

IL VALORE DELLA TERAPIA DI GRUPPO NELLA SOCIETÀ LIQUIDA DI BAUMAN

Tiziana Aceti, Antonella Liverano

Molte delle intuizioni e delle costruzioni teoriche di Berne (1961) e dei suoi primi collaboratori derivano dall'osservazione di ciò che accadeva nei gruppi. Berne sosteneva infatti che l'AT è una branca della psichiatria sociale, intendendo per psichiatria sociale lo studio degli aspetti psichiatrici di specifiche transazioni o set di transazioni che si attivano tra due o più particolari individui in un dato momento e luogo. La psicoterapia di gruppo ne rappresenta il luogo di studio e terapia. La psicopatologia viene quindi definita non in termini conflittuali ma rispetto alla povertà della propria esperienza ed il paziente, attraverso il gruppo, rivitalizza ed espande la sua capacità di generare un'esperienza relazionale che sia reale, significativa e valida.

Gruppo, società liquida, imago di gruppo, mente relazionale.

Concetto di gruppo e relazione.

Con questo lavoro vogliamo presentarvi le nostre riflessioni sul significato della terapia di gruppo in un momento storico come quello attuale fatto di incertezze, precarietà ed estrema privatizzazione dell'esistenza sociale.

Ci sembra opportuno partire da alcune definizioni del concetto di gruppo e ci è sembrata significativa quella di Foulkes. “La malattia mentale, alla sua vera radice, ha un disturbo di integrazione entro la comunità, un disturbo di comunicazione” (Foulkes, 1964, pag. 108). Foulkes è unanimemente riconosciuto come l'ideatore dell'approccio gruppo-analitico o, secondo la sua stessa definizione, della psicoterapia analitica di gruppo. Il gruppo è per Foulkes un sistema che prende vita dai diversi sottosistemi costituiti dai singoli individui, sottosistemi aperti e comunicanti ed il lavoro gruppo-analitico è un lavoro centrato sul gruppo per giungere tramite esso all'individuo, obiettivo principale della cura.

Il lavoro di Foulkes si fonda sulla convinzione che la personalità individuale deriva da un processo di sviluppo che si verifica all'interno della collettività, e che il carattere sociale dell'uomo debba essere riconosciuto come fattore primario irriducibile. Se la personalità di ogni uomo prende forma

all'interno di processi di comunicazione sociale, le nevrosi e gli altri disturbi psichici vanno considerati come fenomeni multipersonali che devono essere trattati con un metodo che tenga conto della rete dei rapporti interpersonali.

Nella visione di Foulkes gli individui fanno dunque parte di una serie di reti sociali che, in qualche maniera, determinano i processi di sviluppo e di comunicazione ed influenzano le esperienze ed i comportamenti. La parte più intima della rete totale di una persona viene denominata *plexus*, che solitamente è formato dal nucleo familiare originario e da un numero limitato di altre persone significative. Il sintomo individuale, in questa visione, rappresenta l'espressione di un disturbo nell'equilibrio del *plexus* di cui il portatore del sintomo fa parte.

Foulkes, fonda un nuovo approccio della sofferenza psicologica, riconoscendone per la prima volta il carattere multipersonale: essa si svilupperebbe da un complesso di relazioni inter e transpersonali piuttosto che da un nodo patologico individuale e recondito nella psiche umana. La famiglia, come il gruppo, è la matrice della vita mentale dell'individuo: essa da un lato consente ed assicura lo sviluppo del soggetto, dall'altra deve lasciare spazi di apertura verso nuove significazioni della propria esistenza.

