

Modelli, metodi e formazione

di Bianca Gallo*

*[Ricevuto il 26/03/2021
Accettato il 21/10/2021]*

Riassunto

In questo lavoro si esaminano gli aspetti della pratica clinica nelle terapie di gruppo evidenziati da Anzieu. Lo studio di questo testo appare come assolutamente rilevante per COIRAG, la cui organizzazione è particolarmente complessa. Nella formazione dei futuri psicoterapeuti di gruppo, COIRAG propone una integrazione dei diversi modelli delle associazioni federate che sono presenti in COIRAG, e che hanno metodologie e riferimenti teorici diversi, benché tutti derivati da una radice comune, la psicoanalisi. L'autore affronta in particolare il problema dei cosiddetti gruppi "corporei", come è lo psicodramma, che metodologicamente prevedono delle vere e proprie azioni. L'autore propone delle ipotesi che si appoggiano sulle più recenti conoscenze della biologia, e che mostrano come tali tecniche, a differenza di ciò che accade nei gruppi verbali, in generale si basano sulla mobilitazione di memorie corporee implicite, pensieri mai pensati, o pensieri che siano stati rimossi o negati, ma conservati tali e quali nel corpo.

Parole chiave: Opzioni metodologiche, Modello teorico, Metodologia, Gruppi "corporei", Sistemi affettivi di base, Memorie implicite.

* Psicologa, psicoterapeuta individuale e di gruppo, Acanto, COIRAG, il Nodo Group (Neuro-psychoanalysis association), (via di S. Chiara, 3/22 – 16128 Genova); bianca_gallo@fastwebnet.it

Gruppi/Groups (ISSN 1826-2589, ISSNe 1972-4837), 1/2021
Doi: 10.3280/gruoa1-2021oa14026

TEMA

Abstract. *Models, methods and training*

This paper examines the aspects of clinical practice in group therapy highlighted by Anzieu. The study of this text appears to be absolutely relevant to COIRAG, whose organization is particularly complex. In the training of future group psychotherapists, COIRAG proposes an integration of the different models of the federated associations that are present in COIRAG, and that have different methodologies and theoretical references, although all derived from a common root, psychoanalysis. The author addresses in particular the problem of the so-called "corporeal" groups, such as psychodrama, which methodologically involve real actions. The author proposes hypotheses that are based on the most recent knowledge of biology, and that show how these techniques, unlike what happens in verbal groups, are generally based on the mobilization of implicit bodily memories, thoughts that have never been thought, or thoughts that have been removed or denied, but preserved as they are in the body.

Keywords: Methodological options, Theoretical model, Methodology, "Bodily" groups, Basic affective systems, Implicit memories.

Il testo di Anzieu proposto sviluppa temi che sono essenziali per chi, come noi, nella pratica professionale e formativa si occupa di gruppi.

Nel suo testo Anzieu fa riferimento al gruppo di psicoterapia che opera all'interno di un'istituzione; le sue considerazioni sono però altrettanto valide se prendiamo in esame COIRAG e la scuola COIRAG e il loro complesso rapporto tra il senso della formazione e la presenza di identità culturali differenti.

COIRAG nasce come "Confederazione di Organizzazioni Italiane per la Ricerca Analitica sui Gruppi" per il confronto tra colleghi sulla propria posizione rispetto alla psicoanalisi e i gruppi. Attraverso la Scuola viene a far parte di un'istituzione; perché in quanto Specialità, dipende da un'altra istituzione, il Ministero (attualmente il ministero dell'Università e ricerca), il quale può approvarne o no il progetto e che stabilisce vincoli e norme per conservare "ciò che è istituito".

Citando Anzieu potremmo dire che anche COIRAG

«(...) si trova in presenza di un ritorno di materiale inconscio su cui ha posto i suoi desideri e le sue speranze più segrete, ma che rischia di mettere in discussione (più fantasmaticamente che realmente) l'equilibrio precario che tenta di conservare tra ciò che è istituito (l'organizzazione, la legge...) – che rende l'istituzione atemporale (indistruttibile) e rassicurante – e la vita pulsionale che le conferisce la sua specificità, la sua vitalità e le sue energie» (Testemale e Chapelier, in Anzieu, 2009, p. 21).

Sappiamo inoltre che, come in ogni istituzione, anche in COIRAG vi sono «implicazioni di conflitti a quattro livelli: intraistituzionale, intragruppale, interpersonale e intrasoggettivo» (Testemale e Chapelier, in Anzieu, *op. cit.*, p. 22).

Qui vorremmo mostrare quanto sia difficile per un'organizzazione così complessa come COIRAG evitare sia *l'illusione gruppale* che la *disillusione istituzionale* per aderire alla realtà dei fatti e alla possibilità delle azioni.

Una prima difficoltà è nel rapporto con il Ministero. L'articolo 33 della Costituzione stabilisce che: "L'arte e la scienza sono libere e libero ne è l'insegnamento". In seguito, il comma 14 della legge 107 precisava: "Esso comprende e riconosce le diverse opzioni metodologiche".

