

AMELIA AVRUSCIO

---

# GENITORI E FIGLI

Sostegno alla genitorialità  
nell'ambito del gruppo d'incontro



AMELIA AVRUSCIO

# GENITORI E FIGLI

Sostegno alla genitorialità  
nell'ambito del gruppo d'incontro



Copyright © MMXXI  
«NeP edizioni Srls» di Roma (RM)  
www.nepedizioni.com  
info@nepedizioni.com  
Via dei Monti Tiburtini 590  
00157 Roma (RM)  
P.iva 13248681002  
Codice fiscale 13248681002  
Numero REA 1432587  
ISBN 978-88-5500-189-2

I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica,  
di riproduzione e di adattamento anche parziale,  
con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.

Non sono assolutamente consentite le fotocopie  
senza il permesso scritto dell'Editore.

I edizione: ottobre 2021

Questa pubblicazione è stata realizzata con la collaborazione  
dell'agenzia Germogli Letterari ([www.germogliletterari.it](http://www.germogliletterari.it)).





## **Nota dell'autrice**

I recenti avvenimenti legati alla pandemia hanno comportato un ripensamento relativo al valore dei legami. Isolati dal mondo esterno, abbiamo trovato (o ritrovato) negli altri un'importante rete di supporto, basata sulla condivisione. La circostanza straordinaria che abbiamo vissuto, nel mentre ci separava fisicamente, ha ridotto a livello emotivo le distanze interpersonali. Ciò che dovremmo aver imparato è, quindi, che gli altri sono una risorsa. Ed è così anche nel quotidiano, quando viviamo situazioni di disagio che, pur di diversa entità, portano tutti noi a sentirci come imprigionati.

È sulla base di queste riflessioni che ho deciso di condividere un'esperienza progettuale che, qualche anno fa, mi ha dato modo di toccare con mano l'essenza della condivisione. L'augurio è che queste pagine possano dare un input costruttivo a chiunque sente dentro di sé il bisogno di chiedere aiuto.

## Introduzione

Il progetto che presenterò in questo lavoro è stato messo in atto da un Istituto Comprensivo di un paesino dell'entroterra calabrese, a seguito di numerose richieste, avute da parte di genitori di ragazzi in età preadolescenziale, di uno psicologo con cui potersi confrontare rispetto alle modalità più idonee di affrontare una fase di crescita tanto delicata dei propri figli.

Il gruppo in oggetto era composto da 19 persone, 18 mamme e un solo papà, aventi in comune, come detto in precedenza, almeno un figlio per ciascuno nella fascia d'età compresa tra gli 11 e i 13 anni.

I presupposti teorici su cui ho impostato il lavoro di gruppo sono stati innanzitutto quelli umanistico-esistenziali in quanto, all'interno del progetto, ho voluto applicare un nuovo modo di lavorare nella scuola, un approccio che fosse con le persone.

Ho voluto avvicinarmi al disagio esistenziale di ognuno ponendomi come presenza accogliente, non giudicante, che potesse essere di sostegno nelle difficoltà.

Ho preferito il confronto rispetto alla lezione, partendo dal principio che la richiesta che stava alla base era quella di cambiare qualcosa che stava sfuggendo loro di mano; nello stesso tempo considerando il fatto che non si può creare vero cambiamento alla propria vita e alle proprie relazioni senza dare uno sguardo al proprio interno, senza attuare un cambiamento prima di tutto nel proprio modo di vedere le cose.

L'obiettivo che mi sono preposta era quello di creare una rete, delle relazioni durature che potessero prolungarsi oltre il progetto.

Questo obiettivo, in un contesto socio-culturale difficile, molto lontano dalla città e per molti versi fermo a 50 anni addietro, costituiva una grande sfida perché andava a toccare principi familiari e sociali radicati nel tempo, fondati sulla chiusura, su meccanismi di difesa forti rispetto ad un “altro” percepito come pericoloso.

L'altro poteva essere il vicino, il collega di lavoro, chiunque fosse al di fuori della famiglia. Gli esperti provenienti dalla città non li avrebbero capiti e li avrebbero giudicati per la loro “arretratezza”.

Perciò pormi al loro livello, instaurando prima di tutto una relazione empatica, sarebbe stato lo strumento primario del mio intervento, molto più importante di qualsiasi conoscenza.

