

L'incoraggiamento nella socio analisi di gruppo

GIANSECONDO MAZZOLI

Summary – ENCOURAGEMENT IN THE SOCIO ANALYSIS GROUPS. The paper deals with the dynamics of the socio analysis groups related with the process of encouragement. Short explanation concerning the driving method of the socio analysis groups analysis will show the different ways through which patients may increase courage to afford their life's task.

Keywords: SOCIO ANALYSIS, GROUPS, TRAINER/CO-TRAINER

I. Considerazioni introduttive

Nelle relazioni interpersonali, siano esse di ridotta o di elevata significatività, può accadere che gli scambi si modulino con le accezioni del verbo “incoraggiare”. L'alone di significati rimanda al positivo, configurando l'aiuto, il sostegno, la sollecitazione alla crescita, al rinforzo della fiducia, allo stimolo al coraggio (e a molto altro).

La particolare relazione interpersonale che si qualifica con l'aggettivo “terapeutica” nasce con l'implicita richiesta di un agire incoraggiante. Persone che hanno sviluppato stili di vita disfunzionali, imbrigliati in finzioni che deviano ed ostacolano progetti di vita costruttivi, si orientano a diventare “pazienti”. I pazienti chiedono aiuto, sostegno, indicazioni per riprendere a crescere, per recuperare fiducia e coraggio e diventare capaci di riprogettare l'esistenza seguendo mete orientate verso un sano sviluppo personale e sociale. I pazienti chiedono allo psicoterapeuta una relazione incoraggiante.

Quale profilo assuma la dinamica dell'incoraggiamento in ogni specifica relazione terapeutica è impossibile a dirsi. L'unicità della *coppia terapeutica* è data dalla sensibilità del singolo terapeuta con lo specifico paziente e dalla cornice teorica e metodologica che adottano per lavorare. Quando lo scenario terapeutico divie-

ne quello di un gruppo gli attori e le relazioni aumentano al punto che la fisionomia dei molteplici moti incoraggianti amplia la complessità.

Il presente scritto è l'occasione per condividere le osservazioni sui processi di incoraggiamento che si sviluppano nei gruppi terapeutici di socio analisi. Sono rintracciabili i denominatori comuni delle dinamiche dell'incoraggiamento che vengono in essere nelle relazioni che i pazienti sviluppano tra loro e con i terapeuti che conducono il gruppo. Si tratta di osservazioni che acquistano senso se inserite nella conoscenza del modo di operare dei gruppi di socio analisi e del loro procedere, in armonia con le matrici teoriche che costituiscono il riferimento per la metodologia operativa.

II. *La socio analisi di gruppo*

La socio analisi di gruppo è una forma di psicoterapia praticata nell'Istituto di *Psicologia Individuale* sotto la guida del prof. Lino Grandi che, assieme al suo gruppo di studio, ne ha formulato i principi teorici e la metodologia operativa. L'efficacia del metodo è stata saggiata nel corso di quasi due decenni di conduzione di gruppi di pazienti che hanno avuto cadenze di lavoro settimanali. La scelta di definire questa forma di psicoterapia di gruppo con l'espressione *socio-analisi*, sottolinea l'intento di far confluire la dimensione relazionale del paziente, orientato alla conquista di forme sempre più mature di sentimento sociale (*socio*) con quella intrapsichica, strutturata sulle immagini interne che originano dalla costellazione familiare, i cui precipitati emotivi necessitano di essere sempre meglio compresi (*analisi*).

La socio analisi di gruppo si colloca nella matrice teorico-metodologica propria della Psicologia Individuale, che considera lo spazio psichico del gruppo il contesto entro cui si sperimentano le dinamiche auto-affermative e cooperative che concorrono a strutturare la personalità. La costellazione familiare è il gruppo primigenio, matrice da cui ogni essere umano riceve l'impronta emotiva di base della personalità. Seguono poi altri gruppi che articolano i contesti relazionali e offrono gli spazi psichici entro cui la personalità può continuamente rimodularsi. Il gruppo di psicoterapia offre un nuovo contesto relazionale al cui interno i pazienti possono riconsiderare il proprio modo di essere negli scambi che avvengono con gli altri componenti del gruppo e rielaborare le risonanze emotive che vengono evocate nell'ascolto del materiale che la dinamica del lavoro del gruppo porta in essere.