Ma, a proposito delle diverse opzioni metodologiche, vediamo che nella scuola COIRAG sono presenti, con diverse funzioni, colleghi che afferiscono a organizzazioni (adesso *associazioni*) il cui substrato culturale è profondamente differente, non solo per teoria e modelli ma soprattutto per metodologia. Perché in ognuna delle associazioni federate vi è un consolidato modello teorico più o meno ampio e soprattutto un altrettanto consolidato metodo¹ di conduzione dei gruppi e formazione attraverso i gruppi.

Questo potrebbe essere una magnifica occasione di confronto e di crescita reciproca, almeno dal punto della realtà condivisa; ma sappiamo quali conflitti consci, sotterranei e inconsci abbiano attraversato la vita di COIRAG, e che questi si sono moltiplicati dalla nascita della Scuola.

Comprendiamo che non è difficile che anche per un'associazione – che pur preveda una rigorosa formazione dei propri membri – il proprio modello di riferimento venga idealizzato e perciò venga trasformato in un'ideologia, e che lo sguardo *analitico*, che si vorrebbe scientifico, sul funzionamento dei gruppi si possa colorare di rifiuto e disprezzo per qualunque cosa appaia diverso da ciò che si ritiene stabilito, che diviene spesso un *ipse dixit*, chiudendosi così a qualunque possibilità di riflessione e incontro.

Sappiamo tutti quanto sia difficile "sostare nell'incertezza", essere "senza memoria, senza desiderio", "sapere di non sapere" e così via².

Eppure.

¹ Secondo la Treccani *metodo* è: «In genere, il modo, la via, il procedimento seguito nel perseguire uno scopo, nello svolgere una qualsiasi attività, secondo un ordine e un piano prestabiliti in vista del fine che s'intende raggiungere».

² Qui non si può resistere a citare le parole di un fisico, anzi un fisico quantistico, il Nobel Richard Feynman: «Vedete, il fatto è che io posso vivere nel dubbio, nell'incertezza e senza sapere. Penso che sia molto più interessante vivere senza sapere piuttosto che avere risposte che potrebbero essere sbagliate. Io possiedo risposte approssimate, fedeli possibili, e gradi diversi di certezza su vari argomenti, ma non c'è niente di cui sia assolutamente sicuro e vi sono molte cose di cui non so nulla» (1999, p. 41).

Esemplare a questo proposito ciò che accadde a Londra rispetto ai modelli di Bion e di Foulkes, come descritto da Ancona e Hinshelwood, e anche da Pines, ai cui testi si rimanda, e che sono reperibili sulla rivista telematica *Funzione Gamma*.

Scrive Ancona:

«Il “fatto mitico” comune a Bion e a Foulkes è rappresentato dalla scoperta del “group-as-a-whole”, ma diversi erano i loro riferimenti culturali e le loro esperienze e, aggiungiamo, personalità» (Ancona, 2000).

Non dimentichiamo però che erano gli anni degli scontri feroci tra kleiniani e Annafreudiani, per cui gli adepti dell’una o dell’altra fazione manco si salutavano. Come ricorda Otto Kernberg, Anna Freud non lo sopportava, ma fu gentile con lui finché non scoprì che, dato che veniva dal Cile, era kleiniano (Luz, 2020).

A chi scrive sembra inoltre che di frequente vi sia un po’ di confusione tra il concetto di tecnica, che solitamente nasce dall’esperienza, e quello di teoria, che è un’ipotesi e non la verità, così come tra il significato di modello, a cui ci si riferisce, e l’utilizzo di un metodo che a questo modello si rifà³. Aggiungiamo che mentre la teoria – che è un’ipotesi e non la verità – rappresenta il tentativo di spiegare un’esperienza, la tecnica nasce dall’esperienza, e prevede il come far funzionare qualcosa, non sapendo necessariamente il perché.

Su questo tema Anzieu scrive:

«Dal punto di vista dei metodi, il continuum è altrettanto vasto: libere associazioni, tecniche psicodrammatiche, attività manuali, rilassamento, espressione corporea, urlo primario, contatti fisici ecc.» (*op. cit.*, p. 19).

Ma quali risultati, e quali conseguenze derivano dall’utilizzo di questi molti metodi? E dei molti metodi che vengono applicati nell’insegnamento nella scuola COIRAG?

Per esempio, scrive ancora Anzieu che i «(...) gruppi “corporei”, a volte

³ Dall’Enciclopedia Treccani:

- *teoria*: Formulazione logicamente coerente (in termini di concetti ed enti più o meno astratti) di un insieme di definizioni, principi e leggi generali che consente di descrivere, interpretare, classificare, spiegare, a vari livelli di generalità, aspetti della realtà naturale e sociale, e delle varie forme di attività umana.

- *tecnica*: Insieme delle norme su cui è fondata la pratica di un’arte, di una professione o di una qualsiasi attività, non soltanto manuale ma anche strettamente intellettuale, in quanto vengono applicate e seguite.

- *metodo*: Modo, la via, il procedimento seguito nel perseguire uno scopo, nello svolgere una qualsiasi attività, secondo un ordine e un piano prestabiliti in vista del fine che s’intende raggiungere.

provocano miglioramenti sintomatici spettacolari, spesso seguiti da ricadute particolarmente pericolose» (*ibid.*, p. 19). Come mai?

