

“I miei canti..tutto il giorno mi hanno guidato per giungere al paese misterioso dei piaceri e delle pene e ora che è ormai sera e il mio viaggio è finito alla porta di quale palazzo mi hanno condotto?”

Tagore

## **E' PIUTTOSTO IL TEMPO DI APPLICARE RIMEDI CHE NON DI EMETTERE LAMENTI**

Il gruppo al quale si fa riferimento è quello del Laboratorio di scrittura creativa che da alcuni anni, grazie ad un progetto finanziato dalla Regione, è stato attivato all'interno degli Istituti Penitenziari, ed è rivolto a persone tossico-alcool dipendenti detenute.

Perché un Laboratorio di scrittura creativa?

Declinare il gruppo attraverso il Laboratorio ci ha consentito di alleggerire, non certo superare, gli ostacoli che il contesto penitenziario presenta alla costruzione di un gruppo terapeutico nelle sue definizioni classiche. Tra gli ostacoli più rilevanti possiamo citare: le motivazioni personali dei partecipanti (che non sempre coincidono con le attività proprie del gruppo); la variabilità del numero dei componenti (per scarcerazioni, Camere di Consiglio, lavoro interno, permessi, visite e colloqui); il set nel quale si svolge l'attività (stanza nei Passeggi della Casa Circondariale nella quale confluiscono le voci dei detenuti “all'aria” e degli agenti nei corridoi, arredata con vecchi banchi di scuola e seggioline in legno ).

Il termine Laboratorio, inoltre, rimanda immediatamente al fare: elaborando, manipolando, recuperando creativamente la materia, nel nostro caso: pensieri, emozioni, memorie, parole, ci si pone l'obiettivo, ambizioso, di produrre “rimedi”, sotto forma di comportamenti più funzionali al benessere personale, a partire dal qui e ora della situazione detentiva. E, attraverso l'esperienza del gruppo, si impara facendo e si impara anche dagli altri ascoltando le” storie” di ognuno.

La scrittura creativa può così essere un viaggio di autoscoperta, un modo che permette di distaccarsi dall'esperienza per esaminarla, che permette di esplorare situazioni da altri punti di vista, di risolvere problemi, di mettere a confronto idee. Ma permette, soprattutto, di creare un clima di accoglienza, nel senso di accettazione incondizionata, senza giudizio, dell'altro, almeno per le tre ore di permanenza in gruppo, eleggendo la

regola dell'allontanamento di atteggiamenti e commenti svalutanti e di critica.

Benaccetti sono invece i punti di vista alternativi e la condivisione di esperienze.

E, a proposito si esperienze, dato che gli scrittori hanno bisogno di sapere di essere riusciti a comunicare e, per fare in modo che questo succeda, hanno bisogno di un pubblico, approfitto dell'occasione per portare la testimonianza di Michele, un membro dell'attuale gruppo:

“Secondo la mia esperienza personale, quando arrivi in carcere con le tue ansie, le tue paure, le cose lasciate in sospeso fuori, le tue arrabbiature e i tuoi deliri, cominci a pensare prima di tutto alla strada più breve per uscire dall'inferno del carcere, ma anche da tutto quello che ti fa vivere o rivivere fallimenti ecc. Il mio parere personale sul laboratorio di scrittura, dove le assistenti lavorano con le persone affette dal “cancro dell'anima”, cioè i tossicodipendenti, può essere visto da vari punti di vista. C'è chi pensa che andando a questi gruppi si spiana la strada per l'uscita facile, per relazioni positive e per chi decide di curarsi in una comunità, sempre però non convinto di quello che andrà a fare veramente in comunità. C'è quello che viene per evadere un attimo dalla cella o dalla routine del carcere e per avere un confronto con l'altro sesso, sempre in maniera molto riservata e nascosta, con apprezzamenti che senti dopo il gruppo. In uno degli ultimi gruppi che ho fatto sono rimasto un po' esterefatto da un componente del gruppo che però lo frequenta da molto essendo in carcere da diverso tempo. Disse semplicemente che il partecipare a questi gruppi serve, vuoi perché hai anche la possibilità di scaricare le frustrazioni nel doverti rapportare con gli agenti, che non sono sempre “apri e chiudi” porte, ma delle persone che hanno problemi come tutti gli esseri umani. Questo ragazzo ha imparato a rapportarsi in un modo da non crearsi mai problemi con loro, gli agenti, in breve è riuscito a controllare l'istinto e l'impulsività. Questi gruppi sono difficili, non crediate che trovarsi di fianco magari quello che ha mandato in carcere il tuo amico..come fai ad aprirti e a dire di te cose costruttive e a parlare liberamente! E poi un giorno potremmo essere sei persone e da una settimana all'altra da dieci a due, ed è per questo che si chiama laboratorio di scrittura. Io penso che comunque a qualche cosa servano perché il tuo cervello recepisce delle informazioni, vuoi o non vuoi, che ti inducono a fare delle riflessioni che magari non le saprà mai nessuno, però hai messo con le spalle al muro il tuo Io e i conti con te stesso prima o poi li devi fare.