III. *La socio analisi: cenni al metodo operativo*

I gruppi di socio analisi sono costituiti da pazienti che hanno fatto un percorso,

più o meno lungo, di psicoterapia individuale. Non è previsto che un paziente inizi il trattamento direttamente con la socio analisi; sotto questo profilo vi è una precisa differenza dalle psicoterapie di gruppo di diversa ispirazione teorica. L'aver familiarità con il lavoro clinico è dunque un requisito essenziale per accedere a un gruppo di socio analisi; i pazienti devono essere abituati a parlare di sé, ad esplorare la propria storia, a lasciare emergere gli aspetti emozionali, in particolare quelli di natura irrazionale. La socio analisi di gruppo è dunque un percorso parallelo alla psicoterapia individuale che ha lo scopo di integrarla ed arricchirla di quegli apporti che non sono possibili nella relazione duale. Un paziente che inizia il gruppo di socio analisi continua la sua psicoterapia individuale che resta, in genere, a cadenza settimanale; con la stessa frequenza partecipa alle due ore della seduta del gruppo.

La parte di lavoro clinico individuale, oltre agli obiettivi specifici che persegue, è anche propedeutica all'ingresso nel gruppo di socio analisi. Nello specifico deve far maturare il desiderio di lavorare sulle capacità di ascolto, di affrontare il rischio del confronto, di accettare la vicinanza di altri al proprio mondo interno e di voler condividere con i membri del gruppo le esperienze personali. I pazienti sono pronti ad interagire costruttivamente con il gruppo e a beneficiare degli stimoli che il lavoro del gruppo offre dopo un periodo di psicoterapia individuale di una certa durata. Non si può essere in grado di stabilire parametri temporali certi circa la durata del tempo propedeutico al lavoro nel gruppo di socio analisi, ma l'esperienza porta a considerare come necessario un periodo di almeno un anno di trattamento individuale. Sono rari i casi di pazienti che hanno maturato le capacità richieste in uno spazio temporale più breve; più frequenti sono i casi che necessitano di tempi più lunghi che, a volte, possono arrivare anche a 18-24 mesi.

I gruppi di socio analisi sono aperti; all'inizio del lavoro non si concorda una durata temporale. I pazienti si inseriscono in gruppi già formati, che hanno reti di relazioni emotive già delineate. Per facilitare l'avvio dell'esperienza nel gruppo da parte di un qualsiasi paziente, i conduttori mantengono flessibili le dinamiche interpersonali, in modo che ogni nuovo ingresso possa dar vita a ridefinizioni indolori delle reti emotive informali. Il gruppo, composto in genere di 10-12 unità, prevede quindi l'ingresso di nuovi membri e al tempo stesso le uscite: un paziente che, a parere concorde del terapeuta individuale e dei conduttori del gruppo, abbia terminato il percorso terapeutico può uscire dal gruppo.

IV. *Trainer e co-trainer nei gruppi di socio analisi*

Il gruppo di socio analisi ha due conduttori: un *trainer* ed un *co-trainer*. Il *trainer* ha funzioni interpretative e di orientamento del lavoro del gruppo; rappre-

sentita la funzione paterna e porta all'attenzione le logiche della realtà del mondo con cui ci si deve confrontare. Il *co-trainer* ha funzioni di accoglienza e deve facilitare il mantenimento dell'orientamento clinico degli scambi tra i pazienti. Rappresenta la funzione materna: incoraggia la partecipazione, la messa in comune di esperienze, conoscenze, emozioni e vissuti dei membri del gruppo. Il *co-trainer* ha anche la funzione di raccordo con il terapeuta individuale: nell'intelligente rispetto della *privacy* del paziente, condivide con il terapeuta le osservazioni sul comportamento in gruppo del paziente e raccoglie gli eventuali dati che il terapeuta individuale ritiene rilevante condividere per il benessere del paziente.

