

JAIME ONDARZA LINARES

Psicoterapia di gruppo e fenomeni di gruppo

La psicoterapia di gruppo viene di solito collocata in un arco che va dal concetto di coloro che, considerando il gruppo per motivi economico-amministrativi come una soluzione per affrontare le crescenti esigenze della società nel campo della igiene mentale, la usano come un ripiego necessario (e tacitamente la giudicano una psicoterapia di seconda classe) a coloro che invece la considerano un tipo di terapia « a sè », distinguibile e definibile in se stessa (questi ultimi costituiscono per fortuna la maggioranza). Solo quest'ultima posizione ci sembra logica e critica, essendo la prima o puramente empirica, o incompleta per scarso approfondimento del concetto. Con questa convinzione riassumo alcune riflessioni, non tanto per dire qualcosa di nuovo, quanto per puntualizzare alcuni topici intorno ai quali può essere proficuo uno scambio di idee.

Le conoscenze attuali sulla psicoterapia di gruppo sono derivati da due fonti diverse:

1. La psicologia sociale con le sue progressive conquiste nella conoscenza di ciò che si è venuta a chiamare la *dinamica di gruppo*.

Comunicazione presentata al V Congresso Mondiale di Psichiatria, Città di Messico, 1971, nella seduta del 2 Dicembre, della quale fu presidente lo stesso Dott. Ondarza Linares.

2. La terapeutica stessa che, per la necessità di curare i pazienti, è andata sistematizzando una o diverse tecniche e metodologie sul trattamento dei pazienti nel gruppo.

Riassumo in breve l'evoluzione di ognuna di queste due fonti:

La Dinamica di Gruppo. Alla fine del secolo XIX sorgono ad opera di Tarde, Le Bon, Trotter, i primi studi sulla psicologia delle masse, che stimolarono successivamente gli studi sulla psicologia di gruppo realizzati, all'inizio del nostro secolo, da *Mac Dougall*, *Cooley*, *Simmels*, *Durkeim*, *Giddins*, *Ross*, *Tonnies* e *Mead*, che enfatizzarono sulla natura sociale delle funzioni psicologiche.

Principalmente in America acquistò sempre maggiore importanza lo studio dei gruppi naturali nella società, promuovendo il concetto che la soluzione stessa dei problemi sociali può essere facilitata da uno studio sistematico dei normali aggruppamenti e delle interazioni sociali.

Fu decisivo in questo senso l'impulso di *Kurt Lewin* (8) con la sua « teoria del campo », che come è noto, definì come « l'interazione fra la persona e il medio ambiente così come esiste per lui ».

La costruzione teoretica lewiniana e la sua possibilità di verifica sperimentale dette inizio fin dal 1946, con *Bradford*, *Lippit* e *Benne* alle diverse esperienze che ebbero il loro epicentro in Bethel.

Gli istituti di psicologia di alcune università e i grandi complessi industriali collaborarono nella continuazione dello studio delle proprietà e del processo del gruppo. Il nome di « dinamica di gruppo » coniato da *Lewin*, servì posteriormente per designare un vasto campo la cui delimitazione, non infrequentemente, è tanto vaga quanto confusa, e ora indica il processo di gruppo in se stesso, ora le formulazioni teoriche dei distinti studiosi o i metodi per ottenere cambiamenti nel comportamento del gruppo o le sue applicazioni pratiche.

Tuttavia, come suggerisce *H. Durkin* (3), il consenso generale intende per dinamica di gruppo: il campo di specializzazione interessato ad accrescere le nostre conoscenze sulla vita di gruppo, sui suoi processi, sui suoi speciali fenomeni, sulle sue leggi particolari, e inoltre l'applicazione pratica di questa conoscenza a situazioni specifiche nella politica, nell'industria, nell'addestramento, nella pedagogia e in alcuni problemi sociali.

La dinamica di gruppo continua a considerare il gruppo come la struttura che emerge dagli individui in costante interazione gli uni con gli altri, dato che nel basico concetto lewiniano, gli individui nel gruppo

sono considerati componenti interdependenti di un insieme, che è diverso dalla somma delle parti.

« Il gruppo, poi, ristrutturata se stesso in un continuo processo di adattamento reciproco fra un individuo e gli altri, così come in relazione ai loro mutui problemi ». « La conseguenza di questo mutuo adattamento reciproco è un set o complesso di differenziazioni, integrazioni e ancora più complessi « patterns » di organizzazione ». Ma lasciamo da parte questo schema di *Bonner* (citato da *Durkin*) solo come una cornice nella quale si possono inquadrare tutte le acquisizioni che si sono fatte in questo campo: esse sono molte, ma non è questo il luogo di menzionarle; tuttavia è evidente che non bastano per colmare le numerose lacune che ancora esistono.

