

## **Psicoterapia di gruppo in età evolutiva**

### **Velia Bianchi Ranci**

#### **Specificità dei gruppi in età evolutiva**

Fino a non molto tempo fa si parlava di “socializzazione” del bambino. Come se si dovesse portare il bambino, individuo isolato, a sviluppo “uovo”, ad imparare le relazioni sociali, prima attraverso la madre, poi con gli altri esseri umani.

Ma oggi sappiamo, da tutte le ricerche fatte sui primi mesi di vita, non solo che il bambino ha una capacità innata di comunicare con gli altri esseri umani, di imitarli, di discriminare volti e suoni umani, ma anche che riconosce il piccolo come lui, e privilegia con il suo pari modalità relazionali diverse da quelle apprese dall'adulto. Una ricerca fatta nella Nursery di un Ospedale inglese ha mostrato che un gemello distingueva il pianto dell'altro gemello, e mentre stava tranquillo quando gli altri bambini della Nursery piangevano, piangeva quando piangeva il gemello.

Sappiamo anche, da altre ricerche, che il feto nell'utero è un soggetto di attività di tipo esplorativo e di attività mentali, e uno studio sui gemelli durante la gravidanza ha mostrato una certa attività relazionale tra i due feti, che mostrerebbe come già nell'utero esistono modi di relazionarsi diversi nei singoli individui, che si mantengono stabili negli stessi individui durante tutta la gravidanza, e anche dopo, nella vita extra-uterina (A.Piontelli, 1992).

La ricerca di Vanni e dei suoi collaboratori, fatta negli Asili Nido, ha mostrato alcune delle diversità nelle modalità di rapporto con l'adulto da quelle con i coetanei. Mentre nel rapporto con l'adulto si manifestano prevalentemente richieste di essere aiutato, protetto, consolato (comportamenti affiliativi), nel rapporto con gli altri bambini sono presenti competizione per il possesso di oggetti, esplorazione comune dello spazio, una maggiore attenzione alla realtà circostante, e in generale un interesse alle reazioni negli altri bambini al proprio comportamento, in particolare al comportamento aggressivo, piuttosto che un desiderio di procurarsi l'approvazione e l'amore dell'adulto. La stessa ricerca mostra come anche bambini così piccoli sappiano portare a termine un compito in cui ognuno adempie un ruolo, senza che si veda con quali mezzi si accordino tra loro.

Inoltre pare che bambini molto piccoli non utilizzino tra loro la mimica facciale: il significato relazionale della mimica facciale, quello di esprimere emozioni, è qualcosa che i bambini apprendono dagli adulti, è un codice sociale. I bambini tra loro utilizzano il linguaggio del corpo, gli atteggiamenti posturali, o addirittura le reazioni neurovegetative; e noi sappiamo che queste comunicazioni hanno un grado di verità molto più alto delle comunicazioni verbali.

Quindi quella tra pari è una comunicazione molto più immediata ma anche complessa, che coinvolge e sollecita parti del sé del bambino che nella comunicazione con l'adulto possono rimanere inascoltate, non accolte, e quindi poco sviluppate. I bambini si comunicano molte cose che all'adulto sfuggono, perché l'adulto ha l'attenzione focalizzata su alcuni canali comunicativi, non su altri.

Con l'adulto prevalgono comunicazioni verbali adultomorfe, giochi con oggetti usati in modo appropriato (telefono, pentolini, ecc.), interazioni prevalentemente rassicurative, propiziatriche, di apprendimento, imitative dell'adulto, con gli altri bambini si fanno giochi con oggetti dell'ambiente ad uso improprio, (per esempio il carrello portavivande dell'Asilo), e si sviluppano interazioni spesso incomprensibili all'adulto, in quanto non verbali, e spesso anche amimiche.

Noi pensiamo che in questo tipo di comunicazione siano in gioco parti del sé diverse, che non sono attivate e sviluppate nella comunicazione con l'adulto. Ci sembra quindi di grande importanza favorirne lo sviluppo e l'attivazione, per il valore preventivo per l'individuo e per la società. Per l'individuo, perché può aiutare lo sviluppo di risorse evolutive meno raggiungibili in altri contesti. Per la società, perché sviluppa strumenti di comprensione tra gli individui a più livelli, e quindi capacità di identificazione reciproca e di collaborazione efficace.

In un contesto di gruppo queste modalità comunicative possono riemergere più facilmente, perché il gruppo le rinforza. Obiettivo centrale che ci si deve porre nella conduzione di un gruppo è quello di permettere al bambino di ritrovare queste modalità e possibilità di comunicare coi pari, in modo da poterle utilizzare per un arricchimento della propria persona e per una maggior comprensione e valorizzazione dei legami sociali.

## 1. La presenza dell'adulto

Ma i gruppi di bambini hanno bisogno degli adulti per costituirsi come gruppo. L'adulto deve quindi imparare a trovare una sua modalità di essere nel gruppo che ne protegga il più possibile la caratteristica di gruppo di pari e ne permetta il funzionamento come tale.

Per comprendere la specificità di questo compito bisogna partire dalla constatazione che mentre tra i gruppi in cui viviamo immersi in età adulta alcuni sono gruppi di pari, altri sono più o meno rigidamente gerarchizzati, in età evolutiva, per lo stato di dipendenza in cui nasce l'essere umano, i gruppi in cui nascono e crescono gli individui non sono gruppi di pari.

Non lo è la famiglia, che è quanto di meno paritario esiste sulla faccia della terra: ognuno ha il suo posto, per diritto di nascita.

