

Il gruppo tra mente e corpo

Percorsi terapeutici

A cura di Barbara Rossi

Prefazione di Bianca Gallo
Postfazione di Silvia Vegetti Finzi

PSICOTERAPIE



FrancoAngeli

Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità o scrivere, inviando il loro indirizzo, a “FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano”.

Il gruppo tra mente e corpo

Percorsi terapeutici

A cura di Barbara Rossi

Prefazione di Bianca Gallo

Postfazione di Silvia Vegetti Finzi

FrancoAngeli

PSICOTERAPIE

Progetto grafico di copertina di Elena Pellegrini

Copyright © 2017 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it

Indice

Prefazione, di *Bianca Gallo* pag. 7

Introduzione al lavoro, di *Barbara Rossi* » 9

Parte I - Considerazioni introduttive

1. Verso il gruppo: immagini di un percorso, di *Roberto Tomba* » 13

2. Lavoro assieme. Dipendenze e fraintendimenti, di *Ferruccio Marcoli* » 25

3. EDEN. Corpi-in-vita tra paradiso perduto e gruppo ritrovato, di *Nicola Gianinazzi* » 42

4. A proposito del rapporto mente-corpo, di *Roberto Cesare Fagioli* » 54

5. Cristallizzazione o metamorfosi identitaria?, di *Anna Maria Gibin* » 60

Parte II - Esperienze cliniche a confronto

1. Disturbi d'ansia e attacchi di panico, di *Barbara Rossi* » 75

2. L'aspetto psicologico nella malattia fisica: dal diabete al gruppo di terapia, di *Marco Celoria* » 102

3. Il corpo in scena: la personificazione degli affetti e il discorso analitico dello psicodramma condotto in un Istituto di pena, di *Daniela Barbini, Annalisa Pistuddi* » 121

Parte III - Esperienze in oncologia

1. Il contributo dell'approccio EMDR in psiconcologia: un'integrazione tra mente e corpo, di *Elisa Faretta, Stefania Sacchezin* pag. 135
2. Attivecomeprima Onlus: affrontare il cancro in gruppo, di *Paola Bertolotti, Chiara Caldi, Stefano Gastaldi, Manuela Provantini, Alberto Ricciuti* » 153
3. Percorsi ben-essere. Il paziente e l'équipe dei curanti, quando il corpo si ammala gravemente, di *Florence Didier, Marisa Callegari* » 164
4. Le cure integrate in oncologia. Il modello dell'Associazione Triangolo, di *Osvolda Varini-Ferrari* » 174

Parte IV - Verso nuovi orizzonti

1. La rete e il gruppo coi pazienti obesi: Progetto Distretto di Milazzo "In Sintonia", di *Luciana Di Geronimo, Graziella D'Andrea, Giovanni De Luca, Rita Mammone, Giovanni Utano, Lavinia Castellano, Angela Cutelli, Giuseppe Geraci* » 179
 2. EMDR e abbraccio della farfalla: un volo di gruppo verso la risoluzione del trauma, di *Giada Maslovaric* » 195
 3. Corpo alla parola. Storia di un Laboratorio di scrittura, di *Nadia Zuccarello* » 199
- Il filo rosso...**, di *Ivana Palminteri* » 209
- Postfazione**, di *Silvia Vegetti Finzi* » 210
- Gli autori** » 218

Prefazione

di *Bianca Gallo*

Questo testo descrive le esperienze terapeutiche condotte da professionisti di diversa formazione, intesa come modello di riferimento nell'ambito di intervento. Ma non si tratta di un manuale; è, secondo un interessante approccio, una suggestiva presentazione di alcuni dei tanti modi con cui ci si può avvicinare al senso della cura della sofferenza psichica e fisica.

È un testo affascinante e stimolante, che suscita il desiderio di approfondire le tecniche, di esplorare il rapporto tra la malattia e la persona e tra la persona e il suo corpo; ma anche tra la persona – con il suo corpo – e il gruppo.

È un testo che spinge a informarsi, cercare di capire, sondare ciò che ancora non si conosce.