Resta stabilito, che mentre una parte dei lavori in dinamica di gruppo è tornata sulle vie della ricerca, allineandosi nel gruppo delle scienze del comportamento umano, un'altra parte della corrente si dirige alle applicazioni pratiche e si lega sempre di più, talvolta senza proporselo, con la terapia di gruppo.

Ricorderemo ora la seconda radice: la radice propriamente terapeutica dell'uso dei gruppi. Lasciando da parte una più dettagliata retrospettiva storica, essa nacque con i lavori di *Pratt* nel suo « Class Method ». *J. L. Moreno* (10), che sia detto per inciso, influi sugli iniziatori del movimento di *Bethel*, dopo le sue prime esperienze a Vienna, trasferitosi negli Stati Uniti, cominciò a lavorare col suo psicodramma rivelandosi uno dei fondatori della psicoterapia di gruppo che da lui fu così denominata.

Dal 1930, e particolarmente con la seconda guerra mondiale, il movimento di psicoterapia di gruppo cresce rapidamente, con evangelico entusiasmo, soprattutto negli Stati Uniti da dove poi si espande in altri paesi e torna in Europa, principalmente in Inghilterra.

Come nota *Durkin* in una revisione abbastanza minuziosa della letteratura sul tema, all'inizio gli articoli si caratterizzarono per la loro enfasi nell'eccellenza dei risultati e l'interesse dei fenomeni trovati dai loro ricercatori; ogni autore descriveva ciò che stava facendo senza riferirsi a concetti e metodi di altri nello stesso campo.

Sebbene l'impressione che dava la letteratura è che c'era una definizione comune di psicoterapia di gruppo, in realtà non ne esisteva alcuna; anzi c'erano tante forme di terapie di gruppo come terapeuti. C'era una terapia attuata dal gruppo, nel gruppo, e per il gruppo. Il denominatore comune era l'utilizzazione del gruppo anche se non era chiaramente definito in che modo fosse utilizzato. Nonostante l'atteggiamento scienti-

fico verso il proprio lavoro della maggior parte dei « pionieri », molti dei loro entusiasti seguaci o esecutori, si sentirono autorizzati ad utilizzare la terapia di gruppo come una panacea per tutte le malattie ed i problemi psichiatrici.

Con l'incremento dell'interazione fra terapisti di gruppo si evidenziarono e talvolta si accentuarono le differenze, sopravvalutando, non raramente, l'importanza del particolare. Comunque, per la maggior parte dei terapisti, l'orientamento psicoanalitico fu il grande ispiratore; d'altra parte mentre le scuole di psicodramma di *Moreno* e delle sue varianti in Europa come nell'America latina, mostravano il suo particolare indirizzo, *Carl Rogers* (12) proponeva la sua terapia di gruppo non direttiva.

I terapisti di gruppo, analiticamente orientati, com'è naturale, portavano con sé il bagaglio dalla scuola in cui si erano formati: freudiana, neo-freudiana, adleriana, o junghiana. Il problema fondamentale sembrava essere: in che modo le particolari premesse dottrinarie, teoriche e metodologiche, potevano essere applicate al « working through » del gruppo.

Più tardi fecero la loro apparizione i metodi di ispirazione esistenzialista e quelli della « gestalt terapie » (11) che suggerirono nuove vie da seguire.

D'altra parte i metodi della dinamica di gruppo che si mantennero basicamente separati dalla psicoterapia di gruppo, occupandosi della ricerca e della sua applicazione a gruppi di persone normali, a partire dal 1960, entrarono decisamente nel campo terapeutico dando origine alle diversi varianti dei « T-group ». Citiamo solo i gruppi di incontro, marathon therapy groups, gruppi di sviluppo personale, gruppi di nudo-terapia, gruppi non verbali di integrazione percettiva ecc. In tali gruppi è quasi regolare non poter riconoscere il confine fra « sviluppo » e terapia. (Diciamo « en passant » che negli Stati Uniti, dove queste forme si sono moltiplicate maggiormente, sono numerose le voci di protesta che criticano gli evidenti inconvenienti e l'uso indiscriminato di queste tecniche).