Ci piace sottolineare come la teoria di Foulkes presenti molte analogie con quella del sociologo Zygmunt Bauman (2002) secondo il quale la società globale, tardo-capitalistica e liberal-democratica, promette di esaltare l'autonomia e la libertà degli individui, ma di fatto ne accentua la "solitudine" attraverso una progressiva privatizzazione dell'esistenza sociale e una dissoluzione di valori ed ideali. La "modernità solida" si basa infatti sulla produzione e sulla durevolezza dei beni, quella "liquida" sul consumismo. La relazione tra bisogni, produzione e consumo risulta così invertita rispetto alla "società dei produttori": sono le esigenze dei meccanismi consumistici a dettare bisogni ed esigenze degli individui, e non viceversa. La perdita di senso del tempo, tipica della condizione umana nella "modernità liquida", è uno degli aspetti fondamentali dello scenario nel quale Bauman vede persone e gruppi sociali muoversi in un dinamismo frenetico che travolge ogni dimensione della vita. L'individuo così rappresentato, è un soggetto in completa "solitudine esistenziale", in balia di forze che non solo non può controllare, ma non riesce neppure a comprendere. Nella modernità liquida, è il consumo la priorità di ogni individuo, e principalmente il consumo/acquisto di identità personali attraverso l'identificazione. La stessa vita sentimentale, il rapporto con il corpo e le relazioni umane sono piegate a questa logica. Il senso d'appartenere ad una comunità rappresenta l'unico modo, oggi, per sfuggire alla liquidità del vivere odierno.

Nella società liquida prevalgono quindi la “cultura dell’adesso” e “cultura della fretta” che insieme mettono in crisi anche le dimensioni costitutive più intime della personalità e del comportamento, come le aspirazioni e le potenzialità di *costruirsi persone*, cioè soggetti capaci di pensare, di aderire a principi e obiettivi di autoregolazione e soddisfazione, di instaurare relazioni interpersonali gratificanti e portatrici di un equilibrio emotivo non effimero.

Il senso di insoddisfazione e di incertezza che consegue ad uno scenario di vita consumistico e competitivo, dove “per occupare la scena bisogna cacciare via gli altri”, ha indotto Bauman a ribadire che “siamo condannati a vivere in un’incertezza permanente”, che è causa ed effetto di precarietà emozionale e instabilità relazionale e valoriale. Così l’uomo moderno vive una permanente condizione di emergenza, di perenne movimento e apprendimento. Ma, scrive Bauman, (2002) “la vita dedicata al consumo è una vita di rapido apprendimento e fulmineo oblio” per cui il paradosso della società dei consumi è che, mentre sembra fondarsi sul presupposto della ricerca della soddisfazione dei bisogni, in realtà per non morire essa ha bisogno della perenne insoddisfazione: non si può essere veramente mai soddisfatti per continuare a cercare una nuova moda e una nuova stagione.

Chi è contento è un consumatore imperfetto e deve diventare dunque un emarginato sociale.

Nell’economia consumistica è l’appello ad una felicità sempre sfuggente che è di buon auspicio, perché fa presagire un ulteriore giro di acquisti. In questa società si ha bisogno non solo di produrre e acquisire, ma di smaltire e ricominciare daccapo.

Parlando di definizione del termine gruppo il riferimento a Lewin (1951) è imprescindibile in quanto anche questo autore pone l’accento sulla portata sociale del gruppo stesso. Egli ipotizzò che il gruppo fosse un tutto le cui proprietà sono differenti dalla somma delle parti: è un sistema di interdipendenze fra i membri e gli elementi del campo. Si determina così un nuovo paradigma epistemologico: dallo studio del singolo allo studio della relazione tra il singolo ed il campo di forze all’interno del quale vengono incontrate altre entità. “Il gruppo è un fenomeno complesso, una totalità dinamica, un qualcosa di più o, per meglio dire, di diverso dalla somma dei suoi membri: ha una struttura propria, fini peculiari e relazioni particolari con gli altri gruppi. Quello che costituisce l’essenza non è la somiglianza o la dissomiglianza riscontrabile fra i suoi membri, bensì la loro interdipendenza” (Lewin, 1951, pag. 125).

Il gruppo è qualcosa di diverso dalla somma dei suoi membri, in quanto possiede una struttura propria, fini peculiari e relazioni particolari con altri gruppi. E’ attraverso questa visione del gruppo che Lewin coglie e sottolinea la portata psico-sociale della nozione di gruppo, la sua specificità, la

sua multidimensionalità: l'importanza degli individui, con i loro bisogni, aspettative, desideri, da una parte, e il campo psicologico e sociale in cui essi si muovono, dall'altra; entrambi in assoluta reciprocità ed interazione.