In questo lavoro corale ci si allontana da quelle schematizzazioni che, se pur necessarie per una maggiore chiarezza, finiscono per radicare nell'immaginario collettivo una rappresentazione di mente e corpo separati tra di loro. E non solo mente e corpo: molte volte l'individuo viene percepito come se non fosse in relazione con gli altri, quegli altri con cui tuttavia vive tutta la propria vita.

Le più recenti ricerche hanno chiarito molti meccanismi che agiscono nel corpo biologico, un corpo da cui nessuna teoria può prescindere, confermando l'inscindibile unità di ciò che Winnicott chiamava lo psiche-soma.

Scrive Damasio:

la mente emerge da (o all'interno di) un cervello situato in un corpo, con il quale interagisce; [...] grazie alla mediazione del cervello la mente è radicata nel corpo vero e proprio; [...] essa è conservata nell'evoluzione perché contribuisce al mantenimento di quel corpo; [...] la mente emerge da (o all'interno di) un tessuto biologico – le cellule nervose – che condivide le stesse caratteristiche valide per definire gli altri tessuti del corpo (*L'errore di Cartesio*, pp. 228-29).

Le neuroscienze ci hanno mostrato come le relazioni interpersonali – non solo le più precoci – siano fondamentali per lo sviluppo dell'individuo nel-

la sua totalità, sviluppo che si svolge lungo tutto il percorso della vita, nella continua interazione con l'altro.

I diversi contributi di questo testo offrono uno sguardo prospettico e caleidoscopico: la sua ricchezza sta proprio in questo approccio allargato, diversificato, aperto a nuovi pensieri e linguaggi. Perciò è bene affrontarne la lettura “*senza memoria, senza desiderio*”, sospendendo il giudizio, per farsi trasportare in questo inedito incontro.

Introduzione al lavoro

di *Barbara Rossi*

Il presente lavoro intende collocarsi nell'ambito del dibattito attuale sulle polarità e i collegamenti tra:

- corpo-mente;
- individuo-gruppo;
- organismo-ambiente.

Da anni mi avventuro nella conduzione di gruppi in un'ottica non solo psicoanalitica: terapia di gruppo, gruppi di biblioterapia, gruppi di scrittura creativa, gruppi di autobiografia, gruppi d'équipe, interventi sociali in casi particolari, gruppaltà interne.

In questi percorsi ed esplorazioni, ho iniziato ad avvertire l'esigenza di pensare alla corporeità del gruppo e al corpo nel gruppo in un altro modo, perciò ho cominciato a cercare specialisti impegnati in questo specifico settore grazie all'aiuto di Annamaria Burlini.

Ne è nato un confronto tra professionisti che non si conoscevano, che avevano il desiderio di rivelare il particolare dispositivo attivato per condividere l'esperienza di gruppo di cui erano testimoni e portavoce, ma che erano anche interessati a partecipare all'esperienza di ricerca avviata con questo progetto.

Un'altra arca alla ricerca del vello d'oro?

Nient'affatto! Piuttosto, ho coinvolto un gruppo di artigiani, con le mani in pasta, riprendendo la splendida metafora con cui Roberto Tomba apre le danze.

È stato quindi un viaggio di messa in discussione e confronto con vari professionisti che da anni conducono gruppi di pazienti con problematiche "fisiche" e che pertanto da anni si interrogano sul rapporto tra fattori somatici e fattori psicologici.

Il libro è suddiviso in quattro parti.

Nella prima, vengono affrontati e rivisti alcuni principi teorici relativi al gruppo e al rapporto mente-corpo-società.

Nella seconda parte si entra nel vivo della clinica, attraverso alcune esperienze pratiche con persone ansiose, diabetiche, tossicodipendenti.

Nella terza si entra nello specifico della clinica oncologica, prendendo in considerazione i punti di vista del paziente, dell'équipe curante, delle relazioni tra medico-paziente-familiari.

Nell'ultima parte vengono introdotte alcune prassi innovative, come l'EMDR di gruppo (Eye Movement Desensitization and Reprocessing).