La rete di relazioni che si sviluppa tra i pazienti è di natura orizzontale e richiama, con una certa immediatezza, la dimensione fraterna: i pazienti sono tutti nella stessa posizione, ma c'è chi è nato prima chi dopo; tutti hanno lo stesso spazio, ma c'è chi ne occupa di più e chi di meno; tutti hanno lo stesso diritto di parola, ma chi la prende di più e chi meno; tutti sono equidistanti dal *trainer* e dal *co-trainer*, ma c'è chi si sente più amato e chi meno e così via. Si osserva l'emergere di posizioni che richiamano la *fratria* della costellazione familiare così ben descritte da Adler. Le dinamiche della primogenitura, ad esempio, sono frequentemente visibili nel momento di un nuovo ingresso: i "vecchi" del gruppo trovano modo di far presente la loro maggior esperienza con segnali che appaiono protettivi e accoglienti, ma al tempo stesso, sembrano marcare il territorio conquistato.

Il gruppo di socio analisi ricapitola dunque la famiglia interna e offre lo spazio per far risuonare i modelli interiorizzati del padre, della madre e della fratria. Si tratta di modelli che, nella Psicoterapia Individuale, il paziente dovrebbe avere già consapevolizzato; la dinamica del gruppo di socio analisi permette nuove esperienze emotive vissute nel corso delle sedute. Si tratta di esperienze che influenzano i modelli interni, anche se il paziente non razionalizza il senso della dinamica e non la raccorda coscientemente con il proprio passato. È importante il vissuto emotivo che, ripetuto nel tempo, ha il potere di costruire nuove tracce che correggono le precedenti, responsabili di atteggiamenti e comportamenti disturbati, originati nella storia passata.

Può giovare alla comprensione qualche rimando schematico. Un paziente che abbia avuto un padre aggressivo, ostile, che ha trasmesso indifferenza e senso di ingiustizia, che ha imposto regole rigide, distoniche rispetto alle reali richieste del mondo, può sperimentare una funzione paterna diversa, agita dal *trainer* del gruppo di socio analisi, ispirata a forza, energia ed equilibrio nell'affrontare la realtà con le sue regole e i suoi limiti. Un altro paziente che abbia avuto una madre indifferente, poco sensibile, incapace di scaldare il rapporto affettivo, può sperimentare, attraverso la funzione materna espressa dal *co-trainer*, una dimen-

sione di rapporto diversa nella quale sentirsi accolto, sostenuto nella sua partecipazione, protetto da eventuali intrusioni di altri membri del gruppo. Con il tempo questo paziente potrà interiorizzare un principio materno caldo ed accogliente che lo aiuterà a costruire nuove tracce emotive, tali da equilibrare gli effetti di quelle precedenti e disturbanti. Un altro paziente può avere sentimenti irrisolti di invidia o gelosia verso fratelli e/o sorelle. Nel gruppo può sperimentarsi in situazioni di parità, protetto nella dinamica dello scambio profondo dalle azioni di *trainer* e *co-trainer* che hanno il compito di monitorare e mantenere una sana qualità emotiva delle relazioni e degli scambi comunicativi. Questi devono essere rispettosi, interessati, incoraggianti ed animati dal sentimento di solidarietà.

Trainer e *co-trainer* hanno dunque una funzione centrale nella conduzione dei gruppi di socio-analisi. Devono essere persone integre, psicologicamente equilibrate, capaci di sopportare le sofferenze e le frustrazioni che nascono dagli inevitabili attacchi portati dai pazienti. Devono conoscere il mondo in maniera reale nei suoi aspetti storici, culturali, antropologici, sociali e psicologici. Non possono avere coscienza del mondo solo attraverso i libri e non basta che siano esperti, anche se particolarmente attenti, della sola teoria psicologica. Devono essere altresì buoni conoscitori delle dinamiche di gruppo, capaci di comprendere con immediatezza i significati emotivi di cui si caricano le relazioni tra i membri. La formazione dell'analista, indispensabile per offrire le conoscenze della psicodinamica individuale, non è sufficiente a interpretare il ruolo di conduttore di gruppo di socio analisi perché la psicodinamica del gruppo non è sovrapponibile a quella individuale.