All'interno di un gruppo, o fra sottogruppi, si stabiliscono legami soggetti a un cambiamento che derivano da una interferenza fra le condizioni individuali, caratteristiche di ciascun partecipante, e quelle gruppalì, dovute alle interazioni sociali e alle percezioni interpersonali.

Quindi il gruppo è uno "*spazio sociale*" che favorisce lo sviluppo delle relazioni fra gli individui che ne fanno parte e facilita la nascita dei legami identificativi ed individuativi; genera, inoltre, la creazione di una cultura e di una affettività comuni che nel tempo tendono ad essere condivise, a stabilizzarsi e ad essere interiorizzate. Non esiste gruppo quando non esiste, tra le persone che lo compongono, una vera e propria rete di comunicazione, superiore alla rete di comunicazione di altri membri del loro ambiente sociale. Per questo riteniamo che il concetto stesso di gruppo sia un concetto inerente alla comunicazione.

L'atmosfera del gruppo e delle relazioni interpersonali che la costituiscono sono importanti non solo per il cambiamento della percezione del proprio Sé ma anche per il fatto che dallo scambio relazionale tra i membri del gruppo si struttura l'identità del gruppo nella quale i singoli membri si riconoscono.

Il libero fluire della comunicazione in un clima psicologico di sicurezza favorisce quel feedback che permette a ogni membro di venire a sapere come egli appare agli altri e quale impatto ha sui rapporti interpersonali, nonché l'accettazione dei propri sentimenti proibiti i quali possono diventare legittimi e liberatori quando si vede che sono anche altre persone ad esprimerli.

Il gruppo è anche "*un'organizzazione mentale*", un operatore psichico, un sentimento di appartenenza, un vissuto, e insieme a tutto ciò, anche un complesso reticolo di interazioni e relazioni psichiche osservabili dal punto di vista fenomenologico. Infatti il gruppo sviluppa nel tempo una storia condivisa, producendo una catena associativa che fa da ponte tra il qui ed ora dello spazio mentale comune e la riattualizzazione delle memorie di base dell'individuo. Connettendo tra loro, in modo fecondo, diversi stati mentali soggettivi che interagiscono all'interno del gruppo, il gruppo stesso può trasformarli in approdi psichici collettivi più organizzati. (Bion, 1961, Neri, 1993).

Spesso l'individuo e il sociale, sia nella teoria che nella tecnica terapeutica, appaiono separati e sembra che il sociale "penetri" l'individuo piuttosto che essere una parte strutturale del mondo

psichico e quindi essere oggetto di analisi. Il sociale entra in gioco solo come forma di adattamento. In buona sostanza nasciamo come esseri sociali e relazionali (Mitchell, 2002) e le menti individuali si formano per mezzo dell'interiorizzazione dei campi interpersonali.

Le relazioni oggettuali sono un residuo, all'interno della mente, delle relazioni significative occorse durante lo sviluppo, che strettamente intrecciate con l'esperienza di ciascuno, svolgono la funzione di una immagine anticipatoria di ciò che ci si può aspettare nel mondo reale (modellando le relazioni, reazioni, motivazioni, percezioni, atteggiamenti). Vediamo quindi che il mondo interno si forma ed assume un significato rispetto alle relazioni oggettuali interiorizzate ed in base a queste si "relaziona" con il mondo esterno; e come l'esperienza esterna si forma dalla centralità della dimensione interna creando un circuito riverberante, relazionale e intersoggettivo.

Lo stesso capita tra individuo e gruppo, in costante relazione dinamica e reciproca: il gruppo "contiene" l'individuo e le relazioni che questi instaura all'interno del gruppo stesso, mentre l'individuo "contiene" dentro di sé un'immagine mentale relazionale del gruppo.

