bene, attraverso lo strumento del voto, il politico che lo rappresenterà, che deciderà per lui.

Non dobbiamo dimenticare che per una buona democrazia ci vorrebbe la formazione permanente del cittadino. Come uno dovrebbe lavorare su se stesso, così le istituzioni dovrebbero lavorare su se stesse, così il Governo dovrebbe lavorare su se stesso.

Lo stato di suggestionabilità è subdolo e possiamo anche non riconoscerlo.

In questo momento storico (vedi 11 settembre New York) tutti siamo più fragili, siamo in una situazione di caos distruttivo. La reazione conseguente dovrebbe essere in direzione evolutiva quindi dobbiamo mantenere la F.P. per evitare di essere travolti. È rischioso fare emergere il caos; è bene che una C.N. ci aiuti a sostenerlo e ad ascoltare i primi segnali di disagio per contenerlo e indirizzarlo verso l'evoluzione.

L'evoluzione non è nel caos, ma non è nemmeno nell'ordine: è ai bordi del caos.

Ciò che può aiutare l'autonomia e liberarla dalla suggestionabilità è l'impresa eroica.

12 novembre 2001

A volte capitano degli eventi strani e noi, che siamo semplici, preferiamo non parlarne.

Negli Stati Uniti alcuni ricercatori mentre studiavano il decorso di malati di tumore, si accorsero che delle persone non risultavano né fra i guariti né fra i morti. Erano "spariti"; alcuni giornalisti ritrovarono queste persone sparite, tra queste vi erano guarigioni straordinarie che uscivano dal protocollo, non erano "normali" guarigioni. Edgar Morin dice: "noi distruggiamo le informazioni che non sono coerenti col nostro modo di pensare".

In America l'attentato a New York dell'undici settembre ha ridotto la F.P. degli USA. L'FBI non ha funzionato, come succede quando uno si ammala, che il nostro sistema immunitario non ci difende abbastanza. In questo caso il sistema immunitario della FBI non ha funzionato.

Nel ventesimo secolo le aperture delle frontiere hanno permesso più libertà di movimento fra i popoli e facilitato gli scambi, sono aumentati i rapporti con l'esterno. L'attentato dell'undici settembre dimostra che qualcosa non ha funzionato. La situazione ora è peggiorata e purtroppo tante persone sono morte e i problemi restano per i vivi.

Es. io prima desideravo comunicare con gli altri; ora che ho la F.P. rotta sono a pezzi.

Le organizzazioni terroristiche, anche se sono efficienti, non sono complesse.

Il terrorismo non è l'unico cancro del mondo (cancro come sistema involutivo), vi sono molti principi involutivi. Anche la globalizzazione in questo momento è un principio involutivo, in seguito potrà cambiare e diventare evolutiva se creerà una realtà pluricellulare, ma per ora non è così.

La globalizzazione dunque implica la costruzione di un organismo pluricellulare. È la cellula che si apre verso l'esterno, prima forma una coppia e poi diventa un organismo pluricellulare. Così inizia

la globalizzazione, il cambiamento da unicellulare a pluricellulare ha un suo percorso lungo e difficile.

Questo succede anche nei rapporti di relazione.

Es. io e lui ci dobbiamo proteggere perché il rapporto sia evolutivo per tutti e due.

Nella globalizzazione una parte del mondo riceve benefici dall'altra parte del mondo. Il nuovo rapporto di globalizzazione inteso in modo evolutivo non è dare una parte di me per fare emergere l'altro, questa è una situazione antica che sempre si ripete.

Non è attraverso i bombardamenti e le malattie che evolviamo, dobbiamo evitarli rinforzando la nostra salute e dare forza alla mano bianca.

In questa situazione uno può perdere le forze (vedi il film "la stanza del figlio"). Il peso della situazione fa sì che uno si rinchioda in se stesso, non abbia la forza di fare nulla, il dolore causato da un evento catastrofico accerchia la comunicazione e ognuno soffre per conto proprio.

Questi sono momenti molto difficili, ma possono portare verso la strada della complessità.