V. I contenuti delle sedute di socio analisi

Nelle sedute del gruppo di socio analisi i pazienti propongono i temi da affrontare. Non si tratta mai di temi astratti, ma di questioni di vita concreta che seguono, di regola, le difficoltà che il paziente affronta nella vita reale. La gamma delle possibilità è quanto mai ampia; i problemi, le vicende ed il sentire personale possono essere di qualsiasi tipo. Un paziente, ad esempio, può portare in gruppo la propria difficoltà di trovare accordi sereni con la moglie nella gestione del denaro della famiglia. Il paziente spiega il problema, ne traccia la storia, aiutato anche dalle domande degli altri pazienti a precisarne i contorni. Può ricordare come nella sua famiglia era gestito il denaro, come lo trattava suo padre, sua madre, i suoi fratelli. Con il procedere della narrazione il paziente si sente ascoltato; altri condividono le sue preoccupazioni e non si sente solo. Nessuno gli dice ciò che è giusto, sbagliato, saggio o non saggio; nel gruppo non si giudica né si danno consigli. Il suo racconto è piuttosto l'occasione perché quanto condiviso risuoni nelle corde emotive degli altri che hanno, a loro volta, la possibilità di condivi-

dere le loro esperienze, il loro stile e quello delle loro famiglie d'origine di relazionarsi al denaro.

Un paziente che condivide un suo problema fa l'esperienza di essere ascoltato, ma soprattutto di ascoltare. Può rendersi conto che il suo problema ha tanti modi di essere affrontato e magari l'esperienza narrata da un altro membro del gruppo può aiutarlo a vedere sotto una luce diversa chi interagisce con lui nella vita reale. Può anche aver avuto stimoli a relativizzare le sue convinzioni e a ripensare con più attenzione alle radici dei propri comportamenti ed atteggiamenti.

Questo procedere, settimana dopo settimana, argomento dopo argomento, contribuisce al miglioramento delle capacità di ascolto. Ben sanno gli psicoterapeuti che i pazienti hanno un grande bisogno di parlare e di essere ascoltati, ma che sanno ascoltare poco. Nei gruppi di socio analisi l'ascolto gioca un ruolo considerevole perché l'ascolto, specie se orientato alle dimensioni emozionali, rende dinamico il contatto con il mondo interiore. Ascoltando gli altri, il paziente ha modo di riflettere sul proprio modo di essere nel presente, di chiarire a se stesso quali effetti le proprie azioni suscitano negli altri, di recuperare dalla memoria le tracce dei propri ricordi, di percepire con maggior chiarezza sentimenti rimasti a lungo confusi. Lungo il percorso, grazie al continuo ascolto, possono svilupparsi le capacità empatiche e i pazienti vengono aiutati a decentrarsi, a superare le letture ego centrate dei diversi aspetti della realtà. Ascoltare ed interagire emotivamente con gli altri membri del gruppo permette di contribuire allo sviluppo del sentimento sociale.

Nelle sedute di socio analisi emerge del materiale psicologico ricco, tanto sotto il profilo concettuale quanto sotto quello esperienziale ed emotivo, materiale che dà sostanza all'esperienza del gruppo stesso. Gli stimoli che ciascun paziente riceve nel gruppo possono anche essere ripresi nelle sedute individuali, spazio più riservato, dove sono possibili esplorazioni di contenuti più intimi. In quest'ottica il gruppo di socio analisi potenzia il trattamento individuale.

È anche importante la dinamica contraria: contenuti di particolare rilievo che emergono nel trattamento individuale possono essere proposti al gruppo. In questa esperienza un paziente può vedere ampliati, grazie alla dinamica del gruppo, i significati, le connessioni e le diverse sfaccettature che migliorano la comprensione di un suo problema.

VI. *L'incoraggiamento nelle socio analisi di gruppo*

Alla luce di quanto detto si può spostare l'attenzione sulle dimensioni che, nelle dinamiche della socio analisi, assume il *processo di incoraggiamento*. Nel per-

corso della socio analisi l'incoraggiamento non ha relazione con il processo di sollecitazione attiva che il terapeuta rivolge al paziente perché questi ritrovi e utilizzi le proprie risorse, magari congelate da blocchi emotivi o da una visione non equilibrata del proprio sé. Il gruppo di socio analisi non funziona su questo registro e non alimenta relazioni di dipendenza in cui un soggetto che sa ciò che è bene, giusto e buono si rivolge a un altro che non vede chiaro in se stesso e necessita di essere guidato perché ha perso il contatto con le proprie risorse o non ha chiara la direzione da prendere per orientarsi verso azioni costruttive. Questa modalità è campo della psicopedagogia. L'incoraggiamento nella socio analisi ha piuttosto a che fare con un processo che porta il paziente *a scoprire di essere possessore di energia interiore e a sviluppare il desiderio di impiegarla in progetti di vita, orientati verso il lato utile della vita. Incoraggiare vuol quindi dire aiutare a riscoprire il coraggio che ogni persona può possedere.*