La socializzazione è perciò una caratteristica ontologica, connaturata alla condizione umana. A partire dalla relazione con la madre, la persona arriva a strutturare la sua identità ed individualità che poi gli permetterà la relazione con "l'Altro da sé". In questo percorso si sviluppa la consapevolezza della *similarità* e della *differenza*. Gli aspetti di similarità permettono, nell'interazione, sia il reciproco riconoscimento e la partecipazione ai medesimi canali di comunicazione, sia la costruzione comune e partecipata di uno spazio di incontro. La differenza definisce le diverse identità con le dinamiche relazionali e gli affetti che in esse si generano.

Attualmente contro lo psicobiologismo individualistico si è sviluppata una nuova tradizione che concepisce la mente come irriducibilmente "essere in relazione con", per la quale l'identità dell'uomo si caratterizza fin dalle sue origini per la sua culturalità, per l'insediamento cioè di segmenti relazionali dell'ambiente che comunque riguardano l'individuo che in quell'ambiente nasce e si va esprimendo. L'identità individuale si compone quindi di relazioni interiorizzate che nel loro complesso costituiscono una gruppaltà interna.

Ecco che l'inconscio non è più il luogo delle pulsioni, ma luogo affollato di relazioni storicamente e gruppalmente presenti nel singolo. Queste relazioni sono storiche ma anche ovviamente frutto del modo in cui sono vissute e riconcepite; non fantasmi, pulsioni, strutture, che rimandano ad una concezione che vede l'individuo come qualcosa di isolato che al massimo proietta parti di sé ed introietta quelle altrui. La vita psichica è invece sin dall'inizio un fatto relazionale e ciò vale anche per il mondo interno dell'individuo.

E' su questa interazione dinamica e su questi affetti che il gruppo lavora per trovare quelle che sono le credenze relative ad essi e sfatarle, per evidenziare i copioni che si ripetono senza la consapevolezza dell'individuo e svelarli, rendendo possibile, costruttiva ed espressiva la permanenza di ogni singolo nello spazio di incontro. La socialità del gruppo diviene, così, possibilità di favorire lo sviluppo dell'identità personale secondo una grammatica che ricolloca i singoli nel loro tempo e nel loro spazio attraverso la definizione di significati e strutture del Sé più consapevoli ed evolute. Nella psicoterapia di gruppo prevale quindi l'atteggiamento di salvaguardare l'autonomia e i diritti di ogni persona con la costante attenzione alla storia di ciascun individuo e alla sua attuale esperienza nel gruppo. L'aspetto di totalità del gruppo viene invece ricondotto al concetto di Sé di gruppo, che raccoglie il progetto, le ambizioni e gli ideali di una particolare comunità terapeutica.

Il gruppo in Analisi Transazionale.

L'Analisi Transazionale nasce come modello di psicoterapia di gruppo all'interno di una epistemologia che faceva riferimento alla psichiatria sociale. *“Obiettivo del trattamento di gruppo è combattere il passato nel presente per garantire il futuro”* (Berne, 1966, pag. 58).

Berne (1961) sosteneva infatti che l'AT è una branca della psichiatria sociale, intendendo per psichiatria sociale lo studio degli aspetti psichiatrici di specifiche transazioni o set di transazioni che si attivano tra due o più particolari individui in un dato momento e luogo. La psicoterapia di gruppo ne rappresenta il luogo di studio e terapia. Il gruppo AT è compreso nei modelli di gruppo psicodinamici ed è stato concepito da Berne come modalità terapeutica nel 1945 quando, prestando servizio come psichiatra negli ospedali militari durante la seconda guerra mondiale, notando che i soldati bevevano grandi quantità di bottiglie di sostanze tossiche (lozione da barba) in quanto i superalcolici erano proibiti, pensò di convocarli e spiegare loro gli effetti farmacologici della lozione da barba. I soldati trovarono utili gli incontri e chiesero di poter fare ogni giorno quelle discussioni. Poi questi incontri furono approvati dal Ministero della guerra. Nella terapia col gruppo (Berne, 1961) si parte dal presupposto che il gruppo è un'entità diversa, a se stante, dai singoli individui e dalla somma dei singoli membri. Si analizzano le dinamiche di gruppo attraverso le transazioni per elaborare gli aspetti emotivi inconsci.

