

## Introduzione

Raffaella Girelli e Claudio Neri

Heinz Kohut - il fondatore della Psicologia del Sé - aveva un atteggiamento molto prudente nei confronti della psicoterapia di gruppo. Le perplessità di Kohut dipendevano, prima di tutto, dalla convinzione che il *leader* del gruppo avesse un potere eccessivo. La convinzione di Kohut traeva origine da ragioni storiche e anche da ragioni personali. Due esperienze avevano segnato profondamente la sua vita: la persecuzione nazista che lo aveva costretto ad abbandonare l'Austria e la serie di conflitti e aspre controversie che avevano segnato la sua appartenenza alla società psicoanalitica.

Ricorderemo che Kohut dava una lettura della relazione tra Hitler e il popolo tedesco, in chiave di Psicologia del Sé. Karterud, nel suo contributo a questo libro, riporta un passo di Kohut, che chiarisce bene la sua posizione: «le considerazioni, concernenti l'influenza esercitata sull'esistenza individuale dalle configurazioni narcisistiche inconsce di base, sono valide anche riguardo alla vita del gruppo, [...] ne spiegano la sua continuità e coesione e ne determinano anche le azioni più importanti». Dunque, il popolo tedesco - secondo la lettura di Kohut - era andato incontro ad una serie di fallimenti concernenti l'idealizzazione. Da questi fallimenti, era derivata una massiccia frammentazione. Profondi bisogni d'oggetto-sé, bisogni di rispecchiamento e d'idealizzazione erano rimasti inappagati. Hitler aveva intuito la condizione del popolo tedesco, che si prestava ad essere sfruttata da una figura abile, maniacale ed eroica. La grandiosità, che in precedenza era stata "rispecchiata" in modo estremamente inadeguato, poteva ora essere "non rispecchiata", ma resa esplicita e messa in azione, attraverso il potere che il popolo tedesco fantasticava di condividere con Hitler. Kohut - oltre alla preoccupazione relativa al potere del *leader* - nutriva una seconda preoccupazione rispetto alla psicoterapia di gruppo. In questo caso, si trattava di una preoccupazione di natura clinica. Kohut temeva che i pazienti che seguivano una "terapia combinata" (una tecnica scarsamente impiegata in Italia, ma largamente diffusa negli Stati Uniti) potessero subire consistenti danni. La terapia combinata è una tecnica che aggiunge una psicoanalisi di gruppo alla psicoanalisi individuale, che il paziente sta facendo. Kohut temeva che i pazienti in "analisi del sé individuale", che erano abituati ad interazioni in cui l'analista rispondeva da una posizione d'introspezione ricca d'empatia, si potessero aspettare risposte fornite da una prospettiva d'introspezione e d'empatia anche da parte del gruppo. Queste risposte avrebbero potuto mancare o essere inadeguate, danneggiando i positivi risultati ottenuti con la terapia individuale. In altri termini, Kohut temeva che nel gruppo i pazienti non avrebbero incontrato sufficiente empatia. Le definizioni della nozione di empatia sono numerose e complesse. Ricorderemo una definizione molto semplice ed utile sul piano clinico. Empatia significa essere capaci di guardare il paziente non solo e non tanto come colui che resiste al lavoro del terapeuta o del gruppo, ma anche colui che «sta facendo del suo meglio» per affrontare la situazione in cui si trova.

Una terza preoccupazione di Kohut era relativa al timore che le pressioni del gruppo potessero far diminuire l'individualità, condurre ad una "deriva in senso primitivo" dei processi mentali e ad un abbassamento delle resistenze. Questi fenomeni avrebbero potuto procurare danno a pazienti vulnerabili.

Noi riteniamo che *Esperienze del sé in gruppo* possa essere considerato come una risposta ai dubbi e alle perplessità di Kohut. È una risposta che ha tanto maggior valore, in quanto è fornita dagli psicologi del Sé che si sono impegnati direttamente nel lavoro di psicoterapia di gruppo.