La risposta potrebbe essere questa: i gruppi corporei mobilitano memorie implicite, corporee: potremmo dire con Bion che liberano elementi beta, elementi grezzi dell'esperienza che si situano tra fisico e mentale, che però hanno bisogno che la funzione alfa permetta la loro trasformazione in elementi alfa disponibili per il pensiero. Se la funzione alfa non è attiva questi elementi beta non verranno trasformati ma si esprimeranno comunque, e in modo non prevedibile.

Grazie a ciò che è stato ripetutamente auspicato da Freud che, come neurologo, non aveva potuto contare molto di più che sul metodo Golgi, la ricerca scientifica ci ha permesso di capire qualcosa della relazione tra fisico e mentale, che non sono così nettamente distinti.

Il cervello processa nello stesso identico modo gli stimoli provenienti dall'ambiente esterno come dall'ambiente interno. Perciò quando vi è una riduzione di stimoli provenienti dal mondo esterno, diventa più semplice accedere a quegli stimoli che provengono dal mondo interno. La scoperta di Freud sull'uso del lettino corrisponde a questo emergere di contenuti del mondo interno. Qualcosa di simile accade nei gruppi e può corrispondere, come emerge chiaramente dai loro testi, alla differenza di approccio al gruppo tra Bion o Foulkes.

Ma quale tecnica è adatta alla tale persona o alla tale situazione?

A partire dalle parole di Anzieu, ci sembra interessante capire quali strutture neurali sottostiano ai diversi esiti. Egli afferma:

«Con i pazienti nevrotici il gruppo produce modifiche più superficiali e meno durevoli della psicoanalisi individuale; con gli stati limite il gruppo offre un sostegno anaclitico utile, ma che tende a essere prolungato indefinitamente; infine, se si tratta di angoscia, di fantasmi, di meccanismi di difesa che appartengono a nuclei psicotici della persona, della famiglia o di un'istituzione, il gruppo fornisce, a un tempo, una cassa di risonanza e un contenitore» (*ibid.*, p. 24).

E per questo ritorniamo alle differenze di approccio tra Bion e Foulkes. È facile ricondurre gli assunti di base di Bion all'attivazione dei *sistemi affettivi di base* individuati da Panksepp (Panksepp e Biven, 2012), nella parte più profonda del tronco encefalico: attacco e fuga rispondono ai sistemi della rabbia e della paura, di dipendenza al sistema del panico/sofferenza, accoppiamento (forse in modo meno diretto) al sistema del desiderio sessuale. Il modello di Foulkes, definito in modo sprezzante da Rickman "cultura curativa" effettivamente risponde al sistema della cura, dalla cui attivazione (nel caregiver) dipende la sopravvivenza di qualunque individuo. E tutti questi sistemi arcaici, che si attivano nel rapporto con l'ambiente nei

primi tempi della vita umana, coinvolgono un piccolo agglomerato di cellule, il grigio periacqueduttale, che elicitare reazioni di avvicinamento o allontanamento. Un gruppo di lavoro invece, richiede il coinvolgimento della neocorteccia, che comunque completa il suo sviluppo per ultima.

Per concludere: quale modello e quale metodo si rivela essere migliore? O meglio, il più adatto? Semplicemente quello adeguato alla situazione in cui ci si trova, agli obiettivi che ci si pone, e – anche – alle caratteristiche del terapeuta. Non esiste una tecnica di gruppo la cui efficacia e la cui applicazione possa essere considerata universale.

Riferimenti bibliografici

- Ancona L. (2000). Bion e Foulkes, un incontro mitologico, soltanto, ma è già abbastanza! Testo disponibile al sito: <https://www.funzionegamma.it/wp-content/uploads/incontro-mitologico3i.pdf>
- Anzieu D. (2009). Ciò che può e non può il gruppo. *Gruppi*, XXI, 2/2020: 15-27.
DOI: 10.3280/gruoa2-2020oa12578
- Bion W.R. (1962). *Apprendere dall'esperienza*. Roma: Armando, 1972.
- Feynman R.P. (1999). *Il piacere di scoprire*. Milano: Adelphi, 2002.
- Funzione Gamma*, journal online di psicologia di gruppo, disponibile al sito: <https://www.funzionegamma.it>
- Hinshelwood R.D. (1999). Quanto era foulkesiano Bion? Testo disponibile al sito: <https://www.funzionegamma.it/quanto-era-foulkesiano-bion/>
- Luz M. (2020). *Dottor Kernberg, a cosa serve la psicoterapia? Riflessioni e ricordi di un grande clinico*. Milano: Raffaello Cortina, 2021.
- Panksepp J. e Biven L. (2012). *Archeologia della mente. Origini neuroevolutive delle emozioni umane*. Milano: Raffaello Cortina, 2014.
- Pines M. (2000). Bion, Foulkes e l'empatia. Testo disponibile al sito: <https://www.funzionegamma.it/bion-foulkes-e-lempatia/>