Ogni comportamento può essere osservato, descritto ed analizzato sia come conseguenza di un dialogo interno (analisi strutturale) che come stimolo, in un sistema di stimolo-risposta (analisi transazionale). Lo scopo è che la situazione esistenziale “reale” faciliti ed inviti i pazienti ad esprimere il loro modo abituale di relazionarsi cosicché possano rendersi conto delle reazioni delle

persone ai loro comportamenti. Si colgono nessi circolari di causa-effetto tra le proprie ed altrui azioni e si può esplorare il proprio mondo ideo-affettivo che sottende le azioni nel momento in cui si verificano. Le forze che portano alla guarigione sono:

- vis medicatrix naturae;
- effetto salutare delle “carezze” da parte del gruppo;
- effetto correttivo della tendenza della persona ad amalgamarsi nei confronti del gruppo di appartenenza;
- operazioni del T per guarire il paziente.

Il concetto di *Gruppo Imago* è uno dei fondamenti teorici della teoria della terapia di gruppo analitico - transazionale. Con questo concetto si intende:

- l’immagine mentale, conscia, preconsca o incoscia che ogni paziente ha di ciò che è o dovrebbe essere il gruppo;
- come i suoi singoli membri vengono percepiti dagli occhi e dalla mente di ogni membro;
- l’imago di gruppo è basata sui bisogni, sulle esperienze, sui desideri e sui vissuti che ogni individuo immesso nel gruppo porta con sé come sua identità.

L’imago del gruppo è la struttura nascosta dello stesso visto dagli occhi di ciascun membro. Tale struttura nascosta è l’aspetto strutturale più importante riguardo agli esiti della terapia di ogni persona. L’aspetto qualitativo dell’imago riguarda i ruoli transazionali, funzionali e libidici che gli altri membri assegnano al soggetto. La variabile quantitativa è la differenziazione che viene inferita dal comportamento e confermata dall’associazione libera, dall’introspezione e dai sogni.

Il processo completo di adattamento dell’imago del gruppo avviene attraverso quattro fasi: *Imago provvisoria* (rituali); *Imago adattata* (passatempo); *Imago operativa* (giochi); *Imago secondariamente adattata* (intimità). L’imago provvisoria rappresenta il risultato delle consapevolezze e aspettative Adulte del partecipante, sia delle fantasie inconsce del Bambino. L’imago adattata deriva dalla partecipazione iniziale al gruppo dove i membri sono ancora indifferenziati e con i quali la persona intraprende passatempo e rituali. Segue la l’imago operativa dove sono compresi il terapeuta, gli altri e sé: la persona ha ben chiaro il suo posto nel gruppo e prevede un alto grado di differenziazione dagli altri. In questa fase prevalgono i giochi. Da ultima c’è la gruppo imago secondariamente adattata: il partecipante mette in gioco se stesso rispetto all’intimità.

In questa concezione del gruppo i fattori terapeutici dello stesso sono:

- **Risonanza.** Tendenza del paziente a percepire nel discorso dell'altro quanto lo riguarda a livello inconscio, ed esperienza di compartecipazione emotiva.
- **Rispecchiamento.** Fenomeno per il quale ciascun membro del gruppo vede se stesso nelle interazioni degli altri in un continuo esperire di somiglianze e differenze. Vedere riflessi nell'altro i propri comportamenti, gesti, parole, atteggiamenti e quindi il considerare gli altri come specchi riflettenti, consente una visualizzazione immediata di emozioni, parti di se stesso o modelli relazionali più o meno consapevoli o accettati.
- **Comunicazione.** Possibilità di parlare all'altro condividendo ed ascoltando in relazioni complementari o simmetriche opposte alla dipendenza.
- **Intimità.** L'intimità è l'espressione dei sentimenti di calore, di tenerezza, di comunione con gli altri che sono propri del Bambino Naturale. Sviluppando la capacità di intimità si è più aperti, più trasparenti, sempre con la consapevolezza dell'Adulto.

