



Il conflitto come opportunità

Arnold e Amy Mindell portano la psicologia al di là del lavoro su se stessi. Il conflitto così si rivela come il punto di partenza per creare rapporti più autentici, mostrando l'umanità che ci accomuna dietro ogni ferita.

A CURA DI GIUSEPPE CONOCI

Sono a Denver, nel Colorado. Sarò qui una settimana per partecipare alla ventesima edizione del *Worldwork*, un seminario internazionale in cui più di trecento persone provenienti da oltre trenta nazionalità si incontrano per indagare assieme varie problematiche sociali, ambientali e culturali, e allo stesso tempo la propria persona, secondo i principi della *democrazia profonda* e della *psicologia orientata al processo*. Si tratta di un'innovativa metodologia ideata da Arnold e Amy Mindell sul finire degli anni '70, basata sul-

l'idea che la soluzione a un determinato problema, individuale e collettivo sia contenuta nel disturbo stesso, il cui *processo* necessita di essere esplorato. Per l'occasione ho la possibilità di intervistare i due coniugi.



Arnold Mindell

È un piacere e un onore per me poter realizzare quest'intervista con voi. Quest'anno ricorre il ventesimo anniversario del Worldwork: permettetemi quindi di iniziare chiedendovi qual è stato il primo impulso che ha dato vita a quest'esperienza. Arnold: Tutto è iniziato quando avevo 5 anni, e mi sono trovato coinvolto in alcune lotte di strada, nelle quali alcuni ragazzi erano così arrabbiati con me da essere quasi intenzionati a uccidermi, semplicemente perché io in quanto ebreo non ero della loro stessa razza e religione.

A quel tempo – era il periodo della Seconda Guerra Mondiale – nessuno mi aveva insegnato come affrontare questo tipo di esperienze. Avrei voluto che ci fosse qualcuno lì ad aiutarmi. Per trentacinque anni ho represso questi eventi traumatici a tal punto che neppure durante l'intero periodo della mia analisi junghiana è mai emerso nulla. Nemmeno nei sogni. Niente. Così a un certo punto ho pensato: la psicologia va bene, è estremamente importante per fare un lavoro su di sé, ma adesso è giunto il momento di portare tutto questo fuori, di portare il lavoro psicologico in pubblico, nelle aree dove è presente una forte tensione sociale. Quell'idea, quel desiderio di apportare sollievo in un contesto pubblico facendo emergere la vita interiore delle persone, i loro sentimenti e le loro motivazioni più intime: è stato quello il primo impulso.

Di che anno stiamo parlando?

Arnold: Il primo processo di gruppo con cui abbiamo iniziato a sperimentare è stato nel 1977 o 1978.

La mia domanda successiva si riferisce al tuo libro Essere nel fuoco, che hai scritto più di quindici anni fa e di recente è stato tradotto e pubblicato anche in Italia. Un libro pionieristico e di estrema attualità, che ci trasmette non solo le idee alla base del tuo lavoro, ma anche e soprattutto la tua esperienza nella risoluzione dei conflitti con gruppi anche molto numerosi, in tanti luoghi diversi del mondo. Cosa ti ha spinto a scrivere questo libro?

Arnold: All'epoca esistevano già molte informazioni sulla risoluzione dei conflitti, ma erano tutte basate sostanzialmente sull'idea che bisogna essere gentili gli uni con gli altri, utilizzando metodi di comunicazione non violenta, oppure incontrarsi in piccoli gruppi di persone che sono d'accordo a parlarsi e così via. Non c'era nessuno che dicesse: proviamo



a incontrarci con le persone senza trasferirgli il messaggio che devono comportarsi bene. Proviamo a incontrarci e fare qualcosa persino con coloro che desiderano ammazzarsi a vicenda, che non hanno nessuna intenzione di fare un lavoro su se stessi, e che non sono neppure d'accordo a lasciarci partecipare ai loro incontri. Proviamo a parlare con loro.

Essere nel fuoco è un tentativo di aprire un varco in questa direzione, per sostenere coloro che si ritrovano ad affrontare severe tensioni e conflitti.

Hai iniziato a scrivere questo libro dopo la prima esperienza di Worldwork? Oppure avevi già cominciato prima?