Ci auspichiamo allora che il progetto editoriale avviato con questo volume possa arricchirsi del contributo di altri professionisti. Ciò permetterebbe di proseguire l'attuale dibattito sulla corporeità, in vista di un pensiero psico-soma più integrato, nonché sul gruppo, come strumento di integrazione delle cure mediche, oltre che psicologiche e/o terapeutiche in senso lato.

Parte I

Considerazioni introduttive

1. Verso il gruppo: immagini di un percorso

di Roberto Tomba

«E lei chi è?» mi chiede la paziente vedendomi seduto a fianco della collega conduttrice. Subito rispondo scandendo il cognome. Un attimo di silenzio... la paziente non è soddisfatta: evidentemente desidera sapere se sono anch'io un paziente. «Sì, ma lei chi è?» incalza. Aggiungo il nome al cognome, manca solo che mi metta sull'attenti, mostri la carta d'identità o reciti il numero di matricola.

La conduttrice interviene risolvendo la situazione in modo conciso: «È il co-terapeuta!». Che sollievo!

Dopo alcuni anni, iniziai il training come osservatore partecipante. Oggi so che l'osservatore partecipante – come il co-terapeuta dell'esperienza precedente – diventa in breve alquanto strabico: “mi metto nei panni del conduttore? in quelli di un paziente, ora questo ora quello? del gruppo nella sua totalità?, rientro nei panni di me stesso, ma tra paziente e osservatore c'è davvero differenza?

Cercavo di collocarmi, confuso e paralizzato.

Qualche tempo fa, dopo una seduta del gruppo che ora conduco, in canonica attenzione ho sognato in gruppo, mi sono identificato con diversi pazienti e sono ritornato nei miei panni. Il tema emergente da sviluppare... non l'ho trovato... mi prende ancora una sensazione di smarrimento, accompagnata però da una certa leggerezza.

In attesa del treno per la supervisione, faccio una curiosa esperienza: un distinto signore di aspetto anglosassone si avvicina discreto e, con garbato sorriso, mi chiede quasi in un bisbiglio: «Mi scusi, è lei il signor Orieux?» Forte la tentazione... «*E se gli rispondessi di sì?! mi piacerebbe proprio vedere come va a finire*». Mi ritrovo così a fantasticare, ovviamente nei panni del signor Orieux, sulla mia nuova identità di “inviato speciale all'Avana”.

Il gruppo dunque ha suscitato in me diversi stati d'animo: all'inizio disorientamento e confusione, in seguito ricerca di collocazione, crisi d'identità e fantasie creative.

Qualche anno fa, percorsi al mio interno un viaggio a ritroso verso le radici della mia vocazione terapeutica e pittorica. Affrontai allora il tema dell'aggressività, della colpa e depressione, della creatività letta come riparazione. Al termine del viaggio mi soffermai sul rapporto madre-figlio, determinante nella vita di ognuno di noi. Mi dicevo allora che

c'è stato un momento fondamentale nella coppia bambino madre, quando il piccolo, districatosi dalla stretta avviluppante di lei, più sicuro e curioso della realtà, ha cominciato a dirigere il proprio sorriso altrove rispetto al volto materno e [...] liberi entrambi, il bambino sorride al mondo mentre la madre si abbandona pensosa" (Tomba, 1995). Trovai che questo momento fosse ben rappresentato da una piccola scultura (fig. 1): *La Madonna assorta*, dove la madre è assorta ma non assente, e il bambino che sorride al mondo preannuncia un uomo che non teme di essere libero (*ibidem*).



Fig. 1 - *La Madonna assorta*

Libero... possibilità... ma anche vuoto che chiede contenuti, altrimenti è insopportabile vertigine. Chi sono io? o almeno cosa sono? verso dove dirigermi per tracciare un percorso sensato? Subito strabico: un occhio all'interno di me e uno all'esterno. Una volta formulate le domande, la psicoanalisi mi si è prospettata come scelta obbligata.

Se l'analisi personale mi aveva aiutato ad affrontare le paure e a riconoscere l'altro, l'altro come interlocutore lo avrei trovato direttamente nel gruppo.