Anche a livello sociale i periodi critici si scontano. Es. gli italiani vanno meno a votare e fanno meno attività sindacale: questa è una forma depressiva. Anche se in Italia la giurisprudenza è evolutiva (vedi leggi sul divorzio e sull'aborto) gli italiani sono meno battaglieri.

Una relazione adeguatamente impostata non deve prevedere sopraffazione: chi è più evoluto è più tollerante.

La tolleranza significa forza quando non è accondiscendenza.

19 novembre 2001

La creazione di nuove forme – (pensiero, emozioni, nuove teorie, decisioni..) è un momento molto importante. Una decisione, per es., è l'emergere di una nuova forma.

Se qualcuno di noi è interessato a costituire e portare avanti altri gruppi, che saranno comunque diversi da questo, può farsi avanti. La dott.ssa ne propone due:

- uno allargato sul macro-sociale, che lavori su questioni che appartengono ad una classe di relazione diversa da quella (la IV) in cui lavoriamo -----> la V classe di relazione?

- Un altro di cui la dott.ssa vorrebbe fare parte, non come C.N, per occuparsi di argomenti politici e non solo.

Si può lavorare per portare avanti un confronto con le istituzioni: es. se uno deve discutere con un medico, l'appoggio del Tribunale per i diritti del malato gli serve per un aiuto. Questo vuol dire creare nuove istituzioni (nuove forme) che servono per avere un confronto alla pari. Alla pari perché in quel caso il confronto è fra istituzione e istituzione e non fra un individuo e l'istituzione.

Nel gruppo dobbiamo formare nuove forme per ripristinare l'equilibrio del gruppo. C'è bisogno di ripulire i confini in modo che la cornice sia utile alle esigenze del gruppo.

La guerra ha devastato la frontiera personale di ognuna di noi, tenere il gruppo è più difficile. C'è stato il sopravvento di alcune componenti del gruppo sulle altre componenti del gruppo su alcuni argomenti. Questa situazione ha fatto emergere l'esigenza di creare una nuova forma, all'inizio sarà sporca poi via via si ripulirà.

Una partecipante dice che in questo gruppo ci sono due anime: una intellettuale e l'altra che ha voglia di lavorare su di sé.

Un'altra partecipante dice che bisogna chiedersi qual è l'obiettivo del gruppo, che lei crede sia quello di agire.

Dott.ssa Meacci: La forma di questo gruppo va mantenuta con gli stessi obiettivi; quello che non può cambiare, ed è naturale, sono le esigenze di ognuno di noi.

Quando c'è sopraffazione, comunque, c'è involuzione, indipendentemente dagli obiettivi:

Vediamo l'esempio dei bottoni: io e Maria interagiamo e Maria interagisce con E. io interagisco con S. e così via via. In alcune interazioni io e M. creiamo una rete e siamo come dei bottoni collegati

fra loro. Costituire una rete non vuol dire perdere la propria autonomia, nella rete ognuno porta la propria informazione, che è diversa dalle altre e questa rafforza la rete.

L'inizio dell'interazione è aver voglia di fare qualcosa con qualcuno, vuol dire essere supportato, vuol dire costruire una rete. L'autonomia di ognuno è fondamentale, es. l'autonomia del figlio dalla madre, dal padre, dalla famiglia ecc. Il noi necessita di un suo tempo prima di istituire nuove forme.

26 novembre 2001

Dal punto di vista del Modello Comunicativo Evolutivo nel rapporto fra governo ed i cittadini, il governo è la condizione necessaria ed i cittadini sono i protagonisti. Purtroppo non è così !! il rapporto fra governo e governati dovrebbe essere riformulato partendo dalle basi, ma purtroppo chi è al potere non vuole fare evolvere i governati, perché il suo interesse maggiore è quello di mantenere il potere. Questo capita anche in altre istituzioni.

Dobbiamo tener conto che le classi di relazione sono tutte sporche, per es. “nessun rapporto di coppia storicamente è nato per far crescere evolutivamente la coppia”. L'unico rapporto che teoricamente dovrebbe essere chiaro, purtroppo per noi non è così, è quello fra figlio e madre. La madre di tutte le specie animali è il maestro naturale.

