

Il Gruppo chiuso nelle Dipendenze: metodo e modello

Psicoterapia di Gruppo, Modello Integrato con la Gestalt Analitica

Dott.ssa Maccarone Alessia; Dott.ssa Andronico Francesca.

Il gruppo terapeutico, qui presentato, si è costituito con l'obiettivo di divenire un sistema di presa di consapevolezza per gli utenti. Si è operato al fine di mettere in luce i bisogni celati nei comportamenti disfunzionali e favorire un principio di consapevolezza per la messa in atto di reazioni equilibrate e funzionali. L'obiettivo è stato l'evitare di "reagire" alle situazioni per riuscire ad "agire" in maniera congrua al proprio stato emotivo e al proprio benessere. Il principio di base nella conduzione del gruppo è stato l'ostacolare gli acting-out disfunzionali e promuovere lo sviluppo di strategie comportamentali alternative più efficaci.

Il gruppo chiuso si è composto da dieci incontri di un'ora e mezza a cadenza settimanale. L'utenza al quale si rivolgeva era composta da dieci soggetti caratterizzati da disturbi correlati a sostanze e disturbo da gioco d'azzardo (DSM-5, "Manuale Diagnostico e Statistico dei disturbi mentali", American Psychiatric Association, 2014), i quali si erano rivolti ai servizi delle dipendenze di appartenenza, senza mai mettere in atto un percorso di sostegno o di terapia. Le attività proposte si svolgevano all'interno dello spazio del gruppo, materializzandosi nell'utilizzo di carta, matita e penna. Le conduttrici hanno operato con l'obiettivo finale della ristrutturazione di un output comportamentale, adoperandosi in ogni seduta con la visione della Zona di Sviluppo Prossimale (Vygotskij): ogni attività presentata costituiva un adattamento creativo del terapeuta orientata al qui ed ora e ai bisogni degli utenti, che emergevano in quel determinato contesto, che lavorava sulla potenzialità del gruppo. Dunque le attività sono state disegnate rimarcando la specificità dell'utenza che cingeva e le sue aree di sviluppo. Gli esercizi variavano di seduta in seduta, seguendo un percorso di divenire in continuo sviluppo, partendo dalla narrazione del primo episodio di Uso, passando per drammatizzazioni tramite role play, tecniche grafiche, sino ad arrivare ad autodescrizioni di sé più profonde e autorappresentanti. Le conduttrici nei tempi tra una seduta e l'altra si interrogano sul livello nel quale si trovava l'entità gruppale, cercando un modo per condurla ad un passaggio successivo. Si sono dunque utilizzati metodi diversi per riuscire ad avvicinare gli utenti ad un mondo intimo con il quale difficilmente avevano avuto contatto, in un modo che li accompagnasse gradualmente nella riscoperta della propria identità e dei bisogni profondi.

I risultati ottenuti si delineano all'interno di un processo di assimilazione di una nuova visione identitaria. I partecipanti hanno permesso al gruppo e alle terapeute di divenire uno spazio per un fine rielaborativo: l'abbandono dell'immagine di sé solo come "dipendente", la scoperta del personaggio interpretato nella vita e la volontà di poter mostrare la propria unicità di essere al mondo, ha permesso l'avvio di un percorso di crescita orientato verso letture più profonde di sé. Sono emerse risorse interne che hanno delineato la vera identità a lungo celata, per adattarsi al contesto disfunzionale in cui erano vissuti, e nuove strategie di acting hanno presa vita anche nei piccoli elementi non verbali.

In conclusione, il gruppo, sebbene "breve" ha agito su una base di fiducia e su un senso di protezione della nascosta fragilità, supportando la modifica della propria immagine identitaria e la costituzione di un nuovo modello dell'io e della Persona da agire.