Non lo è il gruppo classe, in cui l'insegnante dà gli obiettivi e dirige il percorso.

Non il gruppo sportivo, in cui la mitica figura del "Mister", l'adulto, ha un posto preminente e condiziona la vita del gruppo.

Tutti questi gruppi hanno un'importante funzione per la crescita, naturalmente. Ma non sono gruppi di pari. Sono gruppi in cui le dinamiche di competizione per l'attenzione dell'adulto sono prevalenti, in cui la valutazione della propria efficienza e del proprio funzionamento è una faccenda tra i singoli bambini e l'adulto, ed è quindi dal bambino tendenzialmente demandata all'adulto, ecc. Questo è il motivo per cui le relazioni paritarie tra bambini sono state spesso un po' in secondo piano, addirittura per molto tempo non sono state nemmeno viste, come se nei bambini piccoli non esistessero. Nel gruppo di bambini il compito dell'adulto è dunque quello di permettere loro di ritrovare e sviluppare le relazioni paritarie originarie, che sono state messe in disparte per il prevalere delle relazioni di dipendenza dall'adulto. È importante potenziare questo tipo di relazioni, perché esse stimolano aspetti della persona diversi da quelli messi in gioco nelle relazioni verticali: nelle relazioni verticali i bambini mirano primariamente a mantenere la stima e l'amore dell'adulto, e quindi potenziano quelle parti di sé che suppongono gradite all'adulto, ed eliminano quelle che immaginano non gradite. Mentre nelle relazioni orizzontali l'interesse è più mirato alla realtà che sperimentano, alla conoscenza di sé attraverso l'esplorazione del simile a sé, e a procurarsi rassicurazioni dalle ansie abbandoniche attraverso l'unità grupppale, ad attingere rifornimento di autostima per affrontare i diversi compiti evolutivi, a valutare negli altri diversi modi possibili di essere, di risolvere i problemi, a provare attraverso le reazioni degli altri le conseguenze dei propri comportamenti; a specchiarsi negli altri per trovarvi aspetti di sé che poi potranno essere accettati, oppure rifiutati; in una parola a definire la propria identità.

Tutto questo avverrà con modalità diverse nelle diverse fasi evolutive, come vedremo. Ma soprattutto avverrà se gli adulti sapranno riconoscere e proteggere la necessità dei bambini di comunicare tra loro al loro livello.

Riassumendo, sui gruppi di bambini possiamo osservare:

- il gruppo inteso come possibilità di relazioni paritarie esiste da subito, prima ancora che come rappresentazione mentale, come riconoscimento della stessità dell'altro e come spinta ad entrare in contatto e a dividerne le esperienze;
- la comunicazione tra bambini ha obiettivi diversi e canali comunicativi diversi da quella con gli adulti;
  - per lo stato di dipendenza in cui nasce l'essere umano, lo sviluppo di queste relazioni paritarie avviene secondariamente a quello delle relazioni di accudimento da parte dell'adulto.

E' importante che gli adulti riconoscano l'esistenza e la funzione di questa realtà relazionale paritaria, per poterne favorire lo sviluppo. Così come i singoli individui possono crescere tanto più pienamente quanto più gli adulti che ne sono responsabili ne riconoscono e valorizzano le risorse, e ne proteggono le possibilità di utilizzazione, anche il gruppo in età evolutiva ha bisogno, per essere utilizzato al meglio, che l'adulto lo riconosca, ne rispetti la diversità di stili comunicativi, e ne consenta e protegga lo sviluppo.

Per i bambini è naturale e spontaneo ritrovarsi in gruppo. Gruppi di questo genere si formano continuamente tra bambini, perché rispondono all'esigenza innata generale dell'essere umano di entrare in relazione col proprio simile, e ad esigenze specifiche di crescita nelle diverse fasi evolutive. Tuttavia favorirne la continuità e il funzionamento in quanto gruppo di pari spetta agli adulti.

Perché un gruppo di bambini funzioni bene come gruppo di pari bisogna che gli adulti lo sappiano far nascere e crescere come tale. Un gruppo di bambini inteso come gruppo di pari deve esistere prima di tutto nella rappresentazione mentale dell'adulto, o degli adulti che ne hanno la responsabilità, e che se lo rappresentano come gruppo. Sarà dunque un gruppo che non può esistere senza l'adulto, ma di cui si deve poter dire che l'adulto non fa parte.

## **2. Il gruppo in età prescolare**

Il compito degli adulti è particolarmente essenziale nel caso di bambini molto piccoli, fino a quattro o cinque anni. Quando un bambino piccolo si trova in presenza dell'adulto, nella nostra società, almeno, tende a privilegiare la relazione con lui e ad interrompere quella coi pari, o comunque a continuarla con la sua mediazione, perché, come già accennato, lo stato di dipendenza in cui nasce l'essere umano fa sì che per la sua sopravvivenza debba privilegiare la relazione con chi è in grado di assicurarliela. Questo dà luogo ad una relazione a stella, in cui l'adulto filtra e dirige le modalità comunicative.

Se però l'adulto è consapevole del significato grupPALE di certi comportamenti infantili, e quindi li permette e connota positivamente, in quanto comuni a tutti, i bambini potranno a loro volta riconoscerli, potenziarli e servirsene per sviluppare la capacità di comprensione e di utilizzazione di tutte le loro possibilità relazionali.

Per esempio: un bambino picchia sul tavolino col bicchiere, un altro lo imita, e poi un altro e un altro, finché nella stanza il rumore copre ogni cosa.