Il coraggio è un'attitudine che si sviluppa nelle prime fasi della vita ed è in relazione con il sentimento di sicurezza di sé. Il bambino lo sviluppa nella relazione con i genitori. La relazione protettiva con la madre struttura lo spazio della sicurezza, la base solida che permette di sentire di potersi muovere nel mondo, di sperimentarsi in situazioni di volta in volta nuove, di sopportare, senza arretrare in preda a paure, l'incertezza della non conoscenza dei contorni delle nuove esperienze. Il senso dell'essere protetto, simbolicamente rappresentato dal territorio entro le mura della propria casa, deve coniugarsi con le spinte ad affrontare il mondo, che hanno la loro fonte nella buona interpretazione della funzione paterna. Le esperienze nel mondo sono il test per il coraggio, le occasioni che permettono di misurare la propria efficacia quando si fronteggiano i compiti richiesti. Dallo spazio protetto della famiglia al mondo e da questo alla famiglia: una circolarità ideale che permette di pensare al ciclo virtuoso di protezione - coraggio - spinta verso il mondo - esperienza, una circolarità che si chiude con il ritorno alla protezione da cui riparte un nuovo ciclo, ad andamento sempre più ampio e ricco.

L'ingresso nel gruppo ripropone il tema del passaggio da un mondo protetto ad uno più complesso. È il passaggio dal mondo della terapia individuale, caratterizzato dall'accoglienza del terapeuta, dal *setting* che isola dal mondo, da una stanza - quella della terapia - dove i segreti restano confinati e protetti da qualsiasi altro sguardo se non quello del terapeuta, ad un ambiente meno protetto, più ampio e complesso, dove esistono gli altri. Un passaggio da un "dentro" a un "fuori", dove i compagni del gruppo sono simboli del mondo più articolato che il paziente deve essere capace di fronteggiare da solo.

Il gruppo di socio analisi, in realtà, non propone un "fuori". Ricrea un "dentro" più articolato rispetto alla relazione duale con il terapeuta ma, al tempo stesso rende costantemente presente il "fuori" con la condivisione delle esperienze di

vita dei membri del gruppo. S'intrecciano e si mobilitano tutte le immagini familiari e si apre la possibilità di dinamismi transferali multipli di tipo materno, paterno, fraterno. Si realizza in questo modo una prima fondamentale dimensione connessa allo sviluppo del coraggio: *il sentire appagato il bisogno fondamentale di essere accolto, riconosciuto e di appartenere ad un gruppo che contiene in sé la dimensione protettiva della famiglia interna e il confronto con le richieste del mondo.*

La relazione che s'instaura tra i membri del gruppo comporta l'aver compagni di viaggio coi quali si possono affrontare e comprendere i problemi. Il sentimento del sentirsi solo ed isolato viene superato con la condivisione della comune sorte del dover imparare ad essere più adeguati alle richieste della vita. È frequente poter ascoltare l'esperienza di un membro del gruppo che ha affrontato e superato, in passato, le stesse difficoltà presentate oggi da un altro membro: nascono condivisioni che possono trasmettere fiducia, indicazioni sulle vie da percorrere e prefigurazione delle possibilità di successo.

La partecipazione al gruppo di socio analisi offre interessanti aperture al superamento del sentimento di inferiorità, notoriamente alla base della percezione di sé svalorizzante, con gli inevitabili correlati del ripiegamento difensivo in finzioni auto protettive. Nel gruppo il sentimento di inferiorità ha modo di essere fronteggiato attraverso il confronto con le proprie imperfezioni. Diventare capaci di comunicare quanto non si ha mai avuto il coraggio di dire agli altri e, a volte, anche al proprio psicoterapeuta, porta alla scoperta che gli altri non sono giudici implacabili ma persone comunemente imperfette, con le quali si possono condividere i propri limiti e giungere, per questa via, a comprendere l'inutilità delle compensazioni fittizie. Accettare la propria realtà esistenziale e pacificarsi con aspetti ritenuti inferiorizzanti dà un contributo importante allo sviluppo del coraggio.