Un concetto, che viene trattato in maniera approfondita in *Esperienze del sé in gruppo*, è quello di "Sé di gruppo". È un concetto già presente nell'opera di Kohut.

Paparo e Nebbiosi lo definiscono come: «[...] una certa configurazione psicologia (che chiamiamo sé di gruppo), analoga al sé degli individui».

Karterud precisa: «L'elemento fondamentale contenuto nel concetto di sé di gruppo di Kohut è il carattere intenzionale. Il sé ha scopi e bisogni. Il sé ha un progetto; contiene ambizioni e ideali. Non è semplicemente il residuo storico di una rete di comunicazioni del gruppo».

Bacal propone alcune osservazioni sui momenti di crisi, la creazione di sottogruppi e la minaccia alla coesione del Sé di gruppo. «[...] l'introduzione d'idee nuove da parte di un membro importante del gruppo, [...] può avere come conseguenza il fatto che il sé di gruppo si senta minacciato [...]. Ciò che regolarmente accade è una denigrazione difensiva delle nuove idee e di chi le propone [...]. Nessun sottogruppo è in grado di capire se i punti di vista dell'altro [...] si differenziano significativamente oppure no. Ogni sottogruppo sa

solo che bisogna difendersi dalla posizione dell'altro che minaccia la loro coesione del sé e, in sostanza, la loro auto-stima».

Un secondo punto ampiamente trattato è l'introduzione della nozione di relazione d'oggetto-sé nell'ambito della teoria e della tecnica della psicoterapia di gruppo.

Livingston evidenzia il conflitto fra i bisogni d'oggetto-sé gemellare e i bisogni d'auto-delimitazione: «La collisione tra i bisogni di gemellarità e auto-delineazione in un gruppo terapeutico spesso ricrea un conflitto fondamentale. L'esperienza del paziente a volte può essere simile a quella che viene descritta in una vecchia sentenza talmudica: "Se non ci sono io per me stesso, chi può esserci? Se sono solo per me stesso, che cosa sono?"».

Irene Harwood sottolinea, invece, come l'atmosfera di gruppo offra grandi opportunità di relazioni d'oggetto-sé, soprattutto per la molteplicità di possibili relazioni: «L'atmosfera di un gruppo, condotto secondo la psicologia del sé, con il suo gran numero di potenziali funzioni e legami d'oggetto-sé, offre molteplici possibilità per quelle che Kohut chiamava interiorizzazioni trasmutanti e per la creazione, la reintegrazione e il mantenimento di legami d'oggetto-sé, attraverso i quali gli individui possono riprendere la costruzione della propria struttura psichica e con essa dare un nuovo (o rinnovato) significato della propria vita». Paparo e Nebbiosi, nel contributo che abbiamo già citato, riprendono il tema della costruzione della struttura psichica, precisando che la «formazione di principi organizzatori alternativi» è frutto di un lavoro di co-costruzione da parte dei membri, del terapeuta e del gruppo complessivamente inteso.

Hanna Segalla estende la nozione d'oggetto-sé, attraverso la formulazione dell'ipotesi d'esistenza di un oggetto-sé-gruppo. Ella scrive: «Le esperienze d'oggetto-sé vivificano il sé dell'individuo, mentre le esperienze d'oggetto-sé-gruppo colmano gli aspetti mancanti del "sé di gruppo" dell'individuo. [...]». La proposta di Hanna Segalla acquista rilevanza alla luce della precisazione: «Nel suggerire le esperienze di oggetto gruppo, si assume che c'è un progetto innato, secondo il quale esiste il bisogno di essere capaci di funzionare efficacemente nei gruppi, al di là delle esperienze di sé o diadiche».

