

### **Lezioni imparate con gli Adulti di Seconda generazione (SGA) sul recupero e la resilienza.**

**Leona Furnari e Rosanne Henry**

Il seguente articolo [titolo originale: *Lessons Learned from SGAs About Recovery and Resiliency*] è stato pubblicato su *ICSA TODAY*, vol. 2, n. 3, 2011, pg.2-9. Gli autori e l'*International Cultic Studies Association*, proprietaria della rivista, ne autorizzano la traduzione e la pubblicazione su questo giornale. Traduzione non professionale di Cristina Caparesi.

#### Premessa

Nell'autunno del 2005 l'ICSA cominciò a ricercare forme efficaci per aiutare quegli adulti che erano nati o cresciuti in gruppi chiusi e molto esigenti, per aiutarli a recuperare da quello che potremmo definire un trauma dello sviluppo. Sempre più adulti di seconda generazione (SGA) stavano partecipando ai laboratori ICSA del Colorado<sup>1</sup> e facevano presente che i loro bisogni erano differenti da quelli della prima generazione di sopravvissuti. Venne commissionato un piccolo studio per valutare i problemi di chi era nato in un gruppo settario e delle loro famiglie. Nel 2006 usammo i risultati di questa ricerca per sviluppare un programma per il primo laboratorio di recupero degli SGA, *Sopravvivere e andare avanti dopo un'esperienza in un gruppo chiuso e molto esigente*. Questo laboratorio fu istituito grazie alla generosità della sig.ra Kelly McCabe.

Una prima conclusione di questo studio dell'ICSA fu che la maggior parte degli SGA lasciano i loro gruppi in uno stato di confusione e hanno bisogno di capire 1) perché i loro genitori si sono uniti e sono usciti (se di fatto sono usciti) da un gruppo, 2) cosa pensano del leader, 3) come valutare se c'è stato abuso, 4) chi sono al di fuori del gruppo e 5) perché hanno difficoltà nelle relazioni. Decidemmo di occuparci di questa lista di preoccupazioni nel laboratorio degli SGA focalizzandoci su questi argomenti: il pensiero critico, la cultura del gruppo per aiutare gli SGA a scoprire come erano arrivati alla loro identità e il continuum delle "famiglie funzionali" e dello sviluppo psicosociale "normale" degli individui. Secondo lo studio gli SGA vogliono comprendere l'identità che hanno sviluppato e hanno bisogno di lavorare su cosa sono oggi, così abbiamo pensato di includere una discussione sulla resilienza nella sessione relativa allo sviluppo delle famiglie e dell'individuo. La sessione finale del laboratorio *Sopravvivere e andare avanti dopo un'esperienza in un gruppo chiuso e molto esigente* si focalizzava sulla coscienza rigida degli SGA. Per coloro cresciuti in un gruppo manipolativo, questa enfasi permetteva di penetrare all'interno delle relazioni famigliari e amicali.

---

<sup>1</sup> Per una spiegazione del Colorado Model si veda "Manipolazioni e Vessazioni n.1 del 2012

[http://www.abusie vessazioni.it/?page\\_id=17](http://www.abusie vessazioni.it/?page_id=17)

Giornale online registrato al Tribunale di Udine al N. 7/2012 del 19/04/2012- <http://www.abusie vessazioni.it/>

## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

**anno 1- n°2 | settembre 2012**

Sebbene in questo articolo si è cercato di guardare in modo olistico al laboratorio di recupero degli SGA, l'attenzione è rivolta in particolare a ciò che gli autori hanno imparato dalle loro risposte nel laboratorio e come hanno poi cercato di adattare le loro presentazioni nella speranza di soddisfare più adeguatamente il bisogno di questi adulti.