La mia curiosità per le dinamiche di gruppo non nasceva soltanto dal desiderio di apprendere una tecnica terapeutica per me nuova, ma anche dalla domanda che mi ponevo a proposito della convivenza: per quale motivo gli esseri umani fanno tanta fatica a costruire assieme condividendo limiti e responsabilità, e sembrano trovare più facile distruggere, invischiati nella colpa e nell'illusione dell'onnipotenza?

Sentivo urgente una decisione... Diversa, come dicevo, era l'origine degli stimoli. Un ricordo d'infanzia: «*Resta in casa! dove vuoi andare? chiama pure i tuoi compagni di scuola, ma rimanete tutti qui... e non scendere nel "cortilone"!*». Il tono era implorante, dolce e seduttivo. Si diceva "il cortilone" e così lo chiamavano anche i miei genitori.

Temevano, a loro dire, che in quel "grande e insidioso spazio" io mi mettessi con i "ragazzacci" in qualche guaio. Sappiamo che i genitori utilizzano spesso, in ossequio a una legge più arcaica, simili stratagemmi. E. Jaques (1978) afferma che «nella società primitiva il gruppo è dominato dalla famiglia e l'individuo tende a rimanere inglobato in essa per tutta la sua esistenza. La legge primitiva è basata su questo fatto e tende a essere la legge della famiglia piuttosto che quella dell'individuo nella sua società». Anche nelle società moderne l'adulto, il genitore, si oppone al desiderio di una maggiore indipendenza da parte dei figli.

Mi sorprende oggi, davanti alla vetrina di un ottico, a curiosare tra i microscopi: da studente ne ero affascinato e fantasticavo di trascorrere le serate osservando "vetrini" e descriverli ad alta voce a una donna in ascolto: «Stiamo sempre così, tra noi!». «*Tra noi si può stare, ma non sempre!*» Salutata la mamma, sono dunque sceso nel "cortilone" per unirmi a "fratelli", "sorelle", "ragazzacci" e "ragazzacce".

Ancora: «Comportatevi bene, tu e i tuoi amici; perché voi ragazzi, presi uno per volta, siete buoni e bravi, invece, in gruppo, diventate ridicoli e sciocchi come i militari in libera uscita!». A pensarci bene, in questa sbrigativa e colorita raccomandazione di una zia, ritrovo una sintesi delle teorie sui gruppi a iniziare da *Psicologia delle folle* di G. Le Bon per finire, passando per Freud, al più recente e ormai classico *Esperienze nei gruppi* di W.R. Bion. Già Le Bon infatti (1895), affermava che nell'aggregato di una folla non vi è somma o media di elementi, bensì combinazione e reazione di elementi nuovi e aggiungeva che «si può constatare facilmente quanto l'individuo immerso in una folla differisca dall'individuo isolato» (*ibidem*). È l'interazione, dunque, che conduce l'individuo a osare nobili e, più spesso, ignobili imprese, stimolato e trascinato dal gruppo a dire e fare cose che da solo, forse, non oserebbe fare o dire. P. Melograni (1980), nella sua prefazione all'opera dell'Autore (Le Bon), ci ricorda che B. Mussolini considerava Le Bon come uno dei suoi maggiori maestri. Se ne può comprendere il motivo se pensiamo che le folle descritte da Le Bon

non provano simpatia per i padroni bonari, ma per i tiranni [...], possiedono irriducibili istinti conservatori, un rispetto feticista per le tradizioni, un orrore inconscio per le novità [...], si fanno inoltre influenzare non dalla ragione ma dalle immagini suggestive.

Nel 1922, Mussolini portò l'Italia alla dittatura; un anno prima Freud aveva scritto *Psicologia delle masse e analisi dell'Io* in cui

si chiede quali siano i legami nei diversi contesti gruppali, dai piccoli gruppi alle vaste organizzazioni come la Chiesa e l'Esercito (Linares e coll., 1991).