Non è lontano il periodo in cui i figli maschi erano braccia per lavorare e le figlie femmine erano il bastone per i vecchi. Quindi i “protagonisti” del rapporto erano i genitori, con qualche eccezione.

L'evoluzione del protagonista si compie solo se c'è compassione verso di lui e questo è un momento di evoluzione anche per chi esercita la compassione.

Solo all'inizio del secolo scorso abbiamo iniziato a parlare dei diritti del bambino. La Carta dei diritti dell'infanzia è del 1989¹.

In tutte le relazioni che abbiamo, secondo il M.C.E., l'importante sarebbe cercare di allontanarsi dalle cattive forme che sono involutive.

Le relazioni per gli adolescenti sono molto importanti, specialmente in questo momento storico. Il bambino è più protetto dell'adolescente, perché dove non arrivano i genitori ci sono i nonni, le tate, gli zii, gli insegnanti. L'adolescente invece è solo e nessuno lo capisce, come sono soli i genitori nella sua educazione. Nel pensiero lineare la regola fondamentale è o/o (bianco o nero, bene o male). Nei sistemi complessi non è così: e/e.

Quando nasce un bimbo inizia il rapporto con la madre, e così il primo insegnamento, quello della madre verso il figlio; se questo insegnamento mette in ombra il figlio, che è il protagonista del rapporto, la madre diventa un' usurpatrice. Il rapporto madre - figlio non sarebbe comunque evolutivo nemmeno se lei si annullasse.

Parlando sempre di usurpatori la Dottoressa dice: “Mentre io sono qui con voi sono in un momento particolare, sono la vostra condizione necessaria e voi siete i protagonisti di questo rapporto; io ho lasciato i miei mondi nello sfondo, solo così posso seguire quello che state dicendo, le altre mie cose sono in ombra; ma se durante l'incontro di gruppo, io sentissi un dolore di pancia, qualcosa di me si illuminerebbe, cioè verrebbe in superficie, cosa che capita spesso a tutti durante il giorno. qualcosa che illumina e qualcosa che oscura i nostri mondi. Giusto sarebbe trovare la giusta illuminazione o il giusto oscuramento. Mentre sono qui se io mi illumino troppo divento una

¹ La Convenzione sui Diritti dell'Infanzia e l'Adolescenza è stata approvata dall'Assemblea delle Nazioni Unite (ONU) a New York il 20 Novembre del 1989. L'Italia ha ratificato e reso esecutiva la Convenzione il 27 Maggio 1991 attraverso l'approvazione della Legge n. 176. È importante che tutti i genitori e gli adulti responsabili conoscano in dettaglio questo documento al fine di essere, ognuno nel proprio ambiente e attraverso le proprie opportunità, difensori consapevoli e convinti dei diritti di ogni bambino che nasce. Questo documento vede nei bambini e negli adolescenti non solo degli oggetti di tutela, ma soprattutto dei soggetti di diritto, proponendo una nuova consapevolezza sul valore che l'infanzia rappresenta per l'intero pianeta.

usurpatrice. Nel nostro rapporto l'obiettivo è la vostra evoluzione quindi è giusto che certe cose di me rimangano in ombra. Usurpatore sarà il terapeuta, il maestro, il genitore, il capo che illumina se stesso”.

Impresa eroica si può parlare di impresa eroica anche quando si accudisce un animale?

La dottoressa precisa che quando la C.N. accudisce una persona anziana, ci può essere l'evoluzione della C.N. e del protagonista; nel caso in cui ci si prende cura di un animale è più difficile parlare di evoluzione del protagonista. Ma per la C.N., se usa la compassione, vi è evoluzione.

L'impresa eroica nel sociale va considerata non tanto verso l'oggetto, ma per l'impegno che uno ci mette. L'obbiettivo non è “verso “ quello che si fa, ma è “come “ si fa.