*Prima edizione: Panoramica del primo laboratorio per il recupero della Seconda Generazione*

Prima di ogni altra cosa, è di vitale importanza comprendere che, diversamente da coloro che aderiscono ad un gruppo settario da adulti, i bambini cresciuti in questi gruppi non si sono "uniti" e non hanno avuto nessuna parte in questa decisione, ma è la cultura nella quale sono nati o cresciuti. I bambini cresciuti in gruppi manipolativi spesso vivono in contesti isolati nei quali la scolarizzazione è minima o irregolare nei casi migliori. Non viene loro insegnato e neanche strutturato il pensiero critico in modo diretto ed anzi se emerge nel sistema gruppo, di solito viene punito. Per vivere e fare scelte appropriate nella vita c'è bisogno di strategie cognitive che aiutino a valutare le miriadi di informazioni che si presentano. Di conseguenza, apprendere a ragionare criticamente è necessario ed importante per recuperare le proprie abilità ed il loro funzionamento nel mondo post settario. Questo aspetto è così importante che il gruppo di facilitatori scelse di iniziare il laboratorio con questo argomento che Bill Goldberg aveva sviluppato e presentato.

Il laboratorio successivo esaminava la cultura "della sottomissione e della ribellione occulta", e veniva sviluppato da Joyce e Michael Martella. In questa sessione i partecipanti prendevano coscienza di come gli SGA riescono a sopravvivere ad un ambiente oppressivo creando una facciata pubblica diversa dal proprio sé privato. In questa sessione si imparava inoltre il perché l'uso del pensiero critico è necessario per afferrare i meccanismi della condizione di oppressione e per sviluppare un'identità personale e sociale nuova.

Nella sessione seguente il relatore portava una lezione sulle famiglie sane. Dato che molti bambini cresciuti nei gruppi settari non hanno l'esperienza di una normale famiglia nucleare con proprie regole e legami di attaccamento emotivo, rimangono confusi rispetto a questi meccanismi sociali. Il gruppo familiare di provenienza è solitamente inconsistente, caotico, rigido, e abusante. Non possono contare su famiglie che discutono dei problemi in maniera civile, rispettandosi gli uni gli altri e lavorando insieme in modo cooperativo. Dato che molti SGA vogliono o hanno ora una propria famiglia nucleare, abbiamo utilizzato modelli di terapia familiare per presentare il concetto di famiglia normale, insieme ad un continuum tra famiglie ad alto/basso funzionamento.

Il successivo laboratorio esplorava lo sviluppo individuale. Il focus primario di un gruppo chiuso e molto esigente è sulla missione e/o i bisogni della leadership e questo limita la disponibilità e l'abilità dei genitori nel crescere i propri figli. I genitori sono di solito trattati come fratelli spirituali dei propri figli e privati dal

Giornale online registrato al Tribunale di Udine al N. 7/2012 del 19/04/2012- <http://www.abusievessazioni.it/>

## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

**anno 1- n°2 | settembre 2012**

potersi occupare del loro benessere. Di conseguenza i bambini cresciuti in questi ambienti sono trascurati e spesso abusati. Molti SGA hanno sperimentato questo tipo di trauma che ha direttamente impattato sul proprio sviluppo psicosociale, come anche nell'abilità di sviluppare un attaccamento sano ai propri genitori. È importante imparare come avviene uno sviluppo normale e come si forma una base sicura nel legame di attaccamento prima che i sopravvissuti possano valutare in che modo il proprio sviluppo è stato interrotto e come questi effetti possano ancora permanere nel presente.

Dopo questa discussione, abbiamo presentato la sessione sulla resilienza. Abbiamo concepito la resilienza come una capacità innata, un processo normale di adattamento e sviluppo umano, ma anche un corso proattivo sulla sopportazione, sull'auto-correzione e crescita come risposta alle crisi e alle sfide.

L'ultima sessione in questo primo laboratorio argomentava sulla rigidità ed il carattere perfezionista degli SGA e sulle relazioni con le famiglie e gli altri. Il modo in cui il leader/gruppo ha influenzato lo sviluppo del carattere degli SGA è un argomento da sviluppare per dar modo ai partecipanti di comprendere: 1) perché si colpevolizzano facilmente; 2) perché sono terrorizzati dal mondo esterno; 3) perché fanno fatica a ritenere il leader del gruppo responsabile del proprio abuso; 4) perché si sentono sempre un fallimento. A certi livelli, i bambini cresciuti in un gruppo chiuso e molto esigente imparano ad interiorizzare la rigidità del proprio leader. Comprendere da dove questi atteggiamenti critici si originino aiuta gli SGA ad iniziare un processo che li aiuterà a rinneghi. Lorna Goldberg ha strutturato questa parte aggiornandola ogni anno.