Sappiamo che «*la risposta che trova si articola nell'analisi del rapporto con l'autorità paterna*». La conclusione è che «*i gruppi sono tenuti insieme da una forte dipendenza e da una comune identificazione di tutti i membri fra loro e di ciascuno con il capo*» per cui assume importanza «*la figura del leader e nel momento in cui ciascuno si identifica con il capo, avviene anche un'identificazione dei membri fra di loro*»: UT OMNES UNUM SINT, leggevo sulla facciata di una chiesa durante il periodo degli addobbi.

Infine la coesione di gruppo è assicurata dalla ricerca di un nemico esterno, contro il quale canalizzare tutte le pulsioni ostili [...]. Freud ritiene che non esista una psicologia collettiva in senso proprio e che essa possa venire utilmente spiegata con i meccanismi della psicologia individuale. Egli rifiuta l'idea che la pulsione sociale possa essere originaria e afferma che gli inizi del suo costituirsi possono individuarsi nell'ambito più ristretto della famiglia (*ibidem*).

Per Freud dunque l'individuo mantiene il primato sul gruppo e l'individuo rimane l'oggetto prevalente dell'interesse psicoanalitico. D'altra parte lo stesso Freud, in un altro passo di *Psicologia delle masse e analisi dell'Io* afferma che

le modificazioni psicologiche che si producono nell'individuo inserito in una massa dipendono dall'operare della regressione, che fa riemergere, a livello psicologico, il mito dell'orda primigenia e ciò lo porta ad affermare che la psicologia delle masse è la psicologia umana più antica (*ibidem*).

Per quanto riguarda la possibilità di usare le situazioni di gruppo in senso terapeutico, Freud era molto scettico e chiamava questi tentativi “cure deformate”, affermando tuttavia che «*la nevrosi rende asociali [...]*», ma «*laddove è stato dato un forte impulso alla formazione collettiva, le nevrosi recedono e per qualche periodo almeno possono scomparire*» (*ibidem*).

Dopo queste considerazioni, mi ritrovai, durante le vacanze estive, a visitare alcuni luoghi della Provenza. Qui il paesaggio, alcune usanze e la

struttura architettonica delle Abbazie romaniche mi stimolarono a disegnare e a fare alcune considerazioni sul tema dell'individuo e del gruppo.

1. Il tartufo e la quercia

Ho visto zone verdi ricche di piccole querce. Esiste un tipo di quercia le cui radici creano *trame* profonde; esse si incrociano dando forma a *reticoli* che favoriscono la crescita del tartufo. Immagino una *rete*: nei punti nodali stanno i tartufi che – dicono gli abitanti del luogo – non sarebbero così belli e numerosi senza quella rete. Tornano alla mia mente le illustrazioni del Sistema nervoso sui testi di Anatomia: i neuroni e i gangli, punti di partenza e di arrivo delle vie di moto e di senso; i neuriti e i reticoli formati da questi e una sorta di cespugli ancora poco noti ai tempi dei miei studi, che costituiscono la cosiddetta glia, sostanza di grande importanza funzionale, non meno nobile delle cellule nervose. Penso allora che tali cellule sono come i preziosi tartufi, e le diramazioni della glia sono simili alle radici delle piccole querce: un reticolo con i suoi punti nodali. Dai tartufi tra le querce all'uomo nella comunità in cui vive. L'individuo, sano o malato, non è una monade, ma si colloca in una rete di relazioni, «*immerso in un fluire che collega tempi e luoghi*» (Coppo, 1994).

2. Il presepe

In Provenza, i *santons* sono le statuine del presepe. Si possono trovare piccoli capolavori in negozi specializzati, ma è possibile anche acquistare un santon a prezzi modici in alcune cartolerie o addirittura in negozi di generi alimentari, e sono tutti di argilla colorata ad arte.

Osservando questi santons, ho provato sensazioni sopite dai tempi dell'infanzia. Una curiosità irresistibile verso il presepe mi ha spinto tra i pastori, in cammino verso la capanna. Emozionato e confuso tra loro, mi sono trovato in un gruppo: qui ognuno porta qualcosa in dono e spesso il dono è legato al proprio lavoro, a oggetti di uso domestico e quotidiano, spesso consiste in cibo e bevande. Oltre ai pastori con gli agnelli, ci sono contadini, pollivendoli, falegnami, carbonai, fornai; ho visto anche un arrotino e perfino un barbiere. Sono tutti in viaggio per raggiungere la mangiatoia e scoprirvi il bambino appena nato. Stanno raccolti uno accanto all'altro, forse si raccontano la loro vita; osservando più da vicino i loro volti s'intuisce una storia per ogni personaggio e inoltre la condivisione di un percorso, la sorpresa, il contributo accumulato con fatica e portato in dono.