Nel lavoro che mi accingo a presentare ho dedicato il primo capitolo ai presupposti teorici che sono stati alla base del mio intervento, gli stessi che ho appreso durante il mio percorso di specializzazione in Psicoterapia umanistico-esistenziale presso la Scuola IPUE “Luigi De Marchi”.

Nel secondo capitolo illustrerò le varie fasi dell'intervento, dalla valutazione iniziale agli incontri avuti col gruppo; nel terzo capitolo parlerò del resoconto finale, dei risultati ottenuti in relazione anche agli obiettivi che mi ero prefissata.

## 1. Presupposti teorici al lavoro progettuale

### 1.1 Le basi teoriche dell'approccio umanistico-esistenziale

La definizione filosofica di "Umanesimo" riguarda una corrente di pensiero che si diffonde nella cultura occidentale tra il XIV e il XVI secolo, caratterizzata dalla rivalutazione dell'uomo nella sua totalità psico-fisica, dal metterne in rilievo l'importanza e la dignità, rivendicandone i diritti, le esigenze e i valori.

L'Esistenzialismo è una corrente di pensiero novecentesca che prende in analisi l'esistenza intesa come modo d'essere specifico, originale e proprio dell'uomo. Poiché il modo di essere dell'uomo è essenzialmente definito dal rapporto con l'essere (comunità, mondo, Dio), l'analisi dell'esistenza è sempre essenzialmente analisi di queste realtà (Cfr. Enciclopedia Treccani *s.v.* Esistenzialismo).

Søren Kierkegaard metteva l'accento sul modo soggettivo che la persona ha di vedere il mondo, sul fatto che un dato oggettivo assume significato per quella persona in relazione al modo in cui essa si rapporta al dato stesso; perciò riteneva fondamentale nella condizione umana il valore della scelta, concetto ripreso da altri esistenzialisti come atteggiamento cruciale nel processo di autorealizzazione dell'essere umano (Lo Iacono, De Marchi, Parsi, Sonnino, 2006).

Partendo da questi presupposti nasce la Psicologia umanistica i cui principi comuni a tutti i suoi esponenti sono molteplici.

Primo fra tutti il voler recuperare la centralità della persona nella sua unità bio-psico-sociale, la centralità dell'esperienza soggettiva e del significato attribuito a essa dalla persona.

Abraham Maslow (come citato in Badolato, Di Iullo, 1979)

definisce che è «esistenzialismo dare particolare rilievo al concetto di identità come conditio sine qua non della natura umana», prendendo atto che «la via necessaria per capire un altro essere umano [...] è quella di penetrare la sua *Weltanschauung* e di essere in grado di vedere il suo mondo attraverso i suoi occhi».

La Psicologia umanistica vede il disagio psichico non come malattia ma come condizione umana, insita nella natura dell'uomo, da qui la necessità di una comprensione della persona e non dell'interpretazione come strumento cardine, come lo stesso Maslow afferma (come citato in Lo Iacono et al., 2017): «Per lo psicologo umanista la moneta essenziale nel campo del sapere è la conoscenza diretta, intima, esperienziale [...] nulla, assolutamente nulla può sostituire l'esperienza...devo avvicinarmi ad ogni persona come ad una realtà unica, particolare e irripetibile».

Da qui il concetto di realtà personale del cliente che Rogers, nella *Terapia centrata sul cliente* (1970), considera come l'unica che il terapeuta deve prendere in considerazione attraverso un'accettazione incondizionata della persona e dei suoi sentimenti.

In questa ottica il terapeuta si pone a fianco della persona in un rapporto di solidarietà di fronte alla sofferenza, applicando un approccio empatico che fa riferimento a una empatia esistenziale, ossia una partecipazione comprensiva al fianco della persona, solidale nella prospettiva della condizione umana di esistenza (Biondi, 2015).

Per Rogers il rapporto tra terapeuta e cliente diventa tra due persone che sono sullo stesso piano, ritenendo importante, in egual modo all'accettazione dell'altro, l'accettazione da parte del terapeuta di se stesso, ponendosi in maniera autentica all'interno della relazione. Ciò vuol dire che il terapeu-

ta non interpreta un ruolo ma può concedersi di esprimere i suoi stessi sentimenti nei confronti del cliente. Tutto ciò porta quest'ultimo a una piena maturità emotiva e psicologica, insieme a una presa di coscienza delle proprie risorse, data da un'espressione incondizionata di sé incoraggiata dallo stesso atteggiamento del terapeuta.