Ci siamo riferiti ai principali movimenti di psicoterapia di gruppo ed è difficile, anche per le monografie dedicate al tema, enumerare o studiare tutte le forme di psicoterapia di gruppo proposte nella letteratura. È utile a nostro giudizio, la semplificazione di *Yalom* (15) che distingue in ogni tipo di psicoterapia di gruppo, la configurazione e il fondo. La configurazione è l'insieme di tecniche, linguaggio specializzato e ambiente circostante a ciascuna delle scuole di terapia; il fondo è costituito

da quegli aspetti dell'esperienza che sono intrinseci al processo terapeutico, ciò che stimola i meccanismi di trasformazione e cambio. Considerando solo questi ultimi, lo psichiatra americano arriva alla conclusione che nonostante le diverse forme di psicoterapia di gruppo, gli elementi di trasformazione contenuti implicitamente in esse, sono marcatamente simili. *Yalom* li definisce « fattori curativi » e ne menziona 10: 1) L'opportunità di informazione; 2) L'istillazione di speranza; 3) L'universalità; 4) L'altruismo; 5) La ricapitolazione correttiva del gruppo familiare primario; 6) Lo sviluppo di tecniche socializzanti; 7) La condotta imitativa; 8) L'apprendimento interpersonale; 9) La tendenza coesiva di gruppo; 10) La catarsi.

Tuttavia, per tornare al nostro tema centrale: sono i fenomeni dinamici di gruppo quelli che determinano il processo terapeutico di un gruppo? Nei fattori curativi del gruppo segnalati da *Yalom*, per citare un esempio, quanti di essi appartengono alla dinamica di gruppo e quanti sono comuni a qualunque processo psicoterapeutico? In una parola, dinamica di gruppo e processo terapeutico di gruppo sono sinonimi?

I tentativi di accostamento fra dinamica e processo terapeutico di gruppo sono stati numerosi e la letteratura in questi ultimi anni è stata particolarmente produttiva. Solo a titolo di esempio ricordiamo *Foulkes* (6, 7), che personalmente ci è più familiare, nel cui orientamento, fondamentalmente psicoanalitico, e tuttavia basico il concetto del « gruppo come matrice ». Egli distingue fattori di gruppo che contribuiscono specificamente alla terapia di gruppo, e fenomeni di gruppo, anch'essi specifici, che risultano dallo sviluppo del processo terapeutico. I fattori sono esclusivi della situazione e del processo di gruppo e non appaiono nella psicoterapia individuale. *Foulkes* descrive una psicodinamica analitica di gruppo.

Tuttavia i grandi problemi relativi alla dinamica di gruppo e alla terapia di gruppo, sussistono forse in quanto connessi con problemi che trascendono il quadro della terapeutica, come: l'interrelazione dialettica fra gruppo e individuo, fra appartenenza generica e differenziazione specifica, fra dipendenza e indipendenza, conformismo e anticonformismo, normatività e creatività ecc..

In questa complessa scena di fondo, si delineano le diverse concezioni metodologiche e non infrequentemente i pregiudizi accentuano le polemiche e le differenze e confondono i limiti fra le concezioni stesse; mentre una pratica terapeutica ingenua che ignora i problemi, nei migliori dei casi, non contribuisce a risolverli.

Esiste un consenso universale fra gli autori più accreditati, sulla necessità di una messa a fuoco multi-disciplinaria e polidimensionale che permetta di approfondire le nostre conoscenze sulla relazione fra dinamica di gruppo e fattori terapeutici non solo per chiarire problemi teorici, ma per delimitare metodologie, strategie e tattiche terapeutiche. Sarà ciò possibile tenendo conto della grande complessità di questi problemi?

A noi come psichiatri e terapisti interessa fundamentalmente precisare alcuni punti che ci aiuteranno affinché la nostra pratica sia il più possibile efficace e scientifica.