Quando uno fa una cosa la deve fare fino ai limiti delle proprie possibilità.

L'impresa eroica deve piacere e ci si deve appassionare. Può essere anche un forte desiderio. Noi siamo come una nave che naviga per arrivare in un porto; “*l'importante è navigare*”.

3 dicembre 2001

La dott.essa Meacci dice che c'è un modo comunicativo evolutivo di parlare, di ascoltare, di porsi, di agire.

È molto importante imparare ad avere un atteggiamento comunicativo evolutivo nel porre le questioni e nel parlare, perché siamo abituati a dire troppo (e a fare troppo). Siamo abituati a dire quello che ci viene in mente senza tener conto del luogo e del momento giusto. Non comprendiamo bene la potenza e l'importanza delle parole. Ogni conversazione, ogni situazione ha il suo limite, il suo ambito adeguato. Bisogna “ambitare”, cioè capire, costituire e tenere l'ambito giusto attraverso il “piedino”. Dobbiamo capire di cosa ha bisogno l'altro e non far prevalere il nostro bisogno di dire, provare col “piedino” e poi leggere i prodotti. Siamo in genere troppo “interventisti”, perché così siamo abituati. Dobbiamo ricordare il valore del silenzio compassionevole. Uno psicoterapeuta parla utilizzando le parole, le immagini offerte dal paziente. Non dovrà mai dirgli: “questo è il suo problema”. Deve costruire con il paziente l'ambito adeguato. Dovrà agganciarsi ai problemi o ai disagi che vengono espressi dal protagonista (paziente), anche se questi non sono il suo problema primario.

10 dicembre 2001

Alcune partecipanti lamentano una certa mancanza di spirito di gruppo e parlano di: “spaccatura”.

La dott.ssa Meacci dice: “quando uno è C.N. può capire se ha agito bene solo vedendo il prodotto, cioè la reazione dei suoi protagonisti (deve usare il piedino) cioè deve ascoltare senza giustificarsi, senza difendersi. Quando uno si difende perde una grande opportunità di apprendimento, difendersi è chiudersi. Qualsiasi sia la reazione del protagonista, sappiamo certamente che quella è il risultato dell'azione della C.N. Il piedino mi serve (da C.N.) per capire la sensibilità dei miei protagonisti ad ascoltarsi senza doversi difendere e giustificare, per poter capire anche le nostre insensibilità che sono personali e per prendere l'occasione per poter evolvere.

Il gruppo si è spaccato?

La C.N. deve essere un “datore” universale; il nostro gruppo lancia a se stesso una sfida: “mantenere l'unità conoscendo la diversità”. Ci sono punti nella sensibilità di ognuno di noi in cui siamo più vulnerabili, mentre altri possono non esserlo o esserlo meno. Io, per es., posso essere più insensibile nel rapporto con le istituzioni, mentre sono più sensibile nei rapporti personali.

Tutti abbiamo dei punti di insensibilità.

Es. se uno è sensibile alla polvere gli lacrimano gli occhi, starnutisce ecc. e se io C.N. butto della

polvere, egli come protagonista me lo deve fare capire ed io, che ho una sensibilità diversa, devo ascoltare umilmente.

Con la mentalità comunicativa evolutiva la sensibilità si sviluppa. L'allergico comunque mi può aiutare cercando di farmi capire, data la sua forte sensibilità alla polvere, quando c'è qualcosa che lo fa stare male ed io, come C.N., "datore" universale che seguo il M.C.E. - dovrò saper condurre un gruppo usando poca polvere.

Se c'è insensibilità il gruppo si può spaccare, dobbiamo proteggere il gruppo.

17 dicembre 2001

Nel gruppo c'è un percorso di gruppo e un percorso individuale.

Si deve stare attenti al percorso individuale, verificare se è compatibile con l'obiettivo del gruppo, perché in questo momento è come se, metaforicamente, la barca (gruppo) si fosse spezzata. Prima la barca era flessibile per il viaggio che stavamo intraprendendo ma ora, a causa di qualcuno che vuole andare da una parte diversa, la barca si sta spezzando.