Il laboratorio si sviluppava in un weekend terminando con il saluto di Carol Giambalvo nel quale i partecipanti avevano la possibilità di parlare di ciò che li aveva colpiti. I facilitatori avvertivano il gruppo sulla possibilità di sperimentare profonde emozioni, concluso il laboratorio e rientrati nella vita di ogni giorno.

*Prima Edizione: i Sistemi Famiglia*

Nel primo laboratorio del 2006, ci si era focalizzati sulle famiglie. In questa sezione si è presentata la teoria ed incoraggiata la discussione basata sulle esperienze degli SGA. Dato che le famiglie sane incoraggiano uno sviluppo individuale sano, abbiamo pensato che avevamo bisogno di iniziare con l'esame di questo sistema sociale. Abbiamo definito la famiglia come un sistema sociale naturale con regole, ruoli e una struttura di potere e forme sviluppate di comunicazione comprendenti negoziazione e *problem solving*. Tuttavia, in considerazione che la maggior parte degli SGA erano minati nel proprio gruppo famiglia, erano anche molto confusi sul concetto di famiglia nucleare, sui legami di attaccamento e sulle lealtà. Il concetto di una famiglia nucleare naturale è una storiella per chi è cresciuto in gruppi simili perché hanno visto solo famiglie nucleari

## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

**anno 1- n°2 | settembre 2012**

ingoiate da gruppi famigliari non naturali, dove i legami che normalmente uniscono i membri vengono puniti fino all'estinzione.

I partecipanti dovevano guardare al concetto di famiglia e ai livelli di funzionamento con nuovi occhi per poter meglio identificare la loro esperienza nella propria nuova famiglia. Abbiamo iniziato a costruire il quadro di riferimento con modelli della terapia familiare e discutendo sui modi in cui le famiglie sono organizzate, e guardando al continuum tra basso/alto funzionamento. Per esempio le famiglie ad alto funzionamento sviluppano pratiche efficaci e stabili per la crescita dei figli ed il mantenimento del proprio matrimonio. Hanno anche dei confini fisici e psicologici diversi e viene rispettata l'esigenza di relazioni individuali e dell'intimità. La maggior parte degli SGA erano stupiti da queste possibilità perché non avevano mai sperimentato la cura ed il rispetto dell'intimità. Prendevano anche consapevolezza che i loro genitori non potevano concentrarsi sul proprio matrimonio perché nei gruppi settari la relazione maritale non è una priorità.

Imparare il modo in cui comunicano le famiglie sane ha generato risposte di stupore nei partecipanti. Abbiamo discusso su come la comunicazione tra le famiglie sane è chiara, specifica e diretta. In queste famiglie i bambini si sentono ascoltati e i genitori rispettati. Entrambi questi risultati sono rari nelle strutture dei gruppi chiusi ed esigenti. Poi abbiamo presentato le modalità delle decisioni democratiche che sono aperte ed includono attivamente i bambini. La maggior parte dei partecipanti potevano fare riferimento solo al proprio senso di confusione ed impotenza mentre le decisioni venivano imposte dal leader del gruppo e rinforzate dai loro luogotenenti.

Cominciando a comprendere come le famiglie normali funzionano e sono organizzate e come i membri si relazionano l'un l'altro è stata un'esperienza che ha fatto riflettere molto. La prospettiva presentata chiariva tutto quello che la propria famiglia non era stata, ciò che ai loro genitori non era stato permesso fare, e la protezione, sicurezza e sostegno che i partecipanti non avevano ricevuto. Da questo luogo di precarietà del primo laboratorio di recupero, ci siamo lanciati nella successiva parte presentando lo sviluppo personale.

*Prima Edizione: lo sviluppo individuale psicosociale.*

Le famiglie sane incoraggiano uno sviluppo psicosociale individuale sano, ed altrettanto succede in contesti sani con educatori appropriati ed attenti. Sapendo che questi individui nati o cresciuti in gruppi chiusi ed esigenti hanno avuto delle esperienze infantili difficili e spesso abusanti, abbiamo pensato di seguire alla discussione sullo sviluppo individuale una breve sessione sulla resilienza, sebbene non avevamo pianificato di analizzarla in profondità, almeno in questa prima edizione del laboratorio.

## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

**anno 1- n°2 | settembre 2012**

Dopo aver chiarito che lo sviluppo è influenzato dalla natura (aspetti biologici e genetici) e dalla cura (aspetti ambientali ed interpersonali) ci siamo focalizzati sul modello psicosociale di Eric Erickson, con uno sguardo agli stadi di sviluppo dall'infanzia e fino all'adulthood ed abbiamo analizzato i compiti di ogni stadio, le competenze che si possono acquisire data una serie di circostanze che includono le seguenti caratteristiche, ma non solo: per lo meno un genitore o educatore adeguato e coerente, il soddisfacimento di bisogni di base, come cibo e riparo, attenzione adeguata, stimoli ed interazioni sociali e cure mediche appropriate. Tutto ciò aiuta a sviluppare un attaccamento sicuro, e quest'ultimo è il fondamento per uno sviluppo infantile sano.

L'attaccamento sicuro è conseguente al disporre di un genitore che è emotivamente disponibile, intuitivo ed autentico, con il quale il bambino inizia a sviluppare un senso di appartenenza al mondo. Il genitore o chi si occupa di lui deve armonizzarsi o allinearsi con lo stato interno del bambino, così che lo stesso possa sentirsi "visto" in un modo non verbale; in altre parole, l'adulto "risuona" o s'intona con il bambino. Si pensi ad esempio a due musicisti che suonano fuori sintonia l'un l'altro. Secondo Daniel Siegel (2003) la sintonia, l'equilibrio e la coerenza sono l'*abc* del legame di attaccamento. Se l'educatore ha questa sintonia, il bambino trova l'equilibrio fisico, emotivo e mentale, un senso di armonia, stabilità e regolamento. Da qui. Il bambino impara come auto-regolarsi (incluso il regolamento delle risposte allo stress, al ciclo sveglia-sonno, del battito del cuore, della digestione e del respiro) e ad essere flessibile. Secondo Alan Schore (2005, p. 3), "lo sviluppo normale rappresenta l'accrescimento dell'autoregolazione" che viene appreso in infanzia nella comunicazione dell'emisfero destro-destro del cervello (sintonia) tra madre (o chi lo accudisce) e bambino. La coerenza è il risultato dell'equilibrio con il quale il bambino sviluppa un senso integrato e coerente di sé stesso, ed un senso totale di benessere e l'abilità all'adattamento.

Abbiamo anche considerato i possibili deficit quando questa serie di circostanze non sono così adeguate. Dato che la popolazione alla quale stavamo dando l'informazione erano soggetti nati e cresciuti in ambienti disfunzionali, molti di questi aspetti salutari erano assenti nella prima fase del loro sviluppo. Perciò per lo più, se non tutti i partecipanti, avevano dei significativi deficit nello sviluppo psicosociale.

Durante la prima presentazione di questa parte dello sviluppo individuale del laboratorio, molti partecipanti sembravano sopraffatti e perfino scoraggiati dall'informazione sul sano sviluppo, visto che enfatizzava ciò che nelle loro vite era mancato. Spiegammo che, mentre Erickson parlava di "costruire dei blocchi" di sviluppo psicosociale, è importante tenere a mente che lo sviluppo umano è un processo continuo, piuttosto di qualcosa che attiene ad episodi discreti. Andando un passo più in là, se le condizioni nell'infanzia interferiscono con un attaccamento e sviluppo sano, è possibile raggiungerlo anche successivamente nel corso della vita attraverso relazioni sane.

## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

**anno 1- n°2 | settembre 2012**

A cominciare con l'infanzia gli individui, in ambienti salutarî, imparano ad avere fiducia e trovare sicurezza nel mondo attraverso chi si cura di loro. Nella primissima infanzia si sviluppa un senso di autonomia e confidenza in sé stessi, ed è allora che si sviluppa la qualità dell'iniziativa. Negli anni della scuola primaria, i bambini costruiscono un senso di competenza attraverso le esperienze positive negli ambienti di apprendimento, e in adolescenza gli adolescenti cominciano ad individuare e costruire un senso di "chi sono io" come individuo, separato dai propri genitori. Il periodo della giovinezza porta la comprensione dell'intimità; e nel periodo dell'adulità gli individui continuano a definire se stessi facendosi una propria famiglia e carriera. Le "buone esperienze" avute durante tutto il percorso della propria vita aiutano, andando avanti con gli anni, a sentire un senso di integrità quando si guarda indietro al passato. Nel pensare e valutare questa informazione, è importante tenere in mente le condizioni nelle quali gli SGA e i loro genitori si trovavano durante le prime fasi di sviluppo della loro esperienza.