- 1) È evidente che esiste una dinamica propria del gruppo, che si manifesta come un'enorme forza che opera nel campo del gruppo e nel processo grupale.
- 2) Non infrequentemente si pratica la psicoterapia di gruppo, senza conoscenza della dinamica di gruppo e viceversa, si utilizza la dinamica di gruppo come terapia senza delimitare debitamente il processo terapeutico, sia in relazione al paziente, che al terapeuta e al gruppo stesso.
- 3) È ingenuo ritenere che i fattori e i fenomeni dinamici di gruppo sono terapeutici in se stessi; il gruppo come qualsiasi strumento terapeutico, può essere utile, anodino e perfino dannoso; l'efficacia dipende dall'uso che si faccia del gruppo.
- 4) Sebbene un adeguato training dei terapeuti di gruppo suppone un certo inquadramento teorico, metodologico e tecnico a seconda della scuola di appartenenza, si rende tuttavia necessario un atteggiamento aperto e critico, sulle limitazioni e possibilità reali e le problematiche ancora non risolte.
- 5) Sarà utile distinguere fra dati scientifici, tecniche metodologiche da una parte, e arte e creatività terapeutica dall'altra.
- 6) Gli schemi di riferimento relativi a fattori di gruppo, fenomeni di gruppo, fasi del processo grupale ecc., che sono stati descritti da diversi autori, aiuteranno molto la nostra comprensione, e la conoscenza della psicoterapia di gruppo; tuttavia finché si possano distinguere fatti, deduzioni e speculazioni, crediamo utile per il terapeuta di gruppo, e i suoi pazienti delimitare certi livelli di profondità, che saranno stabiliti per ogni gruppo secondo la necessità dei pazienti e gli obiettivi terapeutici cercati:

Un aumento di socializzazione e del sentimento di appartenenza, la rottura dei certi meccanismi di isolamento autistico, potranno essere sufficienti in alcuni pazienti psicotici.

Irrobustire il contatto con la realtà, trattare di aiutare il ristabilimento di antichi meccanismi di difesa, potrà essere l'obiettivo nella interazione gruppale di pazienti con episodi mentali acuti o in un servizio psichiatrico di emergenza.

Per alcuni neurotici gravi o « borderline », possono essere sufficienti certi livelli catartici, di socializzazione, di istallazione di speranza; ecc.. Mentre per altri neurotici e per alcuni pazienti caratteriali si cercherà l'esperienza emotiva correttiva, conducendo il gruppo nel fecondo livello dell'interazione trasferenziale proiettiva, alla ricerca della costruzione di nuovi e più adeguati meccanismi di difesa e allo sviluppo della personalità. (Forse i livelli empiricamente possono esprimersi così: appartenere al gruppo, agire nel gruppo, cambiare nel gruppo).

L'importante è conoscere ciò che succede in un gruppo terapeutico in un momento dato; che cosa cerca il gruppo e che cosa si può dare ai pazienti in questo momento. Un terapeuta di gruppo ideale dovrebbe avere un occhio per il gruppo nel suo insieme, un altro per il paziente come individuo nel gruppo, e un altro per osservare se stesso e le sue interazioni controtrasferenziali nel processo di gruppo. Il problema è che soltanto abbiamo due occhi.

RIASSUNTO

La radice della moderna psicoterapia di gruppo sono due:

1) gli studi su quella da K. Lewin chiamata «Dinamica di gruppo», originariamente orientati non tanto nel campo terapeutico quanto nella ricerca delle interazioni interpersonali dei piccoli gruppi.

2) il campo propriamente terapeutico, nato dalla constatazione di certi effetti positivi e del potenziale terapeutico nel trattamento dei pazienti in gruppo. Su questa cornice insorsero diverse forme di psicoterapia di gruppo corredate dal bagaglio teorico della scuola di procedenza: psicoanalitica (freudiana o postfreudiana) psicodrammatica, rogeriana, gestalista ecc..

La convergenza fra terapia e «dinamica» di gruppo, oltre alle positive acquisizioni, imposta anche molti problemi teorici, metodologici e tecnici che, per quanto sono stati affrontati da diversi Autori, lasciano ancora interrogativi che è bene tener presente. Un'ingenua o più o meno, voluta ignoranza di questi problemi conduce a due estremi (purtroppo

non infrequenti in «terapisti» di gruppo): applicare la «dinamica di gruppo» senza chiarirne i fattori terapeutici in gioco in un gruppo determinato, o fare «terapia di gruppo» — analitica o non — ignorando certi basici principi della dinamica di gruppo.

Il gruppo, come qualsiasi altro strumento terapeutico, può essere utile, anodino o perfino dannoso. Dipende dell'uso che ne viene fatto. In termini pratici: sono importanti da una parte la formazione e la capacità del terapeuta e dell'altra il tipo di pazienti a cui lo strumento viene diretto così come il livello terapeutico che si pretende raggiungere.