L'affettività che si sviluppa tra i componenti del gruppo è un'altra dimensione connessa ai processi di incoraggiamento. La condivisione dei problemi e la conoscenza delle reciproche esperienze creano una rete emozionale che intesse nel gruppo il sentimento della solidarietà. Un paziente che per lungo tempo non ha affrontato una particolare difficoltà può sentire questa rete capace di sostenerlo e di attutire le eventuali cadute dovute a insuccessi o fallimenti. L'affettività nel gruppo è un potente strumento per far percepire l'esistenza della fiducia nelle reciproche potenzialità e nella disponibilità ad esaminare la natura degli errori eventualmente compiuti che diventano parte di un comune percorso di crescita. L'agire di *trainer* e *co-trainer* nelle dinamiche del gruppo di socio analisi costituisce un pilastro nella dinamica dell'incoraggiamento. Condurre il gruppo in approfondimenti continui sui diversi aspetti dei problemi e delle situazioni di vita trasmette l'implicito messaggio che, nella molteplicità di strade, è possibile indi-

viduarne almeno una che il paziente potrà percorrere. Ma sono soprattutto le loro personalità, come del resto nei trattamenti individuali, ad essere sorgenti di quell'energia positiva che dà al paziente la solidità dell'affetto, dell'accoglienza e della sicurezza di essere autorevoli interpreti delle difficoltà della vita, presenti oggi o in agguato nel futuro. *Trainer* e *co-trainer* rappresentano la coppia genitoriale che fa rivivere il calore del "dentro" del codice materno e il piacere di sperimentarsi nel "fuori" nel mondo del codice paterno.

VII. *Considerazioni conclusive*

I pazienti dei gruppi di socio analisi possono fare esperienza di dinamiche che nel loro procedere, settimana dopo settimana, concorrono a sviluppare il sentimento del coraggio. I gruppi di socio analisi possono essere identificati come laboratori del sentimento sociale; spazi di esperienza protetta dove le relazioni sociali possono far crescere l'empatia e la solidarietà, e sperimentare nuovi orientamenti per agire il coraggio necessario ad affrontare i compiti della vita.

Bibliografia

1. BADARACCO, G., JORGE, E. (1997), *La comunità psicoterapeutica psicoanalitica di struttura multifamiliare*, Franco Angeli, Milano 1997.
2. CORBELLA, S. (2003), *Storie e luoghi del gruppo*, Raffaello Cortina, Milano 2003.
3. DINKMEYER, D. C., DREIKURS, R. (1963), *Encouraging Children to Learn: the Encouragement Process*, tr. it. *Il processo di incoraggiamento*, Giunti Barbera, Firenze 1974.
4. FRANTA, H., CALESANTI, A. R. (1999), *L'arte dell'incoraggiamento*, Carrocci, Roma 1999.
5. GRANDI, L. G. (2008), Gruppo, Socioanalisi e Psicoterapia, *Il Sagittario*, Istituto di Psicologia Individuale, Torino, n. 22.
6. LO COCO, G., PRESTANO, C., LO VERSO G. (2008), *L'efficacia clinica delle psicoterapie di gruppo*, Raffaello Cortina, Milano.
7. MAZZOLI, G. (2008), Tenerezza e Aggressività nei gruppi di psicoterapia, *Il Sagittario*, Istituto di Psicologia Individuale, Torino, n. 22.
8. SCHERMES, V., PINES, M. (1994), *Ring of Fire: Primitive Object Relations and Affects in Group Psychotherapy*, tr. it. *Il cerchio di fuoco. Affetti primitivi e relazioni oggettuali nelle psicoterapie di gruppo*, Raffaello Cortina, Milano 1998.
9. YALOM, IRWIN, D. (2005), *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*, tr. it. *Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo*, Bollati Boringhieri, Torino 2009.

Giansecondo Mazzoli
Via Assalini, 35
I-42100 Reggio Emilia
E-mail: gsmazzoli@libero.it