I genitori (e chi ha accudito gli SGA) sono spesso manipolati dal gruppo e dai suoi leader nel credere che i sentimenti normali che provano per i loro figli, come amore, preoccupazione e attaccamento, non sono spirituali, santi o giusti e che attenuano lo scopo più alto e superiore del gruppo (Furnari, 2005). In alcuni casi, ai genitori viene detto di abbandonare i propri figli, o mandarli in centri comunitari nei quali sono affidati alla cura di vari educatori sempre diversi. I genitori possono essere obbligati a separarsi dai propri figli e mandati a fare "un lavoro con scopi superiori" e perciò diventano impotenti nella cura dei loro figli. Per questo motivo, molti bambini cresciuti in questi ambienti non hanno delle figure di attaccamento sane e sono incapaci di sviluppare un senso di fiducia. Senza un sentimento di fiducia di base negli altri e nel mondo, questi bambini vengono lasciati con la sensazione di "Non essere importante", che può contribuire a creare uno stato di ansia nella vita. Perché altri blocchi fondamentali nello sviluppo non sono stati ancora solidamente stabiliti, si sviluppano dei nuclei di credenze negative come "sono cattivo", "sono responsabile se gli altri stanno bene o male", "sono stupido o sbagliato" o "non so chi sono o quale sia il mio ruolo nella vita" (Bryant, Kessler, Shirar, 1992).

Sebbene la maggior parte degli SGA che partecipavano a quel primo laboratorio fossero d'accordo che questo fosse stato il loro caso, vederlo confermato per la prima volta (in modo così esplicito) era per loro stupefacente. Non potevano più negare ciò che era stato ed esprimevano sentimenti di rabbia e di sconsolazione. In parte perché questo argomento venne presentato tardi nel pomeriggio a conclusione di molte altre informazioni provocatorie ed emotivamente stimolanti, ed in parte per la difficoltà della tematica, noi come autori/presentatori ci sentivamo che non sarebbe stato produttivo nel continuare come avevamo pianificato. In un istante, scegliemmo di cambiare la presentazione sulla resilienza constatando come questi soggetti non stessero solo arrancando nella sopravvivenza ma fossero rifioriti.

## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

**anno 1- n°2 | settembre 2012**

*Seconda Edizione: risultati della ricerca sulla resilienza.*

Basandosi sulla nostra esperienza del primo laboratorio del 2006, quando stavamo preparando il secondo nel 2007, decidemmo di focalizzarci più specificatamente e più approfonditamente sulla resilienza. La nostra speranza era di enfatizzare e dimostrare che, dopo un'esperienza traumatica, sia che si è stati coinvolti in un gruppo settario ma anche in altre situazioni difficili della vita, noi come esseri umani abbiamo la capacità della resilienza e di una crescita positiva, sia per noi stessi che per le nostre famiglie. Nella sessione sulla resilienza che abbiamo poi sviluppato, il nostro scopo era esplorare la resilienza ed aiutare i partecipanti a sviluppare una comprensione della possibilità di sviluppare una forza interiore, mentre si cerca un nuovo significato di vita e si crea un senso positivo di sé.

Finora una ricerca specifica per gli SGA non è stata ancora realizzata. La ricerca sulla resilienza sviluppata per altri bambini che corrono rischi simili a quelli dei bambini nelle sette, mostra risultati soddisfacenti. La ricerca indica che il 70/75% dei bambini che hanno sperimentato fattori di rischi significativi, sono in grado di sopravvivere e creare delle vite positive. In più, la ricerca in anni recenti sulla plasticità del cervello umano e la sua abilità di generare nuove cellule e reti neurali, con nuovi apprendimenti e nuove esperienze fornisce maggiori speranze per la capacità di superare il trauma.