La persona, all'interno della relazione con il terapeuta, può esprimere ed elaborare i propri vissuti, l'ansia, l'angoscia, la demoralizzazione, la rabbia e il dolore, attraverso un percorso di confronto, di ricerca di significatività, elaborando una visione creativa aperta alla progettualità, alle nuove esperienze, affettive, amicali, con persone significative, che consenta di trovare o ritrovare il senso di Sé e riscoprire la continuità e il valore alla propria esistenza (De Marchi, 1984). Grande importanza viene attribuita ai concetti di autorealizzazione e creatività.

Maslow (come citato in Lo Iacono et al., 2017) dà una definizione di creatività come di un tratto appartenente alla natura umana alla nascita: «questa creatività si avvicina al modo di vedere dei bambini [...] quasi tutti gli esseri umani perdono questa qualità acculturandosi, ma alcuni la conservano riuscendo sempre a guardare la vita in modo fresco, ingenuo, immediato, oppure, se la perdono, riescono a ritrovarla. Questa creatività non appare necessariamente nelle forme consuete dell'arte, letteratura, musica o pittura. Essa può esprimersi in modo molto più umile [...] in questo senso possono esserci calzolai, falegnami o impiegati creativi. Sono persone che fanno tutto in un certo modo e in un certo spirito: creativo, appunto».

Tale concezione apre a un nuovo modo di vedere la mente umana, che esce dalla visione psicoanalitica e comportamentista di un sistema chiuso tendente all'omeostasi, per

introdurre un concetto che la considera come un sistema aperto tendente a conservare uno stato di relativo equilibrio, capace di tollerare la tensione (Von Bertalanffy, 1940). È su questa base che la Psicologia umanistica sostiene che l'essere umano, pur accettando o promuovendo fasi momentanee di disordine, tende a creare nella sua vita, attraverso i suoi processi di crescita interna e di modificazione ambientale, livelli superiori di ordine e organizzazione (Lo Iacono et al., 2017).

La creatività è per Maslow la caratteristica primaria dell'individuo sano, che non è necessariamente una persona priva di sintomi ma un individuo adattato all'ambiente. Egli ritiene, infatti, che l'individuo sano sia colui il quale giunge alla propria autorealizzazione sviluppando a pieno le proprie potenzialità, seguendo la propria natura e non semplicemente adattandosi in maniera passiva alle richieste del contesto sociale e culturale di appartenenza.

L'autorealizzazione per Maslow, nella sua piramide dei bisogni, costituisce il bisogno più alto. I bisogni di cui parla sono innati, e l'incapacità o impossibilità di gratificare un bisogno porta a una disfunzione psichica o fisiologica: il bisogno rimarrà importante per la persona finché non verrà soddisfatto. Di contro, un bisogno che viene gratificato costantemente cessa di essere importante, e può aver luogo la crescita dell'individuo, mentre diventano importanti altri bisogni, meno primitivi.

Questo fa comprendere che la crescita sana consiste in uno spostamento dell'importanza relativa ai bisogni dai più primitivi ai più evoluti, cioè ai più umani. Per Maslow, questa gerarchia contiene cinque classi di bisogni fondamentali: bisogni fisiologici, bisogni di sicurezza, bisogni di appartenenza e amore, bisogno di stima, bisogno di autorealizza-

zione: è l'ultimo dei cinque bisogni e potrà realizzarsi solo a patto che tutti gli altri quattro abbiano avuto un esito positivo.

Quest'ultimo è il più difficile da definire. Per citare le stesse parole di Maslow (1990): «Un uomo deve essere ciò che è capace di fare. Egli deve essere coerente con la propria natura. L'autorealizzazione è un desiderio di diventare sempre più ciò che si è [...] un musicista deve fare musica, un pittore deve dipingere, un poeta deve scrivere, per poter essere definitivamente in pace con se stesso. Ciò che uno può essere deve esserlo. Egli deve essere come la sua natura lo vuole. Questo è il bisogno che possiamo chiamare di autorealizzazione». È in questo ambito che nasce il gruppo d'incontro, termine coniato da Rogers per indicare un gruppo per persone normali, cioè per persone che, pur non avendo necessariamente sintomi nevrotici o psicotici, hanno bisogno di superare un malessere esistenziale acquistando maggiore consapevolezza della propria identità personale, delle possibilità di autorealizzazione e di crescita; inoltre l'incontro con l'altro è lo strumento primario per uscire dalla solitudine dell'esistenza, attraverso un'identificazione con gli altri, l'empatia, l'amore (Maslow, 1971).