Malcom Pines accosta alla nozione di gruppo quale oggetto-sé, la nozione di "noi esecutivo" di Emde: il risultato dell'accostamento è proficuo. Ambedue i concetti diventano più ricchi e comprensibili. Pines introduce con queste parole il concetto di "noi esecutivo": «Nessuno di noi sopravvive e si sviluppa al di fuori di un nesso di relazioni. Il bambino riesce in qualsiasi compito molto meglio se è aiutato o è in compagnia di un'altra persona che lo aiuta a farlo bene. Il neonato scopre, gusta e utilizza le capacità delle persone che si prendono cura di lui per agire in concerto con loro, e raggiungere un senso di potere e di efficienza nel mondo». Pines, poi, definisce con precisione il concetto: «H "noi esecutivo" è qualcosa che crea un senso di essere insieme. Questa è la natura basilare della condizione umana. Noi dobbiamo tenerla in considerazione nell'orbita gruppo-analitica, che è quella di esseri umani che cercano di comprendere e aiutare se stessi e di aiutarsi gli uni con gli altri».

Un'altra questione affrontata nel libro è quella dei sistemi motivazionali. Desideriamo ricordare ciò che scrive Lichtenberg a questo proposito: «La mia tesi è che la motivazione sia meglio concettualizzabile, [se viene formulata non in termini di libido e destrudo, ma] come una serie di sistemi volti a promuovere la realizzazione e la regolazione di bisogni di base [...] Ogni sistema motivazionale è un'entità psicologica (con probabili correlati neurofisiologici)». In ognuno dei sistemi motivazionali, secondo Lichtenberg, gli affetti svolgono una funzione chiave rispetto alla vitalità del sistema stesso: «In ogni sistema gli affetti [...] amplificano le esperienze motivazionali nel loro dispiegarsi, fornendo obiettivi esperienziali alle mete motivazionali». I sistemi motivazionali, descritti da Lichtenberg, sono cinque, distinti e interagenti tra loro: 1. sistema motivazionale basato sulla regolazione psichica delle esigenze fisio-logiche; 2. sistema motivazionale di attaccamento-affiliazione; 3. sistema motivazionale esplorativo-assertivo; 4. sistema motivazionale avversivo; 5. sistema motivazionale sensuale-sessuale.

Hanna Segalla - che abbiamo già ricordato quando ci siamo interessati delle reazioni di oggetto-sé - fornisce una lettura dei fenomeni di gruppo alla luce del modello di Lichtenberg, riferendosi in particolare al sistema motivazionale affiliativo. «Il sistema motivazionale, che in definitiva fornisce la coesione necessaria perché il gruppo sia una modalità efficace di trattamento è quello dell'affiliazione. Mentre gli altri sistemi possono assumere un predominio in momenti vari della vita del gruppo, il sistema affiliativo è necessario per il mantenimento del gruppo a causa delle inevitabili fluttuazioni affettive nel gruppo». La sottolineatura dell'importanza del sistema motivazionale "affiliativo" potrebbe aprire la porta ad interessanti sviluppi, volti ad approfondire la nozione di "coesione di gruppo".

Un argomento molto importante trattato nel libro, che tocca un campo diverso rispetto a quello individuato dalla proposta di impiegare nozioni della Psicologia del Sé nel *setting* di gruppo, è la domanda sul gruppo come un "tutto", come globalità.

Noi abbiamo già accennato alla nozione di Sé di gruppo. Nel libro vi sono, però, anche altri apporti. Karterud afferma che nel gruppo «ci sono principi organizzatori che agiscono al di sopra del livello individuale e soggettivo».

Segalla, Wine e Silvers, in un recente contributo che non è però compreso in questo volume, affermano che il gruppo «riflette qualche cosa di più ampio dell'esperienza dei singoli membri». Essi affermano, inoltre, che «la capacità di fare il passaggio dal primato del bisogno individuale all'impegno a livello di gruppo è parte della base della guarigione a livello di gruppo».