Nella seconda edizione, sull'argomento della resilienza, abbiamo ascoltato i suggerimenti dei partecipanti spostando il nostro focus dal passato al presente (dove andare da qui). Discutemmo di come la resilienza è composta di quattro categorie che si sovrappongono costituendo delle forze interiori che possono migliorare se messe alla prova: 1) competenza sociale, 2) buone abilità di problem solving, 3) autonomia, 4) uno scopo nella vita.

Poi abbiamo imparato dai partecipanti, perché non potevano relazionarsi con nessuna di queste qualità, che gli adulti cresciuti in ambienti manipolativi non avevano un'idea di sé come di persone resilienti. E nonostante ciò avevano lavori, molti erano sposati, alcuni crescevano dei figli ed altri andavano a scuola.

Non sembrava che riconoscessero il loro potere, nonostante l'abilità mostrata nella sopravvivenza, nella capacità di essersi allontanati dall'unica cosa che avevano conosciuto, e di essersi creati una nuova vita. Eravamo sorpresi da questa sottovalutazione del loro successo e cercammo di convincerli della loro resilienza; ma il nostro appello cadde su orecchie sorde. E allora scoprimmo qualcosa di utile, che emerse appunto nell'edizione tre.

*Terza Edizione: resilienza come un continuum.*

## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

**anno 1- n°2 | settembre 2012**

La ricerca sulla resilienza ci ha aiutato ad ampliare la nostra attenzione nel laboratorio del 2008, provando un altro approccio. Questa volta, presentammo la resilienza come un continuum dalla vulnerabilità (poca resilienza) all'adattabilità (maggiore resilienza), con una discussione su cosa promuove maggiormente la resilienza degli SGA.

Abbiamo chiesto: quale barriere limitano la loro resilienza? Cosa la può promuovere? E da loro hanno creato la lista della tavola 1 a seguire, che esemplifica le quattro categorie che si sovrappongono e che definiscono la resilienza:

- 1) Competenza sociale
- 2) problem solving
- 3) autonomia
- 4) uno scopo nella vita.

La lezione che abbiamo imparato in modo chiaro e forte da questo scambio è lasciare che gli SGA definiscano i propri punti di forza. Quando sono in grado di articolare in che modo sono resilienti, possono cominciare ad esserlo. Possono anche scegliere di inquadrare la loro storia insieme a temi sulla resilienza.

### *Lezioni imparate*

Abbiamo imparato molto dal recupero degli SGA attraverso i nostri laboratori con loro. Alcuni temi per il recupero possono essere gli stessi per i sopravvissuti di 1° e 2° generazione; per entrambi questi gruppi, l'educazione psicologica è il fondamento dei laboratori di recupero. Comunque, con gli SGA ci sono delle significative differenze che debbono essere considerate.

Abbiamo imparato quale materiale è importante presentare, come presentare quello difficile, ed anche quando è il momento migliore per introdurlo. Abbiamo imparato che dobbiamo regolarmente adattare le nostre lezioni basandoci sulle risposte e le esperienze degli SGA. Dato che molti non hanno un quadro di riferimento di ciò che è il funzionamento normale della famiglia, o quale dovrebbe essere uno sviluppo individuale ed un legame di attaccamento sano, abbiamo cercato di presentare questo argomento lo stesso perché potessero meglio identificarsi con la propria esperienza, e poi focalizzarsi più specificatamente con i temi che interferiscono con il loro recupero e qualità di vita. È importante per noi relatori e facilitatori essere in sintonia con i bisogni e le risposte dei partecipanti, per poter ascoltare la loro rabbia, dolore ed impotenza ed aiutarli a contenere ed elaborare i loro sentimenti. Dobbiamo però anche focalizzarci sulle loro molte forze ed incoraggiarli ad identificarsi su cosa sono: dobbiamo enfatizzare le loro forti abilità adattive ed aiutarli a vedere i loro punti di forza. Abbiamo imparato che è della massima importanza lasciare che gli SGA definiscano la loro resilienza, in questo modo possono prenderne possesso e continuare a crescere in direzioni positive. Inoltre, con la conoscenza che abbiamo del potenziale di guarigione delle relazioni sane, possiamo incoraggiare relazioni positive modellando quelle del gruppo.



## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

**anno 1- n°2 | settembre 2012**

Gli SGA sono un gruppo molto resistente e diverso di individui. Nel laboratorio “*Sopravvivere e andare avanti dopo un’esperienza in un gruppo chiuso e molto esigente*” hanno dimostrato la loro resilienza nel coraggio e nella disponibilità di condividere le proprie storie e nel sostenere la propria causa. Fanno fronte, si adattano e creano nuove relazioni per se stessi. Nel processo di guarigione, con coraggio e determinazione, scoprono chi sono.

Questo è il programma del più recente laboratorio “*Sopravvivere ed andare avanti dopo un’esperienza in un gruppo e molto esigente*”:

- Pensiero critico e gestione dei *flashback*
- Un sano sviluppo individuale in famiglie sane
- La cultura della Seconda Generazione sulla sottomissione e la ribellione occulta nei gruppi chiusi e molto esigenti- trattare la cultura dello shock
- Resilienza
- La rigida coscienza della Seconda Generazione di ex membri di setta
- Relazioni con le famiglie e gli altri
- Conclusioni e commenti

Essere di aiuto come facilitatori in questi laboratori è stata un’esperienza ispirante per noi. Come abbiamo già chiarito i laboratori, come la vita, cambiano man mano che impariamo.

### TAVOLA 1: SOVRAPPOSIZIONE DI ELEMENTI CHE DEFINISCONO LA RESILIENZA

MENO.....RESILIENZA.....  
 .....PIU’

COMPETENZE SOCIALI	
BARRIERE DELLA RESILIENZA	PROMOZIONE DELLA RESILIENZA
Isolamento	Collegarsi ad altri ex membri
Sostegno limitato da famiglia e amici	Avere il sostegno della famiglia allargata, dei pari
Prolungata dipendenza da altri membri	Fare nuove amicizie

## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 1- n°2 | settembre 2012

Essere circondato da persone negative	Trovare persone più positive e fiduciose
Relazioni di co-dipendenza malate	Mantenere dei confini chiari nelle relazioni
Paura di giudizio della famiglia	Ricevere comprensione ed accettazione dalla famiglia
Segretezza, vergogna, auto-condanna	Scrivere la propria storia, trovare il modo di perdonare sé stessi e gli altri
Esitazione nel cercare aiuto	Elaborare la propria esperienza nella setta in terapia o nei laboratori di recupero

### PROBLEM SOLVING

PROBLEM SOLVING	
BARRIERE DELLA RESILIENZA	PROMOZIONE DELLA RESILIENZA
Istruzione insufficiente	Ricevere un'istruzione formale/informale
Interpretazione sbagliata di cosa sia una setta	Imparare sulla setta- fare delle ricerche sul proprio gruppo/leader
Pensiero apocalittico	Avere un pensiero ottimistico e fiducioso
Pensiero magico, vista distorta del mondo	Sviluppare la consapevolezza di vedere il mondo in modo più chiaro, migliorando il pensiero con la logica
Dubitare continuamente di sé	Avere un buon discernimento, imparare ad avere fiducia di sé
Minimizzare l'abuso	Riconoscere la gravità dell'abuso

### AUTONOMIA

AUTONOMIA	
BARRIERE DELLA RESILIENZA	PROMOZIONE DELLA RESILIENZA
Instabilità finanziaria	Avere accesso a risorse finanziarie
Passività, impotenza	Auto-promozione, volontà, affrontare i leader
Cattiva salute	Avere una buona salute e accedere al sistema di salute

## MANIPOLAZIONI E VESSAZIONI

RASSEGNA INTERNAZIONALE DI CONTRIBUTI TEORICO-PRATICI DELL'ASSOCIAZIONE SOS ABUSI PSICOLOGICI

anno 1- n°2 | settembre 2012

Trascuratezza personale	Curare se stesso: fisicamente ed emotivamente
Vulnerabilità alla dipendenza	Trovare un bilanciamento tra esterno ed interno

SCOPO NELLA VITA	
BARRIERE DELLA RESILIENZA	PROMOZIONE DELLA RESILIENZA
Rigidità, militarismo	Elasticità, umorismo
Sottovalutare la propria abilità di sopravvivere	Confidare nella propria abilità di sopravvivere al trauma della setta, rimanere in piedi, essere vivo
Mostrare impazienza, amarezza	Avere pazienza, compassione per sé e per gli altri
Essere troppo assorbenti	Praticare l'altruismo volontariamente