

Gruppoanalisi e cognitivismo.

Un nuovo metodo per la conduzione di gruppi psicoeducativi

Tommaso A. Poliseno

“Una volta che la CBTp ha riportato le "rappresentazioni di cosa" all'interno del sé, il lavoro del terapeuta può dirsi completato? Solo se il terapeuta non si è posto in una prospettiva a lungo termine. Anche quando la CBTp breve ha avuto successo, i pazienti hanno bisogno di cure continuative. La PP imposta una cornice di trattamento e prepara intellettualmente ed emotivamente il terapeuta a porsi in una prospettiva a lungo termine. In questa fase successiva del trattamento le competenze psicodinamiche svolgono un ruolo centrale. La PP offre un'area in cui il sé del paziente può essere coltivato nel tempo.”

Vorrei prendere spunto proprio da queste interessanti affermazioni del lavoro di Garrett e Turkington (presentato in videoconferenza da Garrett presso la nostra Scuola Internazionale di Psicoterapia nel Setting Istituzionale).

Da molti anni il mio lavoro con gli psicotici nelle istituzioni pubbliche conferma la necessità di trattamenti prolungati e integrati per gli psicotici, dove le diverse teorie della mente proposte dalla psiconalisi, dalla gruppoanalisi, dall'approccio sistemico-relazionale, dal cognitivismo, ecc, possano essere conciliate dalla necessità di ottenere il benessere dei pazienti.

Questa riconciliazione sembra ormai frutto naturale di un processo di cambiamento dettato dalle nuove scoperte e dalle sempre più numerose ricerche che mettono in relazione aspetti innati, genetici, funzionali con gli aspetti psicologici. Un esempio è l'enorme sviluppo dell'*infant research* a partire dalla fine del secolo scorso. La mente non è più concepita come isolata, semplice prodotto delle sue funzioni cerebrali, ma viene riconosciuto un ruolo primario alla relazione, alle esperienze, ai processi inconsci, all'intersoggettività. Eppure ancora troppo spesso assistiamo a prese di posizione dicotomiche, che privilegiano l'una o l'altra prospettiva. In particolare vorrei sottolineare che queste dicotomie sembrano coprire una problematica di ancor più difficile

soluzione che invece la gruppoanalisi evidenzia. Cioè quanto la complessità delle interazioni umane sia matrice di base della formazione della mente e fonte stessa della soluzione dei problemi che deve affrontare, piuttosto che un ostacolo da superare. Fino ad oggi l'incontro tra neuroscienze, cognitivismo e psicoanalisi, a mio avviso, ancora risente del bisogno di semplificare il campo di osservazione e di azione, fedele al riduzionismo scientifico alla ricerca di standard operativi. Il pregio del lavoro di Garrett e Turkington sta nel muoversi in modo incoraggiante verso la complessità dei trattamenti, in particolare quelli dedicati agli psicotici. D'altro canto è coerente con i presupposti della psicoanalisi considerare il "mentale" come una proprietà emergente (Varela, 1997)¹, non riducibile al biologico. La mente come *proprietà emergente* è una caratteristica anche della interazione di gruppo e proprio su questa evidenza si basa lo studio dei processi mentali in gruppoanalisi. Da diversi anni, insieme ad altri colleghi, porto avanti la sperimentazione di un gruppo psicoeducativo che tenga conto della complessità del funzionamento mentale dell'individuo anche quando apparentemente deve assumere semplici informazioni. Questo gruppo unisce le concezioni cognitivo-comportamentali dei gruppi psicoeducativi con i principi della gruppoanalisi, di fatto sulla stessa linea proposta da Garrett.

È stato costruito un protocollo della durata di 4 mesi, che può prolungarsi fino a 6 mesi proprio per le sue caratteristiche intrinseche di flessibilità e interattività. La conduzione è affidata a due operatori (psichiatri e/o psicologi): un conduttore e un *supervisore*, è prevista la presenza di osservatori partecipanti. Quindi si tratta di un gruppo che "conduce" un altro gruppo, quello dei pazienti. È in corso di preparazione un manuale che illustra il metodo e le fasi di applicazione.

Quindi, al contrario dei tradizionali interventi psicoeducativi, nella nostra prospettiva, il gruppo assume una posizione di rilievo. Conduttore, supervisore, osservatori partecipanti e gruppo costituiscono un sistema interattivo dove si possono scambiare informazioni. Scambi che a loro volta mobilitano la ricerca di conoscenza del singolo, che viene indotto ad ampliare la ricerca di conoscenza dell'intero gruppo. Le informazioni sono fornite dal conduttore in modo da indurre il lavoro del gruppo sulle informazioni (mentalizzazione), cosa che di solito genera nuove richieste di informazioni da parte dei partecipanti e permette al conduttore di rinforzare l'acquisizione di

¹ F.J. Varela (1997). *Neurofenomenologia. Una soluzione metodologica al 'problema difficile'*. Pluriverso, Biblioteca delle idee per la civiltà contemporanea, 3

alcune nozioni da parte dei membri, ma soprattutto di chiarire a ciascun partecipante le personali attribuzioni di significato. Tale impostazione si appoggia ai costrutti teorici dell'*intersoggettività*², costrutti che descrivono le interazioni continue e reciproche, presenti fin dai primi giorni di vita, attraverso cui gli esseri umani “giungono [progressivamente] a conoscere la mente degli altri”³. Nella prefazione al libro di Ammaniti e Gallese, così scrive Allan Schore: “*La nascita dell’intersoggettività* presenta un’affascinante e ricca combinazione di nuove informazioni, che risultano utili per una più profonda comprensione delle origini intersoggettive precoci dei nostri mondi interni e di quelli dei nostri pazienti. Questi mondi guidano le nostre interazioni relazionali e socio-emozionali con gli altri, modulando soprattutto i fondamentali processi adattivi che avvengono al di fuori della consapevolezza conscia.” (pag. XVII).

