

I due atti fondatori della psicoanalisi: la cura del soggetto singolare e il lavoro psicoanalitico in una situazione plurisoggettiva

Il lavoro inconscio con i gruppi

Abstract

Il lavoro psicoanalitico in una dimensione plurisoggettiva caratterizza precipuamente la psicoterapia di gruppo. Tuttavia, esistono altri tipi di lavoro in ambito gruppale, in cui l'intento non è curativo e trasformativo, ma dove al centro riveste assolutamente un ruolo chiave l'individuazione della dinamica inconscia. Analizzeremo in breve questa tipologia di gruppi, prestando attenzione ai gruppi Mammut e ai gruppi residenziali e faremo emergere, nello specifico, il ruolo della psicoterapia di gruppo in quello che è il suo obiettivo principale. Quindi i fattori terapeutici di gruppo troveranno una chiave essenziale nel presente lavoro e verranno portati alla luce nella loro peculiarità.

Parole chiave: psicoanalisi; gruppo; cura; dinamica; inconscio

La psicoanalisi di gruppo non è una psicoanalisi individuale fatta in gruppo: il gruppo è una realtà psicologicamente autonoma, ma in rapporto dinamico con i singoli individui. D'altra parte, se esiste un inconscio di gruppo diverso dall'inconscio di ogni paziente, è altrettanto vero che questo inconscio di gruppo appartiene ad una struttura psichica di gruppo autonoma dalla psiche individuale.

Nel gruppo si articola un **sistema simbolico**, costituito dalle regole che delimita l'Io del gruppo: esso è sempre oggetto di **rappresentazioni fantasmatiche** e di movimenti pulsionali che devono essere pertanto analizzati. Il riconoscimento e l'osservanza delle regole, oltre a rappresentare una garanzia simbolica, vanno a definire un aspetto regolatore del Super-Io, portatore di interdetti. Il lavoro con il dispositivo gruppale permette, inoltre, di contenere e trasformare i vissuti portati dai singoli individui, producendo crescita e cambiamento.

Il considerare il gruppo e l'individuo come punti diversi di un continuum permette, inoltre, il superamento di una presunta dicotomia ontologica tra individuo e gruppo, dal momento che l'individualità specificamente umana può essere intesa in termini relazionali, così che l'incontro tra più individui è anche un incontro tra più gruppalità. La psicoterapia di gruppo rappresenta un nuovo

dispositivo nella cura dei pazienti, insieme ad esempio a quello della terapia con la famiglia, con la coppia ma anche con nuove patologie, come quella borderline o psicotica.

Se utilizziamo come assioma di riferimento che il gruppo è molto di più della somma delle singole parti, è pur vero che esso, in senso terapeutico, può essere osservato da una duplice prospettiva: da un lato possiamo analizzare e interpretare il gruppo come una **totalità, una globalità**, dall'altro possiamo considerarlo come un **insieme di individui, che interagiscono tra di loro** (Correale, Nicoletti, 2004). A partire da queste due prospettive entrano in gioco diversi fattori terapeutici specifici.

L'effetto terapeutico del gruppo come globalità agisce principalmente sulle caratteristiche di base del senso del sé dell'individuo e promuove un **effetto ristrutturante sul fondo psichico individuale**. Agisce dunque sul substrato psichico della persona, su ciò che va a definire la premessa della vita psichica, più che la vita psichica stessa. Si tratta della sensazione di essere interi, coesi, vitali, di possedere una certa continuità nel tempo e una progettualità futura. Lo **spirito di gruppo** (Correale, 2004) esercita in modo precipuo la suddetta funzione di rinforzo e rivitalizzazione del senso di Sé. Rimanda, inoltre, ad una terapeuticità del gruppo che non è legata all'attività specifica svolta nel gruppo, ma piuttosto ad alcune caratteristiche, presenti in esso in quanto tale: la **coesione, la continuità, la stabilità e il clima emotivo**. Ciò risulta fondamentale ed essenziale nei pazienti con una diagnosi ed un funzionamento più grave, in quanto funge da presenza emotiva interna nella vita del paziente. La ripetizione regolare e costante nel tempo dell'esperienza terapeutica permette al paziente di sentirsi così più coeso, più continuo e vitale. Il gruppo terapeutico, considerato nel suo aspetto di globalità e totalità, permette di sperimentare, inoltre, un **senso di appartenenza** verso il gruppo di cui si entra a far parte. Si tratta della sensazione di essere parte di qualcosa, un bisogno base dell'essere umano.

Il gruppo dunque conferisce coesione, continuità, stabilità, elementi fondamentali per i pazienti più gravi.