Si può vedere questo come un'attività senza senso, oppure uno sfogo della motricità, oppure un dispetto all'educatore, che magari stava parlando. Oppure come un modo che i bambini utilizzano per sentirsi insieme, contenuti dallo stesso suono, e/o, a livello più consapevole, per sperimentare un'abilità comune. E' evidente che l'atteggiamento, prima ancora che l'intervento dell'adulto sarà diverso a seconda di come interpreta questa attività, e di conseguenza sarà più o meno possibile l'utilizzazione di modalità comunicative originali del gruppo da parte dei bambini.

Nei gruppi di bambini molto piccoli (fino a quattro cinque anni) il gruppo si forma *con* l'adulto: è l'adulto per primo che deve riconoscere e favorire l'esigenza e la possibilità per i bambini di relazionarsi tra loro, di funzionare gruppalmente, mettendosi nella posizione di essere in rapporto col gruppo, ma non con i bambini singolarmente, cercando di non attivare le comunicazioni individuali dei bambini con lui, mostrando attenzione e interesse per ciò che accade nel gruppo, ecc.

Di conseguenza nel gruppo diminuirà il desiderio di competitività per ottenere un posto migliore presso l'adulto, e, anche identificandosi con l'interesse dell'adulto per il gruppo, verrà in primo piano l'attenzione verso l'altro e la spinta a vedere nell'altro un possibile se stesso, la curiosità di rispecchiarsi, con la possibilità di provare, nell'imitazione, comportamenti che piacciono, di sperimentare, nelle reazioni dell'altro ai propri comportamenti, quali atteggiamenti è conveniente abbandonare, ecc.

Se pensiamo all'immediatezza della comunicazione tra bambini così piccoli, che avviene attraverso tutti i canali percettivi, tatto, olfatto e naturalmente vista e udito, attraverso posture e suoni, in modi spesso nemmeno più comprensibili all'adulto, anche se allenato, possiamo avere un'idea dell'importanza di favorire un contesto grupale a quest'età ai fini dell'arricchimento del sé, attraverso queste accresciute possibilità comunicative.

L'esperimento di Anna Freud con i bambini provenienti dal campo di Terezin, esperimento che lei ha chiamato di "educazione di gruppo" mostra anche questo: che il relativo disinteresse per l'adulto si accompagna a un vissuto di tale unità tra i membri del gruppo, da far sì che i bambini provino la stessa intensità di emozioni per una cosa buona o cattiva capitata a sé o all'altro membro del gruppo.

Nel caso dell'esperienza di cui parla Anna Freud, si trattava di bambini che, salvo una eccezione, erano stati tolti ai genitori nei primissimi mesi di vita, e non avevano avuto modo di sviluppare un rapporto privilegiato con l'adulto. Mentre erano stati tenuti sempre insieme, attraverso i cambiamenti di luoghi che avevano subito, ed avevano sviluppato in un grado altissimo la relazione di gruppo. Perciò arrivati nella nursery inglese dove si svolge l'esperimento educativo, hanno dovuto fare, in un certo senso, il cammino inverso a quello che fanno, quando lo fanno, i bambini nella nostra cultura, cioè hanno dovuto imparare ad investire affettivamente l'adulto per poterlo utilizzare nelle difficoltà della crescita.

Negli Asilo Nido in cui le educatrici favoriscono la gruppalità, si potrà notare che la competitività nei confronti dell'adulto diminuisce. I bambini sperimentano il piacere di stare insieme, di inventare nuovi modi di giocare, con gli oggetti di uso comune, come il carrello portavivande o la pattumiera, che il gruppo utilizza per i suoi scopi: trasportare uno di loro a turno per la stanza (sul carrello), creare un allegro ritmo di "lavoro" con l'apertura e chiusura del coperchio (della pattumiera); c'è anche qui una competitività, ma finalizzata al gruppo, ad influenzarne l'attività in funzione dei propri desideri, o ad impadronirsi degli oggetti. Ci saranno poi momenti in cui il desiderio di emergere come individuo, la paura di perdersi nel gruppo portano a spinte di isolamento o di desiderio di emergere come diverso agli occhi degli altri, o di provare la propria esistenza in quanto controllore degli altri.

Questi diversi momenti di bisogno fusionale di essere insieme agli altri da un lato, e di bisogno di sentirsi separato dall'altro, che sono due esigenze fondamentali e copresenti in tutto l'arco della vita, saranno così gestite direttamente nel gruppo, e gli individui li potranno gestire utilizzando tutti i canali comunicativi che hanno a disposizione, dal contatto fisico allo sguardo, al movimento, al suono, ed infine alla parola. Questa capacità approfondita di relazione sarà strumento utile per tutta la vita, perché il bambino sperimenta i suoi punti vulnerabili e i suoi punti di forza, vede negli altri in che misura può essere compreso e farsi aiutare, ecc. Impara a valutare le sue possibilità di autonomia, moltiplica ed accelera le sue possibilità di apprendimento.

### 3. Il gruppo in età scolare

Nella fase evolutiva successiva, quella che possiamo collocare negli anni della scuola elementare, un gruppo di pari si forma *in presenza* dell'adulto.

Nella relazione gruppale tra pari l'adulto c'è, ma deve fare un passo indietro.

A quest'età i bambini hanno bisogno di disinvestire il legame con i genitori, per investire sulla realtà che li circonda.