Il nostro gruppo psicoeducativo, implicitamente, propone ai membri di *lavorare sulla combinazione di nuove informazioni con le proprie*, per una migliore comprensione delle origini intersoggettive precoci del loro mondo interno.

I gruppi rappresentano degli ottimi strumenti di promozione del benessere individuale, ma per capirne a fondo il funzionamento e saper governare la loro complessità, bisogna individuare i fattori che generano l’efficacia stessa o la potenziano. Uno dei primi a svolgere un lavoro sistematico su tali fattori è stato Yalom (1970)⁴ che, occupandosi di gruppi psicoterapeutici, ha osservato come i loro obiettivi siano analoghi a quelli dei gruppi di auto aiuto. Diverse ricerche hanno successivamente confermato la capacità di tali gruppi nel sostenere i membri sia a breve che a lungo termine (Humphreys, 1997)⁵. Tra i fattori individuati come fondamentali nell’influenzarne l’efficacia, vengono indicati: la coesione, la speranza, l’universalità, l’altruismo, l’apprendimento di sé interpersonale vicario, l’informazione, la mobilitazione, l’autorivelazione di sé (Di Maria, Lo Verso, 1995)⁶. Ma la coesione rappresenta una delle caratteristiche cardine; essa è

² M. Ammaniti, V. Gallese (2014). *La Nascita dell’intersoggettività*. Raffaello Cortina Editore

³ Bruner J. (1996). *La cultura dell’educazione. Nuovi orizzonti per la scuola*. Tr. It. Feltrinelli, Milano 1997

⁴ Yalom I.D. (1970). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. New York: Basic Books.

⁵ Humphreys K. (1997). Individual and Social Benefits of Mutual Aid Self-help Groups. *Social Policy*, 3: 12 – 9.

⁶ Di Maria F., Lo Verso G. (1995). *La psicodinamica dei gruppi. Teorie e tecnica*, Milano: Cortina.

considerata il “cemento” che contribuisce a mantenere e rinforzare le relazioni interne al gruppo. In particolare, a riguardo, nei nostri gruppi psicoeducativi il conduttore è particolarmente attivo e dedicato a produrre e mantenere la coesione, sia garantendo la coerenza dei contenuti trasmessi e sia la loro stessa difesa da fraintendimenti e squalifiche, vigilando inoltre sui comportamenti dei membri rispetto a trasgressioni o abbandoni. La coesione è definibile come la risultante delle forze che agiscono su tutti i membri per trattenerli nel gruppo o come l'attrattiva che un gruppo esercita sui suoi componenti. Ci si riferisce alla condizione dei membri che percepiscono calore e si sentono a proprio agio nel gruppo, che apprezzano il gruppo e a loro volta si sentono apprezzati, accettati e sostenuti dagli altri membri. L'appartenenza, l'accettazione e l'approvazione sono elementi indispensabili per lo sviluppo delle persone e, come ha suggerito Braaten, l'interiorizzazione dell'atmosfera di un gruppo accresce un processo di "autocoesione". È appurato che i gruppi coesi sono caratterizzati da alti livelli di partecipazione e di coinvolgimento. La conseguenza di ciò è che i componenti di un gruppo coeso hanno accesso a un'ampia gamma di esperienze e di emozioni che li aiutano a migliorare il proprio benessere. Come per il concetto di gruppo, anche per la coesione non esiste un'unica definizione. I diversi strumenti di misura esistenti fanno sì che, in base alle caratteristiche di quello utilizzato, la coesione assuma significati diversi. Fra i principali strumenti proposti, pensiamo a quello derivato dal modello di Carron. Secondo questo modello per poter valutare la coesione come proprietà di gruppo bisogna innanzitutto che i membri la percepiscano come tale; in secondo luogo, bisogna determinare quanto tale consapevolezza sia legata al modo in cui il gruppo soddisfa gli obiettivi e le necessità delle persone che ne fanno parte, questo fa sì che si possono distinguere due aspetti della coesione: l'integrazione di gruppo, che riflette la percezione individuale di quanto il gruppo sia unito, e l'attrazione individuale verso il gruppo, ossia la percezione che ciascun componente ha del proprio coinvolgimento e dei propri sentimenti nei confronti del gruppo. Un ultimo elemento di funzionamento del gruppo, in ordine alla coesione, riguarda l'orientamento dei membri: verso il compito oppure verso l'aspetto sociale; il primo rappresenta la motivazione della persona a raggiungere le finalità e gli obiettivi comuni del gruppo, il secondo riguarda il bisogno e la motivazione della persona a mantenere relazioni e attività sociali all'interno del gruppo. Recentemente è stata indicata come rilevante nel migliorare le performance di diverse tipologie di gruppi, la competenza emotiva dei partecipanti. L'obiettivo è rilevante perché è un dato ben noto che il sostegno sociale, e in particolare il sostegno emotivo, è

fra i fattori fondamentali per l'efficacia di tali gruppi. Una delle principali caratteristiche di questi piccoli gruppi è proprio l'idea che «io posso contare sugli altri» e «gli altri devono poter contare su di me», perché abbiamo bisogno gli uni degli altri nel tentativo di raggiungere un obiettivo comune.

Mi sembra che la proposta di Garrett di considerare la stretta relazione tra processi cognitivi di base e significato sia in perfetta sintonia con quanto vado sperimentando nei gruppi psicoeducativi che ho cercato di tratteggiare. Anche in questi gruppi è fondamentale il lavoro per ricondurre la “rappresentazione di cosa” all’interno dei confini del Sé, con la differenza che è il gruppo ad essere protagonista dei processi cognitivi necessari.