Se invece consideriamo il gruppo come rete di relazioni, si evidenziano altri specifici fattori terapeutici: **la risonanza, il rispecchiamento, la moltiplicazione delle relazioni, la teatralizzazione**. Con il termine risonanza si intende in linea generale un'esperienza di compartecipazione emotiva, nella quale vengono condivise emozioni simili. Si può esprimere in una serie di risposte immediate che si comunicano inconsapevolmente attraverso lo sguardo, la mimica, i gesti e segnalano la presenza di un'emozione complementare. I pazienti più gravi risultano molto sensibili a questo tipo di segnali comunicativi e sensoriali diretti. Si parla di risonanza anche rispetto alla socializzazione di un vissuto, che dà origine ad un'esperienza di autentica condivisione di sentimenti. La possibilità di rendere partecipabili i propri vissuti interni si verifica

frequentemente nei gruppi terapeutici, contribuisce a rendere i vissuti e le emozioni ad essi connessi più tollerabili e, conseguentemente, meno dirompenti (Correale, Nicoletti, 2004). Ad un livello invece più fantasmatico, la risonanza si estrinseca nell'ambito di un'interazione di un individuo con l'altro, quando l'uno entra in risonanza con le immagini interne interiorizzate dell'altro.

Il gruppo permette di dare una risposta terapeutica su due fronti: da una parte facilita l'esteriorizzazione del proprio mondo interno, dall'altro consente la conferma o la disconferma dei vissuti interni, agevolandone una più consapevole presa di coscienza.

Il rispecchiamento, come fattore terapeutico, si colloca come un meccanismo di amplificazione all'interno del gruppo. La possibilità di essere rispecchiati dagli altri membri del gruppo permette ad ognuno di ricevere un'immagine di sé, di conoscere l'effetto che il proprio comportamento suscita negli altri, sentendosi così riconosciuti come individui in quanto tali, per il proprio modo di essere. Tutto questo è reso possibile da un lavoro che tenda a promuovere nel gruppo un clima di appartenenza e di socialità (Neri, 2014).

La moltiplicazione delle relazioni rappresenta un altro fattore terapeutico specifico del gruppo. Il gruppo offre, infatti, la possibilità di stabilire rapporti con più persone contemporaneamente, di ottenere una sorta di distribuzione affettiva fondamentale anche a livello della gestione del rapporto terapeutico con i pazienti più gravi. La teatralizzazione permette di vivere il gruppo come un luogo dove gli scambi tra le persone non avvengono solo su un piano comunicativo verbale, ma vengono anche messi in scena. Diventa allora fondamentale la presenza di avere un pubblico, che commenta e osserva in modo partecipe. I membri del gruppo possono essere nel contempo sia partecipanti che spettatori. Nel gruppo terapeutico i pazienti scoprono, inoltre, di condividere con altri membri del gruppo alcune loro difficoltà e paure: ciò permette di uscire dall'isolamento del proprio disagio psichico, di liberarsi dai sentimenti di vergogna e aprirsi alla speranza e alla condivisione. Il gruppo permette di meglio percepire la propria identità come poliedrica e di riconoscere la singolarità della propria personalità e delle modalità relazionali interiorizzate.

L'attenzione del terapeuta nel setting gruppale è volta, non solo alla sintonizzazione con lo stato emotivo del singolo, ma anche con il clima affettivo del gruppo e la comprensione dei fenomeni gruppali. Il terapeuta deve cogliere il **tema di fondo**, cioè la **dinamica**, che sta emergendo tra i membri del gruppo e al quale ciascuno, nella sequenza di interazioni e di scambi associativi, sta apportando qualche elemento in più. Nella terapia di gruppo si intrecciano dunque il livello individuale con quello collettivo dei fenomeni gruppali. Nei gruppi terapeutici psicoanaliticamente orientati l'attenzione è rivolta alle manifestazioni e agli effetti dell'inconscio di gruppo.

Alcuni fenomeni inconsci che emergono frequentemente nei gruppi sono il **silenzio prolungato ed ostinato e l'acting out**. Il silenzio ripetuto di alcuni partecipanti può essere interpretato come una risposta all'**angoscia persecutoria** davanti alla situazione gruppale, vissuta come madre cattiva,

giudicatrice e fallica. Il gruppo infatti viene vissuto come un contenitore, cioè come un oggetto protettivo e accogliente, ma anche come persecutorio e terrificante. Ammon parla di una “carità primaria” in quanto il gruppo è copia della fusionalità della coppia madre-bambino. Il fantasma sottostante alla madre cattiva è quella del gruppo come bocca e come seno divoratore (Anzieu, 1985).