Questa realtà in cui viviamo è molto complessa, il bambino ha mezzi ancora inadeguati per comprenderla e utilizzarla a proprio vantaggio. Da qui il desiderio di apprendere, di esplorare, per diventare grandi. Desiderio che si alimenta dalla consapevolezza dei propri limiti, da un lato, e dalla fiducia nelle proprie possibilità dall'altro. E' nella vita del gruppo che questi due aspetti vengono elaborati e rafforzati.

Vediamo un gruppo scout che sta eseguendo un compito comune molto importante: si prepara il pasto. I capi stanno per conto loro, è un momento di relax. I bambini accendono il fuoco, il mingherlino che non sa star fermo frugherà il bosco in cerca di legnetti, mentre quello più pigro e cicciottello terrà viva la fiamma. Le difficoltà del compito sono superate brillantemente: se la carne invece di infilarsi sullo spiedino cade e si riempie di aghi di pino, qualcuno prontamente ce la riinfila, proclamando "facciamo che è rosmarino!", ecc.

In situazioni di questo genere ogni individuo impara come è visto dai suoi pari, quali abilità gli vengono riconosciute e quali no, ed è stimolato ad apprezzare le abilità degli altri, e magari a cimentarsi una volta o l'altra in qualcuna di queste.

Naturalmente dev'essere un gruppo che mantiene una fiducia di base nelle risorse a sua disposizione. Nell'esempio citato, se ad un certo punto la legna non si trova, la carne se l'è mangiata un cane di passaggio, è piovuto nelle tende e i bambini hanno fame e sonno si verifica una situazione di angoscia e frustrazione che può portare il gruppo ad autodistruggersi, come nell'angosciante descrizione de "Il signore delle mosche" di W.Golding.

E' stato osservato, a proposito dell'osservazione dei neonati, che l'attività libera spontanea è la prima attività transizionale. La prima forma di un'attività trasformativa, la prima esperienza nella quale il bambino si prova essere, si sente essere. Ed è questa attività che permette lo sviluppo della soggettività dell'individuo in un percorso di crescita. E' stato anche osservato che questa attività libera spontanea si può sviluppare solo a certe condizioni:

- che ci sia una certa quiete pulsionale
- che sia presente un oggetto conosciuto, ma che non interviene, cioè non esercita costrizione portando esigenze proprie. A queste condizioni l'esperienza acquista valore di crescita.

Analoghe considerazioni si possono fare per il gruppo in quanto organismo: l'esperienza di gruppo acquista valore trasformativo per gli individui che ne fanno parte, se c'è sufficiente tranquillità sulla sopravvivenza del gruppo, se l'ambiente in cui si svolge ha caratteristiche riconosciute come degne di fiducia. Mantenere queste condizioni è dunque il compito dell'adulto.

Se c'è un periodo in cui il gruppo di pari è essenziale per tutti i motivi detti prima, questo è forse la latenza. E' anche la fase evolutiva in cui la terapia di gruppo è spesso il trattamento d'elezione, rispetto, per esempio, alla terapia individuale, perché la terapia individuale tende a rimettere il bambino in un rapporto di dipendenza dall'adulto, in un momento in cui fisiologicamente il bambino lavora per affrancarsene ed acquisire maggiore autonomia. Questo può aumentare le resistenze al lavoro psicoterapeutico, e allungare inutilmente i tempi della terapia.

Mentre nella terapia di gruppo la forza delle dinamiche gruppali aiuta il bambino a poter fare a meno delle soddisfazioni regressive fino ad allora trovate nel rapporto di intimità coi genitori, e a ritrovare nei coetanei quel rafforzamento dell'autostima e quelle possibilità di vedere rispecchiate tante modalità di affrontare i compiti della crescita, che gli permettono di scegliere quelle che più gli si confanno.

I bambini di questa fascia di età sono molto sensibili a ciò che altri bambini come loro provano, e a come sono visti dagli altri bambini. Ciò che un bambino comunica, attraverso postura, mimica, linguaggio, sulla sua situazione emotiva del momento, trova comprensione immediata nel gruppo, e simmetricamente l'atmosfera, chiamiamola così, del gruppo è determinante per le azioni dei singoli.

L'adulto ha ancora una funzione nel gruppo di pari alla latenza, ma la funzione fondamentale è quella di testimoniare, attraverso la sua presenza attenta ma non attiva, la possibilità del gruppo di sopravvivere autonomamente, e anche di permettere al gruppo di misurare la distanza dalla "meta", per così dire; da permettergli cioè di funzionare al livello di bambini, con le loro modalità comunicative, senza costringerli ad assumere modalità relazionali adultomorfe, per difendersi dall'ansia di sentirsi abbandonati e non protetti nel loro percorso di crescita.

Il bambino che deve allontanarsi dai genitori per vivere nella società sa che non lo può fare senza gli adulti. Ma ha bisogno di misurare continuamente, in presenza dell'adulto appunto, il cammino fatto e quanto gli manca.

#### **4. Il gruppo all'adolescenza**

Qui il gruppo è tanto necessario per l'adolescente quanto difficile e rischioso per l'adulto che ne ha la responsabilità. Perché questa è la fase evolutiva in cui il gruppo si forma *contro* l'adulto. Così come i singoli individui all'adolescenza hanno bisogno di affermarsi contro l'identità dei genitori, il gruppo di adolescenti si forma per affermare la propria diversità dall'adulto che gli sta vicino. Questa è una delle difficoltà per terapeuti ed educatori che desiderano utilizzare il gruppo come strumento terapeutico e formativo, perché bisogna che siano preparati ad accettare il bisogno degli adolescenti di metterli continuamente ai margini.