Resto del parere che , comunque uno la prenda , ne esce qualcosa di buono per tutti, per chi si lamenta, per chi ha delle aspettative di uscire o per consapevolezze che ti vengono regalate dai vissuti di altri. Penso che questi gruppi debbano andare avanti perché le operatrici ci credono veramente in quello che fanno e poi perché che tu lo voglia o no prima o poi i conti con te stesso li deve fare e lì ti danno la possibilità almeno di farti suonare qualche campanello d'allarme che ti può aiutare veramente perché chi si aiuta sei tu.”

### Michele

Come emerge anche da questa testimonianza, spesso la dimensione grupppale offre ai partecipanti l'occasione di “prendersi” un tempo e uno spazio da eleggere a palco delle proteste, delle lamentazioni contro: società, Ser.T, carcere, magistrati, avvocati, fidanzate, genitori, contro chiunque non risposto alle aspettative riposte all'esterno di sé.

Ma se il lamento da una parte consente, nell'immediato, di manifestare rabbia, aggressività, a volte solo malumore in un contesto protetto come quello del setting di gruppo, dall'altra , se lasciato senza confini, deresponsabilizza l'autore e ne nega la storia individuale, confondendola in un Noi indistinto.

L'attività di gruppo può favorire le condizioni che permettono di riconoscersi nell'altro e allo stesso tempo di superare la situazione di isolamento e pessimismo e può inoltre stimolare un processo di riorganizzazione degli eventi nella memoria.

I fatti non cambiano, ma il loro ordine riceve una diversa dimensione, sono esperiti diversamente, acquistano un altro significato perchè sono raccontati per mezzo di un racconto diverso. Una memoria così trasformata potrà assumersi gli eventi in modo psicologico, senza più esserne soltanto la vittima.

L'autorivelazione e la condivisione sviluppano l'abilità di valutare oggettivamente il mondo al di fuori di sé, di divenire capaci di percepire il confine tra le proprie concettualizzazioni e quelle degli altri membri del gruppo. Questo processo permette la correzione delle proprie distorsioni interpersonali (esame di realtà) e una valida modalità per superare l'egocentrismo cognitivo, cioè l'incapacità di riconoscere le differenze tra il proprio punto di vista o le proprie convinzioni su una determinata questione e il punto di vista e le convinzioni di un altro sulla stessa questione.

Recuperata la prima persona e quindi la propria storia individuale, con i suoi eroici incontri e i suoi pellegrinaggi, si attiva nel gruppo la condivisione di un percorso epico, nel quale ognuno alimenta nell'altro

fiducia e speranza, carburanti necessari perchè i pensieri di cambiamento si trasformino in rimedi, in una fare che consenta il vivere “dentro” non solo come espiazione di una pena e/o di una colpa, ma anche e soprattutto come occasione di conoscenza di sé e apprendimento dall'esperienza personale e collettiva finalizzata alla revisione del copione della propria storia di vita.

Il confronto con gli altri è una possibilità di contatto e di elaborazione di contenuti ed emozioni “negati” in un ambiente contenitivo e protetto, favorito ed amplificato dalla presenza dei vari membri che creano un particolare clima di coesione che “cura” e restituisce il sentimento perduto dell'essere unico e in continuo rapporto con gli altri.

Esplorare il proprio mondo interno per scoprire “angoli” sconosciuti, risorse inesauribili che neanche si pensava di possedere, è un'esperienza arricchente e positiva.

Conoscersi può essere una sfida per migliorare se stessi o una necessità per crescere, in entrambi i casi è un itinerario verso la libertà.

Cinzia Artoni

“..il viandante deve bussare ad ogni porta straniera prima di giungere alla sua e dobbiamo esplorare tutto l'esterno per arrivare alla fine al santuario della nostra coscienza”

TAGORE