L'acting out è la messa in atto, l'agito, l'esternalizzazione di fenomeni psicologici attraverso l'azione. Secondo la Klein è sempre presente in questo fenomeno un aspetto di scissione, di separazione, che l'agito tende a mantenere difensivamente. Perciò l'acting out è sempre in rapporto ad una funzione difensiva. La sua frequenza nei gruppi è più alta che nella terapia individuale, dato l'accento che la terapia di gruppo pone sulla drammatizzazione, sull'azione e l'attività. È interessante come l'acting out possa essere utilmente utilizzato in senso terapeutico interpretandolo e considerandolo alla stregua di un qualsiasi altro materiale inconscio (Anzieu D, Bejarano A, Kaes R, Missenard, A, Pontalis, J.B., 1975).

Il lavoro psicoanalitico in una dimensione plurisoggettiva non si limita soltanto alla psicoterapia di gruppo, laddove l'intento è precipuamente curativo e trasformativo, ma si estende anche ad altri tipi di lavoro con i gruppi, in cui l'ascolto e l'individuazione della dinamica inconscia assume un ruolo centrale. Ne sono un esempio i gruppi alla Balint, i gruppi Mammut, i gruppi maratona, i gruppi dinamici e, infine, la modalità del seminario residenziale.



Il gruppo Mammut si pone come preciso intento quello di chiarire le relazioni che intercorrono tra gli allievi e tra questi ultimi e l'istituzione a cui appartengono. Il gruppo viene condotto dall'equipe direttiva dell'istituto, la quale svolge un lavoro di informazione ma anche di interpretazione psicoanalitica delle dinamiche e delle relazioni gruppali, oltre che di verifica dell'evoluzione

dinamica degli allievi e dei terapeuti.

Sempre all'interno di un lavoro psicoanalitico in ambito grupppale, i seminari residenziali propongono un tipo di elaborazione che si estende su più versanti: sono volti infatti all'apprendimento emotivo e culturale, laddove l'approfondimento culturale viene affiancato dalla spiegazione della dinamica inconscia che lo sottende. Hanno una durata di due o tre giorni e, nello specifico, i terapeuti hanno il compito di dinamizzare la sessione, interpretando gli interventi ed il dibattito non sull'aspetto didattico e culturale, ma sul contenuto dinamico inconscio del vissuto emotivo del gruppo. Così, i terapeuti completano sul piano emotivo e dinamico ciò che gli allievi in training apprendono a livello culturale.

CONCLUSIONI

Il gruppo presenta peculiari caratteristiche che facilitano lo sviluppo di relazioni, la nascita di legami identificativi, la creazione di una cultura comune. Ogni evoluzione e crescita personale diviene un elemento utile e potenzialmente trasformativo per tutti. Nella psicoterapia di gruppo, la relazione è stabilita direttamente con l'alterità, cioè il gruppo. Lo spazio del gruppo dà ai partecipanti la possibilità di ricreare e rimettere in scena le relazioni parentali comprendendo meglio alcune caratteristiche del loro funzionamento rispetto alla psicoterapia individuale. Il gruppo terapeutico, oltre ad essere caratterizzato da fattori curativi specifici rispetto al lavoro che viene svolto, possiede già in se stesso elementi capaci di rivitalizzare il substrato psichico individuale, come la coesione, la continuità, la stabilità e il clima emotivo. La dinamica e l'apporto inconscio alla lettura del gruppo, inoltre, si individua non solo nei gruppi terapeutici ma anche nei gruppi Mammut o nei seminari residenziali, dove la sintonizzazione con il tema di fondo collettivo diventa fondamentale per arrivare ad un momento trasformativo ed accrescitivo.

BIBLIOGRAFIA

- Anzieu, D. (1895). *L'io pelle*. Raffaello Cortina, Milano, 2017
- Anzieu D, Bejarano A, Kaes R, Missenard, A, Pontalis, J.B. (1975). *Il lavoro psicoanalitico nei gruppi*. Armando Editore, Roma
- Eletti P.L, Bruschi, F (1982). *Comunicazione e psicoterapia di gruppo*. Casa editrice G. D'Anna, Messina-Firenze
- Zino L. (2007). *L'esperienza della psicoanalisi*. Edizioni ETS, Pisa.
- Correale A, Nicoletti V. (2004). *Il gruppo in psichiatria*. Borla, Roma
- Neri C. (2017). *Gruppo*. Raffaello Cortina, Milano
- Neri C. (2021). *Il gruppo come cura*. Raffaello Cortina, Milano