D'altra parte l'identità degli adolescenti si costruisce sempre più in relazione ai pari, sempre meno in relazione al modello genitoriale. Nel gruppo essi ritrovano un rinforzo narcisistico, un ideale dell'io comune.

Trovano anche una fonte di valorizzazione, e un'unità attraverso l'idealizzazione del gruppo di pari, che rafforza nell'adolescente l'illusione di onnipotenza nei confronti del mondo adulto, del tempo e della vita.

L'adulto, che tra le altre cose mette a confronto con lo scorrere del tempo, con l'ineluttabilità dell'invecchiamento e della morte è tenuto a distanza e rifiutato. Da qui nascono alcune delle difficoltà.

Gli adolescenti tendono a rifugiarsi nel gruppo come luogo ideale di fusione, per esempio quando fanno musica insieme, o come potente strumento per portare a termine un progetto o incarnare un ideale: bande o gruppi di spiritualità. In una fase della vita molto particolare, in cui i gruppi sociali dell'infanzia non sono più riconosciuti come propri, e da quelli degli adulti non si sa se si sarà accettati, gli adolescenti hanno bisogno di uno spazio vitale transizionale di pari in cui sentirsi *totalmente* capiti e accettati.

E' il momento della vita in cui si chiede di più al gruppo, forse più di quanto può dare. Ed è anche il doloroso riconoscimento di questo che spingerà ad un certo punto gli individui ad uscire dal gruppo, a riconoscere la propria individualità attraverso l'accettazione dei propri confini, cioè di ciò che si è e di ciò che non si sarà mai.

Così il riconoscimento di essere di un sesso e non dell'altro spingerà gli individui ad accoppiarsi per un progetto di vita adulta.

## **Il gruppo terapeutico: considerazioni di carattere generale**

### **1. Perché il gruppo come strumento psicoterapeutico.**

La comunicazione diretta da bambino a bambino utilizza molteplici canali oltre a quello verbale, come si è già osservato. Se nel gruppo questa comunicazione è permessa e opportunamente facilitata, essa fornisce ai bambini la possibilità di sentirsi accomunati in un'esperienza positiva che rafforza l'autostima e permette una maggiore consapevolezza di sé. Possono così, anche attraverso l'identificazione con gli altri componenti del gruppo, sperimentare modi di essere diversi o abbandonare comportamenti difensivi troppo rigidi. Questo porta ad un arricchimento globale della persona che aiuterà a superare difficoltà future. Quindi il gruppo ha una valenza preventiva, oltre che terapeutica.

Quando si presenta la necessità di un aiuto più specificamente terapeutico, si è osservato che il gruppo permette di superare alcune delle difficoltà insite nella psicoterapia infantile individuale:

- Le difese dall'approccio con l'adulto, fisiologiche in età di latenza, sono rese meno necessarie nel gruppo, perché la relazione con l'adulto è mediata dal gruppo.
- Le difficoltà di insight, normali per l'età, sono compensate dal desiderio e curiosità di conoscere le reazioni del coetaneo, ed è questa curiosità la strada attraverso la quale, in gruppo, si può arrivare a capire e gestire le problematiche dell'individuo.

### **2. Tipi di gruppo**

Naturalmente non è sufficiente mettere un bambino insieme ad altri bambini per averne vantaggi. Bisogna pensare e realizzare un gruppo che risponda ai suoi bisogni evolutivi

Prendendo come cornice teorica di riferimento le teorie psicanalitiche e gruppoanalitiche, possono essere costituiti gruppi con modalità diverse, a seconda delle età dei bambini, della patologia, del contesto istituzionale.

Parliamo comunque sempre di gruppi che si pongono come obiettivo la ripresa, o comunque il miglioramento globale del processo evolutivo, in bambini o adolescenti nei quali questo processo incontra difficoltà per ostacoli di tipo psicopatologico.

Quindi non parleremo di gruppi con obiettivi più specifici, come il superamento di un sintomo (es. gruppi per disturbi alimentari), o il miglioramento di singole capacità.

Nel suo percorso evolutivo ogni bambino può trarre profitto da un gruppo di pari, ma non qualsiasi bambino da qualsiasi gruppo: deve essere un gruppo adatto a lui. Qui sta la radice della difficoltà di dare regole universalmente valide per le indicazioni ad una terapia di gruppo: l'indagine diagnostica deve stabilire anche se per un bambino è indicato quel particolare gruppo. Ciò nonostante farò alcune considerazioni, che vanno poi valutate caso per caso insieme a tutti gli altri elementi riguardanti la singola situazione, poi parlerò in particolare di gruppi di bambini in età di latenza con disturbi di carattere nevrotico o borderline, perché per questa categoria il gruppo è spesso, a mio avviso, il trattamento d'elezione.

Le indicazioni di carattere generale sono queste:

- il gruppo deve essere il più possibile eterogeneo per facilitare l'identificazione con aspetti diversi delle persone che lo compongono;
- è importante però che nel gruppo non ci sia un individuo con caratteristiche troppo diverse da tutti gli altri (aspetto fisico, livello intellettuale, handicap evidente) per evitare il focalizzarsi su di lui della funzione di capro espiatorio, con conseguente rischio di espulsione dal gruppo;
- ci deve essere una sufficiente varietà di problematiche tra i componenti del gruppo per permettere scambi costruttivi tra gli individui. Anche quella che sembra una buona indicazione, come per esempio il bambino inibito, con difficoltà ad instaurare rapporti con coetanei, diventa una controindicazione, se si intende inserire il bambino in un gruppo dove troppi altri hanno lo stesso problema;
- infine nella composizione del gruppo si deve tenere conto delle possibilità realistiche che il bambino frequenti con assiduità le sedute, perché una frequenza saltuaria distrugge il gruppo (da qui la necessità di mettere a fuoco un intervento efficace anche con i genitori).