Questa tipologia di gruppo promuove la libera espressione di sentimenti, la spontaneità della persona, con un terapeuta che attua un metodo non direttivo che rispetti le tendenze vitali dell'individuo, limitandosi ad assicurare la presenza delle condizioni più favorevoli alla crescita personale. Il principio cardine è l'accettazione incondizionata del cliente (Rogers, 1970), con una sospensione del giudizio da parte del terapeuta che accoglie in modo empatico la persona coi suoi vissuti, la sua storia, i sentimenti provati nel qui e ora. In un'ottica esistenziale la persona è un soggetto con la sua

umanità, la sua storia, la sua rete di rapporti ed è portatrice di senso e di progetto (Biondi, 2015).

## 1.2 La Teoria del gruppo di Lewin

A Lewin si deve il concetto di “dinamica di Gruppo” con il quale si vuole intendere la conoscenza dei fenomeni all’interno dei gruppi, delle leggi che li governano, il modo di intervenire con l’obiettivo di cambiare gli atteggiamenti dei gruppi e degli individui che ne fanno parte.

Lewin vede il gruppo come una totalità a sé che va oltre la semplice somma dei soggetti che la compongono, un insieme di forze interdipendenti tra le parti e il tutto. Da tale concezione deriva la Teoria del cambiamento, secondo cui ogni cambiamento che coinvolge una delle parti trasforma la dinamica e la struttura dell’intero gruppo, e allo stesso modo ogni cambiamento riguardante il campo psicologico del gruppo produce effetti su ogni singola parte. Tale visione olistica porta a dare fondamentale importanza al qui e ora, alle relazioni e ai fenomeni che si verificano nel presente; i fenomeni psicologici del gruppo e nel gruppo possono essere realmente osservati e analizzati solo se si guarda al momento stesso in cui avvengono (Lewin, 1965). Grazie ai feedback del terapeuta e degli altri partecipanti, ogni membro comincia a prendere maggiore consapevolezza di sé e delle proprie dinamiche e, eventualmente, a cambiare ciò che merita di essere cambiato.

Di fatto il personale e genuino modo di essere molto presto si presenterà nel gruppo, tanto che ogni individuo riporterà nel gruppo le stesse dinamiche interpersonali che caratterizzano la sua vita relazionale.

Nel corso del gruppo il paziente apprende a considerare sia i commenti positivi che le critiche negative come feedback

costruttivi al fine di assumere un comportamento più cooperativo.

### **1.3 I fattori terapeutici di gruppo**

È importante considerare il potere del gruppo i cui fattori terapeutici generali, validi per tutti gli approcci gruppali, sono secondo Yalom (2014)

- universalità: il paziente trae beneficio dal rendersi conto che non è il solo a provare e affrontare certe situazioni e sofferenze;
- informazione: la pluralità che caratterizza il gruppo è fonte, inevitabilmente, di notizie e chiarimenti sui problemi condivisi;
- instillazione di speranza: il farsi coraggio vicendevolmente mobilita l'ottimismo tra i partecipanti e la sensazione di potercela fare;
- cambiamento del copione familiare: il gruppo consente la messa in scena, attraverso un delicato gioco di transfert e controtransfert, di vecchi drammi familiari, che con la presenza esperta del terapeuta possono essere rivisitati e cambiati al fine di raggiungere migliori livelli di benessere;
- altruismo: i partecipanti al gruppo sperimentano l'importante vissuto di sentirsi utili per gli altri, attraverso i loro feedback danno un contributo al miglioramento delle cose;
- sviluppo di tecniche di socializzazione: il gruppo svolge una fondamentale funzione di specchio. I partecipanti ricevono dei feedback dagli altri che li aiutano a comprendere il modo in cui vengono percepiti e visti. Ciò permette loro di riconoscere l'eventuale discrepanza tra ciò che intendono trasmettere e ciò che effettivamente arriva all'altro;