Arnold: No. Ho aspettato almeno dieci anni prima di scrivere qualcosa. Ho voluto verificare che questo approccio funzionasse con almeno diecimila persone. Altrimenti non ci avrei creduto. Appena ho raggiun-



to questo numero mi sono detto: vale la pena di tentare. Sono molto cauto con i metodi. Quest'attitudine viene dal mio background scientifico. Non mi fido di qualcosa che ha funzionato una sola volta.

Trovo che il vostro sia un lavoro a tutt'oggi pionieristico. Intendo dire che è piuttosto raro trovarsi all'interno di dibattiti pubblici, incontri di gruppo, forum cittadini nei quali vengono applicate simili metodiche. Perché ancora oggi è così difficile che questo accada?

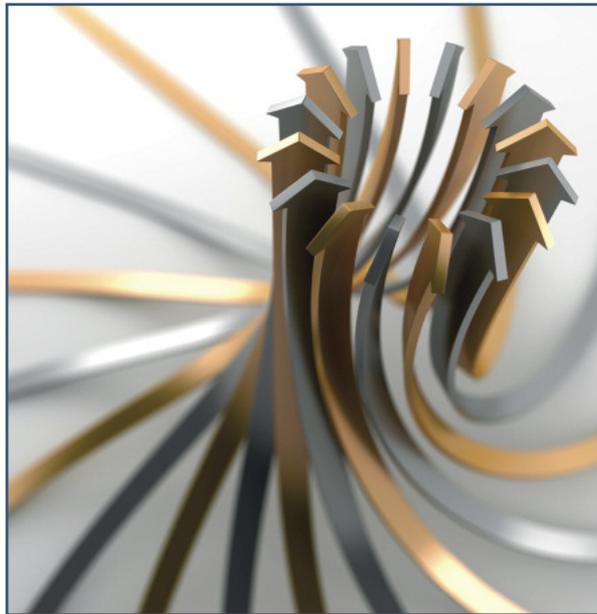
Arnold: Perché siamo ancora all'asilo [ride]! Non abbiamo modelli che ci insegnino a trattare con il caos della molteplicità. Siamo tutti spaventati dal conflitto. Preferiamo andare in guerra, preferiamo uccidere, piuttosto che urlare, confrontarci e tirare fuori le problematiche. Avere un esercito, spendere un sacco di soldi in armi, uccidere tanta gente: è tutto molto più facile che andare dal nemico e parlarci, aprire un confronto anche conflittuale con lui. Parlarci sarebbe più economico, ma le persone non hanno alcuna educazione in merito, nessun modello di riferimento su come relazionarsi nelle situazioni difficili.

Nel vostro lavoro parlate spesso del «processo del sognare» e dei modi in cui è utile esplorare tale processo per poter creare comunità sostenibili. Potete spiegare con parole semplici in cosa consiste questo processo?

Arnold: Certo. Facciamo un esempio. Durante la sessione di oggi abbiamo visto il gruppo di persone dell'America Latina lavorare assieme su questioni riguardanti la criminalità e le droghe. Queste persone si sono incontrate qui per la prima volta. Appena hanno iniziato a parlare, sono subito emerse alcune delle questioni importanti: i traffici di droga, il Nord che vuol mantenere povere le persone... si è parlato di gangster, di criminalità, di suicidi. Ovviamente si tratta di cose reali, ma allo stesso tempo, nel momen-

to in cui si comincia a parlarne, diventano ruoli, fantasmi sospesi nell'aria. Si presentano alla coscienza come se fossero un *sogno collettivo*, che può essere processato dal gruppo nello stesso modo in cui avviene nella terapia individuale, quando un paziente lavora su un proprio sogno e comincia ad appropriarsi dei significati che questo contiene.

Avviene la stessa cosa nel nostro gruppo: nel momento in cui viene nominato il problema della droga e qualcuno incarna la persona tossicodipendente in una sorta di gioco di ruolo, quell'elemento ha la possibilità di esprimersi, di avere voce a beneficio dell'intero gruppo. All'improvviso il gruppo si illumina: «Sì! Quella persona, con quei problemi terribili, ci riguarda, siamo noi!». Quindi attraverso l'esperienza del *sognare insieme*, il gruppo acquisisce una percezione più ampia di



sé e si sente più a casa. Questo ovviamente è solo un esempio.

Vuoi aggiungere qualcosa anche te Amy? So che questo è un tema che ti sta molto a cuore.