Come si vede, le indicazioni non riguardano caratteristiche relative alla psicopatologia, perché allo stato attuale della ricerca non si possono indicare come adatte o non adatte al gruppo singole patologie in quanto tali, ma si devono considerare le caratteristiche globali della persona in rapporto alle caratteristiche del gruppo in cui sarà inserita, e prevedere tecniche e setting del gruppo adatte alle caratteristiche degli individui che lo compongono.

Così, per esempio, sarà previsto materiale di gioco per bambini in età prescolare o che hanno meno possibilità di esprimersi attraverso il linguaggio; si potranno utilizzare sequenze psicodrammatiche per utilizzare ed incanalare le necessità di movimento soprattutto nella preadolescenza.

Per gruppi di bambini più piccoli o con patologie gravi sarà preferibile una conduzione in coterapia, mentre per gruppi in età di latenza con patologie di tipo nevrotico si può scegliere una monoterapia.

## **Il gruppo terapeutico in età di latenza e preadolescenza**

Descriverò ora un modello possibile di gruppo, la sua costituzione, la modalità di conduzione, il processo gruppale. L'intento è quello di rendere possibile attraverso un'esemplificazione, immaginare la vita di un gruppo, non certo di mostrare come si deve fare.



Un gruppo si può far nascere in contesti diversi, con assetti diversi, l'importante è l'obiettivo del terapeuta di vederlo e facilitarlo in quanto gruppo, come ho detto prima.

Per tradurre questo obiettivo nel lavoro quotidiano delle sedute con i bambini è essenziale che il terapeuta sia parte a sua volta di un gruppo, un gruppo di colleghi di solito, con i quali condividere i pensieri, le ansie, le emozioni che il gruppo produce, per farle diventare strumenti di comprensione e di crescita per tutti. Da soli non si fa, non si comprende e non si contiene un gruppo.

## 1. La preparazione del gruppo

Nella mia pratica privata tutti i bambini e tutti i genitori sono visti in consultazione individuale prima di iniziare il gruppo.

Quando penso che un bambino possa intraprendere una terapia di gruppo faccio con lui alcune sedute di preparazione, per dargli la possibilità di instaurare un rapporto di fiducia con me, e di iniziare l'elaborazione delle sue fantasie sul gruppo. La durata di questo periodo di preparazione può variare in base a diversi fattori, relativi al bambino, alla situazione familiare, agli altri componenti del gruppo.

E' però importante in ogni caso condurre le sedute mantenendo presente l'obiettivo, che è la preparazione al gruppo, per evitare che si instauri un rapporto di tipo terapeutico individuale, che ostacolerebbe il futuro costituirsi del gruppo.

## 2. Il setting

La chiarezza e la solidità del setting è di particolare importanza. La costanza di alcuni elementi, come l'ambiente, la durata delle sedute, la frequenza, le modalità di pagamento, il materiale a disposizione, costituisce la regola a cui si richiamano pazienti e terapeuta; sarà così più facile per quest'ultimo non assumere un ruolo superegoico per garantire i limiti esterni entro i quali si svolge la terapia. Questa regola costituisce il contenitore entro il quale potrà svilupparsi il processo grupppale.

Quella che descrivo è una modalità di lavoro che ho trovato possibile per me nel contesto a mia disposizione. Ce ne possono essere molte altre. Si possono usare tecniche diverse, come lo psicodramma, si può utilizzare il disegno, la musica o la fiaba. L'importante è che siano chiarite al gruppo le modalità di lavoro, e che esse rimangano costanti per la durata del gruppo, perché è all'interno di questa costanza che si può intraprendere un processo e attuare un cambiamento.

Di norma conduco i gruppi da sola, con sedute settimanali, della durata di tre quarti d'ora. Il numero di bambini può variare da cinque a otto, maschi e femmine. Allo scopo di garantire la collaborazione dei genitori al buon andamento della terapia dei figli, una volta al mese un collega tiene una seduta di gruppo con loro.

Prima dell'inizio della terapia teniamo una riunione congiunta di tutti i bambini con i loro genitori, condotta dai due terapeuti, con lo scopo di conoscersi, di comunicare e discutere le modalità di collaborazione, e di impegnarci tutti insieme sul lavoro che ci accingiamo a svolgere. Una riunione di questo tipo può essere ripresa nel corso della terapia quando lo si ritiene necessario (es. necessità di modifiche del dispositivo).

Nella stanza della terapia le sedie sono disposte a cerchio con un tavolino in centro, ed è disponibile una lavagna a muro con dei pennarelli, oltre a fogli di carta. In genere per bambini di questa età non ritengo necessario mettere a disposizione materiale di gioco. I bambini utilizzeranno suppellettili e mobili della stanza, opportunamente ridotti al minimo, e adatti ad essere manipolati senza rischi, se vogliono, per rappresentare le loro fantasie.

Sono previsti durante la vita del gruppo uscite di alcuni membri e ingresso di nuovi, in periodi predeterminati, come dirò meglio in seguito.