Ricordo allora una delle prime sedute di gruppo a cui partecipai come co-terapeuta. La maggioranza era costituita di "anziani", cioè pazienti di lun-

ga data. Ultima arrivata, una giovane donna fu immediatamente ben accolta, anche perché il gruppo stava attraversando un periodo caratterizzato da depressione: le novità inducono a volte un certo brio. Dopo alcune sedute però, quasi tutti ripiombarono nel precedente stato d'animo e in atteggiamento di attesa passiva. La paziente, che probabilmente nutriva grandi aspettative, si sentì un po' delusa, incerta e imbarazzata. Un giorno si presentò con un dolce fatto da lei: «È una torta che fanno soltanto al mio paese» disse. Aveva portato qualcosa di suo, non ancora un'emozione direttamente e verbalmente comunicata, ma era pur sempre un inizio; era anche un modo di “addolcire” l'atmosfera e consolare gli altri, afflitti dalla depressione, e forse il tentativo di farseli alleati. Altro significato mi sembra di leggere nel dono di una paziente che frequenta il gruppo di cui sono oggi conduttore. Questa paziente aveva mantenuto l'abitudine, pur ridimensionata nel tempo, di portarmi piccoli doni in occasione delle festività. Passata al gruppo dopo una lunga terapia individuale, è giunta qualche seduta fa, con una scatola di cioccolatini: «Volevo portarla al dottore, poi, salendo le scale, mi sono detta... però ci sono anche gli altri... e allora ho deciso di offrirli a tutti»; forse potremmo intitolare questa scena: *Dal genitore ai fratelli*.

Nel presepe della mia infanzia c'era una statuina chiamata “la meraviglia”: era un pastore come gli altri, ma teneva le braccia sollevate e aperte in un gesto di ammirata sorpresa, perciò veniva collocato accanto alla finestra della capanna, rivolto verso l'interno. Mi è piaciuto disegnarlo, oggi, con una lanterna in mano e accendere di raggi luminosi la sua meraviglia (fig. 2).



Fig. 2 - La meraviglia

Nella burrascosa vita del gruppo, il conduttore a volte si trova a constatare ciò che non si sarebbe aspettato in quella fase: la capacità sorpren-

dente di una ripresa là dove “la barca”, spinta da ogni lato da forze centrifughe, sembrava sul punto di sfasciarsi e affondare. Di fronte a questo aggregato così ricco di energie e di risorse, è importante sapere ancora e sempre meravigliarsi. La meraviglia è di stimolo alla creatività.

3. I monaci dell'Abbazia

Sempre in Provenza, in un vallone ricoperto di lavanda, si trova l'Abbazia di Senanque. È stata fondata da dodici monaci. L'architetto ha seguito criteri di efficacia e praticità, e da ciò il risultato essenziale e sublime insieme. La costruzione ricorda il gioco del “Lego”: gli elementi costitutivi sono pochi e si incastrano uno sull'altro. Ne risulta una struttura semplice ed elegantissima. Per condurre simili imprese, bisogna coordinare tenacia e capacità, integrare le diverse tecniche in ritmica armonia. La regola di san Benedetto prescriveva una vita comunitaria. Per edificare l'Abbazia è stato necessario raggiungere coesione e unità di gruppo, cioè condividere profondamente entusiasmi e difficoltà. All'interno dell'Abbazia, un percorso oggi opportunamente allestito, descrive i monaci artigiani al lavoro. Ecco allora il fraticello timido e incerto nel maneggiare l'ascia da boscaiolo: è l'ultimo arrivato nella confraternita; ecco il monaco barbuto,



Figg. 3-4-5 - I monaci artigiani al lavoro