Amy: Sognare è qualcosa che avviene da sempre, in ogni tempo e cultura. Attraverso il teatro, l'arte, il rito, l'essere umano ha espresso sempre la propria necessità di andare più in profondità, alla ricerca di un livello di percezione essenziale delle cose e dei fenomeni, per meglio comprendere cosa muove le persone, e ciò che accade tra di loro. Facciamo un esempio specifico. Nel nostro lavoro noi diciamo di notare i *doppi segnali*, che come i sogni veicolano elementi essenziali della comunicazione inconscia tra due o più persone. Quindi mettiamo che due persone stiano cercando di fare una trattativa e giungano a un accordo. Mentre i due si stringono la mano, proprio in quel momento uno di loro si gira a guardare da un'altra parte come se fosse attratto da qualcos'altro. Se non ci soffermiamo su questo «sogno» cercando di portare quel qualcosa nel processo della comunicazione, probabilmente la loro trattativa non durerà a lungo, anche se entrambi hanno detto di sì. È una questione molto pratica.

Spesso quando parlate di psicologia o di psichiatria fate riferimento alla dimensione politica, al rapporto esistente tra gli stati interiori e la co-

munità, di cui volenti o nolenti facciamo parte.

Arnold: Una persona che sta vivendo un'insolito stato di coscienza, frequentemente si trova in quella situazione anche per il fatto che la comunità non sta sperimentando quello stato, perché lo proibisce o lo reprime. Questo ad esempio può avvenire con la paura, la paura degli altri, o con la paranoia, con la depressione. A questi stati non viene concessa adeguata attenzione nella dimensione pubblica.

Amy: Sicuramente conoscerai il libro di Arnold su questi argomenti, *City shadows*, nel quale viene esposta l'idea che le persone che si trovano in alcuni stati di coscienza estremi rappresentano ciò che la loro comunità (famiglia o intera città che sia) è restia ad affrontare: qualcosa dunque che vuole emergere ed essere integrato.

Potrebbe essere questo uno degli esempi di «democrazia profonda» di cui spesso parlate?

Arnold: Sì. Democrazia profonda vuol dire affrontare la realtà così com'è, poi includere il sognare, i doppi segnali di cui parlavamo prima e quei profondi stati di coscienza come la paura, l'amore, il panico, il bisogno estremo. Portare tutto questo più spesso a un livello pubblico, forse potrà aiutare indirettamente molte persone che soffrono a causa di questi stati emotivi.

Mi infonde un senso di speranza sentirvi dire queste cose, e mi aiuta a comprendere meglio questi processi. Grazie Arnold, Grazie Amy. È stato un privilegio per me potervi porre queste domande.

Arnold e Amy: Grazie a te per averlo fatto, lo abbiamo apprezzato. Grazie! ●

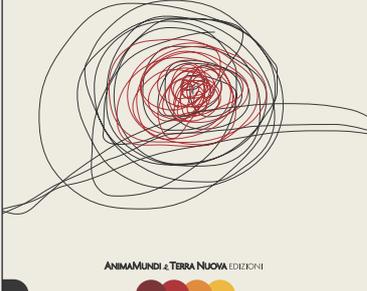
La versione integrale dell'intervista è disponibile su www.terranuovaedizioni.it. Per chi vuole approfondire l'argomento, dal 28 al 30 aprile 2012 a Zurigo si terrà la conferenza *Global Change: social tension, crisis and the process of transformation* con Arnold Mindell e altri relatori. Per informazioni: lettere@aamterranuova.it.

SegnaLibro

arnold mindell

ESSERE NEL FUOCO

gestire la diversità e il conflitto nel lavoro di gruppo
come strumenti di trasformazione sociale



ANIMAMUNDI & TERRA NUOVA EDIZIONI

ESSERE NEL FUOCO
di Arnold Mindell
AnimaMundi e Terra Nuova Edizioni
EA098, pp. 381, euro 15,00
(per gli abbonati euro 12,75)

Una guida per imparare a facilitare il conflitto e la diversità nelle dinamiche di gruppo e nella società.

Il libro si può ordinare presso la redazione di Terra Nuova: tel 055 3215729 – libri@aamterranuova.it online su www.terranuovalibri.it oppure con l'apposito coupon a pag. 99