### 3. La costituzione del gruppo e il processo grupppale

All'inizio del gruppo il terapeuta dà la consegna, cioè spiega, nel linguaggio più adatto ai bambini che ha davanti, che tutti sono lì per conoscersi, per capire quello che succede, e che questo li aiuterà a capire il carattere e il modo di essere di ognuno di loro; che questo lavoro si farà parlando di tutto quello che interessa, che viene alla mente, che ognuno sente in quel momento, oppure disegnando. Il terapeuta richiama anche alla regola della riservatezza, spiegando che quello che si dice in gruppo, così come le cose che si fanno, devono restare nel gruppo, perché tutti possano sentirsi liberi di esprimersi.

Questa spiegazione è già stata data e discussa nei colloqui individuali che precedono l'inizio del gruppo, e ripetuta nella riunione congiunta del gruppo di genitori col gruppo di bambini e i due terapeuti che si fa prima dell'inizio della terapia di gruppo dei bambini. Ma nella prima seduta del gruppo ha il valore di riferimento iniziale per il nostro lavoro.

Dopo la consegna si instaura di solito un momento di silenzio. E' il momento "sconosciuto" in cui si sperimenta un modo di essere insieme diverso da quello consueto nel contesto sociale. In questa sospensione si gioca la prima possibilità di mutamento.

I bambini infatti si aspettano dall'adulto delle direttive, come è loro esperienza nei rapporti sociali del mondo esterno. Il terapeuta invece non entra in questo ruolo, e rimane tranquillamente attento, ma non attivo. Questo atteggiamento provoca nei bambini una certa ansia, che li spinge ad organizzarsi. Perché il gruppo si dà sempre un'organizzazione. Per esempio un bambino può prendere l'iniziativa: "Ci presentiamo?". Il gruppo accetta il nuovo leader e si organizza per un po' attorno a lui.

Ma i leaders nei gruppi di bambini non durano a lungo, e il gruppo lo attaccherà e ne esprimerà un altro, per il bisogno di avere un leader-capro espiatorio, bersaglio dell'aggressività che altrimenti rischia di distruggere il gruppo, di farli sentire cattivi e incapaci.

In questi momenti iniziali il bambino leader ha anche una funzione protettiva nei confronti del terapeuta, in quanto convoglia su di sé l'aggressività del gruppo nei confronti del terapeuta, che ha frustrato le aspettative dei bambini: essi si aspettavano di essere guidati ed organizzati, e invece si sono sentiti persi, senza guida.

E' importante che questa dinamica sia capita e interpretata nei tempi e modi possibili per quel gruppo. Il terapeuta spiegherà i motivi dell'insoddisfazione nei suoi confronti, e questo permetterà al gruppo di ricostituirsi in una sua unità, trovando un suo modo originale di relazionarsi. Emergerà allora un'organizzazione grupppale da cui il terapeuta è per il momento escluso.

E' fondamentale che il terapeuta tolleri questo sentimento di esclusione e rimanga ai margini, accettando il bisogno dei bambini di rimanere tra loro, ma mantenendo un ascolto interessato, perché non si sentano abbandonati, e perché è attraverso l'interesse del terapeuta che i bambini si interesseranno al gruppo e impareranno a pensare insieme. Si potrà quindi parlare di ciò che sta avvenendo, del loro modo di funzionare insieme.

La posizione del terapeuta rimane però molto delicata, perché ci sono continuamente sollecitazioni da parte dei bambini a rimetterlo in un ruolo noto, protettivo o punitivo. E queste sollecitazioni avvengono quasi sempre attraverso agiti, quindi più difficili da elaborare.

Il terapeuta deve esplicitare i movimenti comuni a tutto il gruppo, per rafforzare il senso di unità e le capacità di contenimento del gruppo stesso, che diventa in questo modo l'oggetto di interesse comune di bambini e terapeuta, oggetto che suscita curiosità e desiderio di conoscenza.

Il gruppo diventa così il coterapeuta. I bambini si sentono protetti e rinforzati dall'essere insieme, e possono compensare la diminuzione narcisistica legata all'ingresso nel gruppo con la partecipazione al narcisismo gruppale.

Questa funzione contenente è molto importante nelle patologie borderline, perché permette, attraverso il lavoro sulla costituzione del gruppo in quanto spazio che limita e separa il dentro dal fuori, la costituzione di uno spazio di pensiero e di elaborazione simbolica.

Nelle patologie più nevrotiche il rafforzamento narcisistico operato dal gruppo dei pari aiuta ad ammorbidire le difese, permettendo nuovi investimenti libidici e la ripresa del cammino verso nuove simbolizzazioni.

Il gruppo è in questa fase sentito come qualcosa di buono, di perfetto. I bambini si sentono spinti dall'illusione gruppale ad includere di nuovo il terapeuta nel gruppo, mettendolo al loro stesso livello, come se fosse uno di loro: in questi momenti il gruppo vive l'ideale di essere tutti uguali. In questo modo evitano la frustrazione di sentirsi piccoli ed impotenti nei confronti dell'adulto.

La funzione del terapeuta è quella di riconoscere di volta in volta la sua posizione, ora dentro ora fuori dal gruppo, svelare i movimenti del gruppo stesso, rivolgendosi a tutti i membri.

Gli strumenti che permettono questo lavoro sono l'ascolto di tutte le comunicazioni che creano l'atmosfera del gruppo, comprese quelle non verbali, come l'uso dello spazio, o il movimento, e la comprensione del controtransfert.

Le interpretazioni saranno gruppali, per favorire la costituzione del gruppo. Poi, rinforzati dall'elaborazione comune, a poco a poco ci si potrà focalizzare sui singoli in rapporto al gruppo. Questo potrà essere fatto sia dal terapeuta che dagli altri membri del gruppo. In quest'ultimo caso con la possibilità di essere compresi con molto maggior immediatezza. Si inizierà così il processo di individuazione che porterà al distacco degli individui dal gruppo stesso.