Durante la nostra crescita noi cambiamo, via via siamo diversi; la vita è un processo di individuazione.

Ora che siamo tutti nella stessa barca, siamo tutti d'accordo sul percorso che stiamo facendo? Vogliamo tutti andare nello stesso posto? Se parliamo del gruppo dovremmo cercare di non spezzarci altrimenti l'obiettivo non si raggiunge. Sempre parlando metaforicamente possiamo vedere la grossa differenza che c'è fra la barca (struttura unica che naviga per raggiungere il porto) e i nuotatori; ognuno ha un percorso individuale e può essere più avanti o più indietro. Se invece siamo barca dobbiamo proteggerci.

La C.N. di questo gruppo è nella situazione di aver creato una classe di rapporto della dott.ssa con ognuna di noi e della dott.ssa con il gruppo e c'è anche il rapporto fra di noi e l'obiettivo è quello di fare bene il "tappo".

La prima classe di rapporto è quella che abbiamo con la dottoressa, C.N: noi protagonisti da lei prendiamo quello di cui abbiamo bisogno.

Es. Quello che determina la tenuta di una barca è il rapporto che c'è fra di noi che dovrebbe tendere a non spezzare la barca. La barca non si spezza a causa dell'inserimento di nuove persone, perché sia le vecchie sia le nuove persone devono dare la parte migliore di sé. Questo per evitare che la barca si rompa e per raggiungere l'obiettivo che è quello delle applicazioni sociali del M.C.E.

La situazione è critica, un poeta diceva "non c'è un cammino, il cammino si fa andando". Noi abbiamo la barca ma non abbiamo il fiume dove navigare. È una caratteristica pesante ma evolutiva e il fiume che cerchiamo per navigarci è lo stesso per ognuna di noi: l'applicazione del M.C.E.

Le applicazioni del M.C.E. iniziano nel nostro gruppo, c'è un lavoro da fare per essere barca e un lavoro da fare per essere nuotatori. Per evolvere non possiamo essere soli e il lavoro del gruppo è quello di costruzione del nuotatore, della barca e del fiume verificando continuamente quello che facciamo: l'evoluzione è così. L'evoluzione è individuazione: deve prevedere la crescita di un gruppo e la crescita degli individui. Bisogna vedere, dopo la esplicitazione di una spaccatura nel gruppo, se questa barca ci può contenere tutti o se siamo ad un bivio perché i nostri obiettivi non sono solo diversi ma divergenti.

Siamo nuotatori oppure barca?

Sarebbe bene essere tutte e due le cose anzi essere anche il fiume. Sarebbe bene costruire il nuotatore (vivere con noi stessi), la barca (lavorare insieme) e creare il fiume, cioè la direzione o l'obiettivo. Il nostro atteggiamento deve essere disponibile alla ricostruzione e al cambiamento. L'attraversamento del fiume a volte può essere tranquillo a volte vi possiamo trovare cascate: la direzione dobbiamo costruirla insieme.

Se una persona sente che il gruppo si è spaccato noi non possiamo dire che non è vero; quando si

vive in comunità si deve saper ascoltare l'altro ed eventualmente dire: "per me non è così, io ascolto come hai vissuto tu l'esperienza e posso non essere d'accordo con te e anche se ho le mie ragioni non posso dire che non è così ma posso dire: io sento così". Quando ascolto un'altra persona, in quel momento io esco da me stessa.

Es. io vado dal dottore perché sento male in un certo punto del corpo; se il dottore mi dice che non è come io gli dico, lui mi fa una violenza.

Acquisire una mentalità comunicativa evolutiva vuol dire non mettere bocca su come uno sente o dice le cose, così come farsi ascoltare, evolvere vuol dire anche difendere la propria voce.

Non dobbiamo solo ascoltare, dobbiamo anche farci ascoltare.

Evolvere vuol dire apprendere e imparare la disciplina dell'ascolto ed è un compito molto difficile ed è anche molto difficile difendere la propria voce. Autodisciplina vuol dire anche difendere la propria individualità.