La funzione del terapeuta nel gruppo è quella di creare alleanza, stipulare un contratto individuale ed uno collettivo, ascoltare (il rumore di fondo), osservare gli accadimenti guardare (gesti, posture, espressioni), focalizzare il materiale soggettivamente, intervenire per:

- analizzare transazioni, giochi, copione
- interpretare le proiezioni transferali tenendo conto del controtransfer
- dare permessi, riconoscimento e protezione

Conclusioni.

Per Berne il gruppo è terapeutico rispetto alla periodicità degli incontri e la costanza delle presenze offrendo così il palcoscenico naturale per l'espressione dei copioni individuali che, attraverso le transazioni, possono poi essere analizzati. Nella nostra esperienza la terapia di gruppo ha una terapeuticità intrinseca relativa al fatto che non solo permette la catarsi emotiva, bensì si realizzano al suo interno le condizioni favorevoli la crescita ed il cambiamento.

Considerando l'individualità umana in termini squisitamente relazionali, riteniamo che l'incontro tra più individui possa essere considerato un incontro tra più stati mentali soggettivi, essendo il gruppo stesso straordinario strumento di sviluppo e trasformazione degli individui, spazio mentale e

fisico in cui la convivenza con gli altri consente di soddisfare bisogni soggettivi e plurali e di valorizzare la propria autenticità nell'incontro con l'altro.

BIBLIOGRAFIA

- Anzieu, D. (1976). *Il gruppo e l'inconscio*. Roma: Borla.
- Berne, E. (1961). *Transactional analysis in psychotherapy. A systematic individual and social psychiatry*. New York: Grove Press (Tr. it. *Analisi Transazionale e psicoterapia*. Roma: Astrolabio, 1971).
- Berne, E. (1962). Classification of positions. *TAB, I(3),23*.
- Berne, E. (1962). In Treatment. *TAB, I(2), 10*.
- Berne, E.(1963). *The Structure and Dynamics of Organization and Groups*. Philadelphia: Lippincott Company.
- Berne, E. (1964). *Games people play*. New York: Grove Press (Tr. it.: *A che gioco giochiamo*. Milano: Bompiani, 1967).
- Berne, E. (1966). *Principles of Group Treatment*. New York: Grove Press. (Tr. it.: *Principi di terapia di gruppo*. Roma: Astrolabio, 1986).
- Berne, E. (1970). *Sex in human loving*. New York: Simon and Schuster (Tr. it. *Fare l'amore*. Milano: Bompiani, 1986).
- Berne, E. (1972). *What do you say after you say hello?*. New York: Grove Press. (Tr. it.: *Ciao ! ... e poi?*. Milano: Bompiani, 1979).
- Berne, E (1972).*What do you say after you say hello?*. New York: Grove Press (Tr. it.: *Cosa dici dopo aver detto ciao?* Milano: Archeopsiche, 1993).
- Bion,W.(1987). *Esperienze nei gruppi*. Roma: Armando.
- Di Maria, F., Lo Verso, G. (1995). *La Psicodinamica dei gruppi*. Milano: Cortina.
- Di Maria, F., Lo Verso, G. (2002). *Gruppi*. Milano: Cortina.
- Fonagy, P. & Target, M. (2001). *Attaccamento e funzione riflessiva*. Milano: Cortina.
- Foulkes, S. H. (1976). *La psicoterapia gruppo analitica*. Roma: Astrolabio.
- Lo Coco, G., Lo Verso, G. (2006). *La cura relazionale*. Milano: Cortina.

Lo Coco, G., Lo Verso, G., Prestano, C. (2008). *L'efficacia clinica delle psicoterapie di gruppo*.

Milano: Cortina.

Kohut, H. (1977). *La guarigione del Sè*. Torino: Bollati Boringhieri, 1980.

Kernberg, O. (1975). *Sindromi marginali e narcisismo patologico*. Torino: Bollati Boringhieri, 1978.

Mancia, M. (2004). *Sentire le parole. Archivi sonori della memoria implicita e musicalità del transfert*. Torino: Bollati Boringhieri.

Mitchell, S.A. (2002). *Il modello relazionale: dall'attaccamento all'intersoggettività*. Milano: Cortina.

Yalom (1995). *Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo*. Torino: Bollati Boringhieri, 1997.