RÉSUMÉ

Les racines de la moderne psychothérapie du groupe sont:

1) «La dynamique de groupe» (K. Lewin) d'abord orientée dans la recherche et interpretation des relations interpersonnelles des petits groups (plutôt que dans le domaine thérapeutique);

2) le champs proprement thérapeutique, né de la constatation des ~~certes faits positifs et du potentiel thérapeutique dans le traitement des~~ patients en groupe. Dans ce cadre on peut écrire des diverses formes de psychothérapie de groupe, chaque'un avec son bagage selon l'école de provenance: analytique (freudienne ou post freudienne) psychodrammatique, rogerienne, gestaltiste etc..

La congruence entre thérapie et dynamique de groupe, ailleurs des positives données, propose aussi plusieurs problèmes théoriques, méthodologiques et techniques, que, malgré d'avoir été envisagés par des Auteurs, laissent encore des interrogatifs dont on doit avoir compte. Une ingénue, ou, plus ou moins, volue ignorance des ces problèmes, pousse vers deux extrêmes (malheureusement pas trop rare chez «thérapeutes» de groupe) l'application de la «dynamique de groupe» sans prendre conscience des prémisses thérapeutiques dans un groupe donné, ou faire «thérapie de groupe» — analytique ou pas — en méconnaissant des basiques principes de la dynamique de groupe.

Le groupe, de la même façon que n'importe quelle instrument thérapeutique peut être très util, anodine et même dangereux. Ce depend de la façon comme il est employé. C'est important la formation et capacité du thérapeute d'un côté, et de l'autre les caractéristiques des patient et le niveau thérapeutique proposé.

SUMMARY

The sources of the modern group psychotherapy are two:

1) The studies on «Group Dynamics» (K. Lewin), originally orientated mostly on the research of the interpersonal interaction of the small groups, that on the therapeutic field.

2) The properly therapeutic field, borned from the evidence of certain positive effects and from the therapeutic potential in the treatment of the patients in the group. On this frame emerged diverse forms of group psychotherapy each one of them related teorically with the provenance school: psycho-analitica (freudian and post freudian) psychodramatique, rogerian, gestaltist etc.

The convergence between group therapy and group «dynamics», besides the positive factors, shows also many theoretical, methodological, and technique problems, that although they have been faced from seldom Authors, they still leave questions that must be clarified. A plain, more or less wanted ignorance conduces to two extremes (nevertheless not infrequent in «group therapy»): to apply the group dynamics without making clear the therapeutic factors in a determinate group, or making group therapy — analitica or not — ignoring certain basic principles from group dynamics.

The group like any other therapeutic instrument may be useful, anodine or even dangerous. It depends on the use that's being made. In practical terms are important on the one hand the formation and the capacity of the therapist, and on the other hand the type of patients to whom the instrument is being directed, just as the therapeutic level that one pretends to accomplish.

BIBLIOGRAFIA

- 1) BERNE E. — The Structure and dynamics of organizations and groups. — Grove Press, New York, 1966.
- 2) BEDNAR R.L. — Group Psychotherapy Research Variables. — *Int. J. Group Psych.* Vol. 20/2. Aprile, 1970 (146-152).
- 3) DURKIN H. — The Group in depth. — International Universities Press. New York, 1970.
- 4) FAGAN J., SHEPHERD I.L. — Gestalt Therapy now. — Harper Colophon Books. New York, 1971.
- 5) FIDLER J.W. — The Relationship of Group psychotherapy to «therapeutic» group approaches. — *Int. J. group Psych.* Vol: 20/4. October 1970 (473-494).

- 6) FOULKES and ANTHONY. — Group Psychotherapy. The Psicoanalytical approach. — Penguin Books. London 1965.
- 7) FOULKES J.H. — Analisi Terapeutica di gruppo. — Boringhieri. Torino, 1967.
- 8) LEWIN K. — Psychologie Dynamique. — Pressés Universitaires de France. Paris, 1967.
- 9) LUFT J. — Group processes. An Introduction to Group Dynamics. — National Press Books. California, 1970.
- 10) MORENO J.L. — Psycotherapie de groupe et Psychodrame. — P.U.F. Paris, 1965.
- 11) PERLS F.S. — Gestalt Therapy Verbatim. — Real People Press. California, 1969.
- 12) ROGERS C.R. — Carl Rogers on encounter Groups. — Harper and Row. New York, 1970.
- 13) SLAVSON S.R. — The fields of group psychotherapy. — Sholken Books. New York, 1970.
- 14) STEIN ARON — The Nature and significance of interaction in group psychotherapy. — *Int. J. Group Psych.* Vol.: 20/2. April 1970 (153-162).
- 15) YALOM IRVING — The Theory and practice of group psychotherapy. — Basic Books. New York, 1970.