La nostra tecnica prevede che il gruppo sia "continuo", cioè che nel corso della vita del gruppo ci siano ingressi di nuovi membri e uscita di vecchi. Questi cambiamenti nella composizione del gruppo provocano crisi che possono avere caratteristiche diverse a seconda dei gruppi e dei momenti in cui avvengono, ma sono sempre molto importanti e significativi. Quando il gruppo ne esce è un gruppo nuovo, che in un certo senso ricomincia la sua vita. Per questo è importante che questi movimenti siano il più possibile previsti dal gruppo e dal terapeuta, perché possano essere meglio inseriti nel setting ed elaborati.

Nei miei gruppi li prevedo una volta all'anno, nel periodo delle vacanze di Natale.

#### **4. La fine del gruppo**

Anche nella conduzione di un gruppo continuo avviene di decidere per diversi motivi di chiudere il gruppo. Di solito questo accade, almeno nella pratica privata, quando il gruppo funziona da parecchio tempo senza modifiche alla sua composizione, e la maggior parte dei partecipanti, se non tutti, sono pronti per lasciarlo, quando non si prevedono pazienti adatti al gruppo da inserire nel breve periodo.

La permanenza di un bambino in gruppo è in media di due anni, un tempo minore che nelle terapie di gruppo con gli adulti. Questo sia per la maggior rapidità di cambiamento possibile nei bambini, sia perché i passaggi a momenti evolutivi successivi (e mi riferisco qui non tanto all'evoluzione in senso psico-dinamico, ma in senso biologico-sociale: sviluppo puberale, cambiamento di ordine di scuola, ecc.) portano il bambino ad avere esigenze diverse che il gruppo, così com'è, non soddisfa più.

Si vengono così a creare situazioni in cui per molteplici ragioni di ordine diverso, il gruppo si avvia verso una sua fine; qualcuno incomincia a fare progetti per la sua vita per i quali il gruppo è di ostacolo, qualcun altro chiede e si chiede per quanto ancora dovrà venire. Si incomincia insomma a parlare di fine. Ci sarà allora un periodo in cui si lavorerà maggiormente sui processi individuali, sulle difficoltà di separazione dal gruppo, infine sulla morte del gruppo.

Perché quando noi non ci siamo il gruppo non c'è. Questo è difficile da accettare. Come se il patto su cui si fondava il gruppo fosse la sua immortalità. Chi se ne va vorrebbe poter pensare che il gruppo rimane lì, così come l'adolescente può staccarsi dai genitori, se i genitori rimangono.

Uno dei modi di affrontare il problema da parte del gruppo è quello di lasciare che in una delle ultime sedute il terapeuta si ritrovi con un solo paziente: come a sperimentare il non gruppo nello spazio e nel tempo del gruppo. La seduta si svolge allora pensando al gruppo, con il gruppo assente. La seduta dopo, con gli altri, si parla del gruppo che non c'era. Come a dire: il gruppo non è quello che si riunisce fisicamente, è quello di cui si può parlare, che rimane dentro ad ognuno di noi.

L'elaborazione avviene quindi tra due polarità: il gruppo presente nella memoria, e il gruppo assente nella realtà esterna, il gruppo di cui si può parlare.

*Velia Bianchi Ranci*  
Socio supervisore APG

## **BIBLIOGRAFIA**

### **Sul gruppo**

Anzieu D., *Il gruppo e l'inconscio*, Borla, 1986.

Bion W.R., *Esperienze nei gruppi*, Armando, 1971.

Foulkes S.H.- Anthony E.J., *Group Psychotherapy. The Psychoanalytic approach*, Londra, 1957.

Freud S., *Psicologia delle masse e analisi dell'io*, in "Opere", Vol.9, pp.261-330, Boringhieri, 1979.

Pontalis J.B., *Le petit groupe comme objet*, in "Après Freud", pp.257-273, Gallimard, 1993.

### **Sui gruppi di bambini**

Bianchi Ranci V., *Problemi relativi alla formazione di un gruppo di preadolescenti*, in *Psicologia dei gruppi in età evolutiva* a cura di F.Vanni, Unicopli 1989.

Bianchi Ranci V., *Groupe ouvert à la latence: arrivée d'un nouvel enfant*, in *Groupes d'enfants et cadre psychanalytique* a cura di P.Privat e F.Sacco, Erès 1995.

Bianchi Ranci V., *La terapia di gruppo per bambini: una tecnica* Quaderno di psicoterapia dell'Istituto di psicoterapia del bambino e dell'adolescente, n.8, 1998.

Freud A., *Un esperimento di educazione di gruppo*, in *Opere*, vol.2, pp.523-571, Boringhieri 1979.

**Articolo di Velia Bianchi Ranci pubblicato sul Bollettino E-spèira n. 3**

- Ginnott H.G., *Group Psychotherapy with Children: the Theory and Practice of Play therapy*, McGraw-Hill 1961.
- Kymissis P., Halperin D.A., *La terapia di gruppo con bambini e adolescenti*, Masson, 1997.
- Miglietta D. (a cura di), *Gruppi in età evolutiva*, UTET 2000.
- Pavlovsky E., *Psicoterapia de grupo en ninos y adolescentes*, Búsqueda 1987.
- Piontelli A., *From Fetus to Child*, Routledge 1992
- Privat P., Quélin-Souligoux D., *Il bambino in psicoterapia di gruppo*, Borla 2002.