Pines - nel suo capitolo che abbiamo prima menzionato - segnala l'esistenza di due culture proprie del gruppo: «La "cultura di appartenenza" rende possibile a ciascuna persona di sviluppare un forte attaccamento alla situazione gruppale, agli altri membri del gruppo e al conduttore. La "cultura di indagine" offre ai membri del gruppo l'opportunità di indagare la natura del proprio sé e di quello dei loro vicini di gruppo. Questa cultura di indagine rende possibile alle persone e richiede loro di guardare e ascoltare gli altri e se stessi e di considerare, forse accettare, il punto di vista degli altri». Grazie alla "cultura di appartenenza" l'individuo trova risposta al bisogno di relazioni di oggetto-sé. Attraverso la "cultura di indagine", l'individuo ha la possibilità di esplorare le proprie vicende e quelle dei membri del gruppo, partendo da numerose angolature e da diversi punti di vista. In questo modo, inoltre, egli può riscoprire una forma di pensiero poliedrico che risponde alla natura complessa della sua identità. La proposta di Pines, a nostro avviso, è felice. Noi riteniamo che le due culture "appartenenza" ed "indagine" testimonino in modo efficace la ricchezza, la pluridimensionalità e la peculiarità del lavoro nel piccolo gruppo a finalità terapeutica e psicoanalitica.

Bacal avanza una proposta che potrebbe essere correlata con quella di Pines. Bacal, infatti, evidenzia la presenza nei gruppi di due modalità di reazione dei membri: la reattività e la responsività. La prima scaturisce da una lettura dell'esperienza in termini personali e individualistici, la seconda «rispetta l'importanza della scoperta personale del proprio sé in relazione al gruppo».

Il libro offre anche alcuni spunti su temi attinenti la teoria della tecnica. A proposito della co-terapia, Silvers scrive: «La presenza del secondo terapeuta nel modello di co-terapia stimola materiale transferale riguardante l'altro (il secondo) genitore, che non emerge nel trattamento individuale o quando c'è un solo terapeuta».

Segalla afferma: «Con la presenza di due terapeuti, c'è una notevole flessibilità, in quanto gli psicoterapisti alternano il loro interesse tra il sistema motivazionale di tutto il gruppo e il sistema motivazionale dominante di un membro particolare o di una particolare diade». L'autrice si esprime anche a proposito del modello combinato di trattamento che rappresenta una delle preoccupazioni di Kohut.

Ella mette in evidenza che alcuni pazienti che fanno soltanto una terapia individuale, restano isolati, senza amicizie. In mancanza dell'abbinamento di una terapia di gruppo, è difficile che siano capaci di fare la transizione ad esperienze affiliative positive. Il percorso di gruppo sembra avere, quindi, in questa prospettiva, una funzione integrativa rispetto al trattamento individuale.

Al termine di questa rapida rassegna, desideriamo proporre alcune considerazioni.

*Esperienze del sé in gruppo* non offre nuove ed adeguate chiavi di comprensione, che permettano di accedere ad una visione generale del gruppo.

La nozione di "Sé del gruppo" - ricalcata su quella di «Sé» (individuale) - non tiene conto della complessità del problema di mettere in rapporto gruppo e individuo. Le strutture, le forze e anche la fenomenologia, che sono proprie rispettivamente del gruppo e dell'individuo, non sono sovrapponibili e non sono riportabili le une alle altre in modo semplice e diretto.

A nostro avviso, il modello di "sistemi motivazionali" di Lichtenberg - la seconda proposta generale, che viene presentata nel volume - apre prospettive più promettenti. È una proposta più circoscritta e meglio circostanziata. Molto lavoro teorico e clinico, però, dovrà essere compiuto per chiarire in quale senso si può parlare di "motivazione" con riferimento ad un gruppo.

La lettura di *Esperienze del sé in gruppo*, ciononostante, è stimolante e risulta fruttuosa, il libro fornisce, una ricca informazione "di prima mano" sugli sviluppi della psicoterapia di gruppo negli Stati Uniti, secondo gli orientamenti della Psicologia del Sé. In effetti, è il primo libro che gli Psicologi del Sé dedicano interamente all'argomento. Il libro, inoltre, saggia l'utilità clinica dei concetti della Psicologia del Sé, applicati al *setting* di gruppo. Alcuni tra questi concetti aiutano a capire in modo più approfondito le esigenze del singolo

paziente nel gruppo terapeutico. In particolare, lo strumento concettuale di "relazione di oggetto-se", a nostro avviso, contribuisce considerevolmente ad affinare la tecnica di conduzione.